



La creatividad en el Adulto Mayor para la Proyección Artística

Mónica María Lopera Cardona

Yeisme Alquimez Romero Fuenmayor

Monografía para optar al título de
Licenciado en Educación Básica en Danza

Miriam del Carmen Páez Villota

Especialista en teorías, métodos y técnicas de investigación social

Universidad de Antioquia

Facultad de Artes

Departamento de Artes Escénicas

Profesionalización en Danza

Medellín

2022



Centro de Documentación Artes

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: John Jairo Arboleda Céspedes.

Decano/Director: Gabriel Mario Pérez Salazar.

Jefe departamento: Lavinia Sabina Sorge Radovani.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Dedicatoria

Dedicamos este trabajo a nuestras familias, amigas y amigos, y a todas aquellas personas que siempre se han interesado en el trabajo con el adulto mayor, valorando su esencia, su conocimiento y reconociendo en cada ser la grandeza para la construcción artística y cultural del país.

Agradecimientos

Agradecemos profundamente al grupo de mujeres danzantes del municipio de Yalí por su disposición y entrega en la realización de este proyecto de grado, por llenarnos de tanto amor y convencimiento en sus capacidades y experiencias.

A nuestras familias por su apoyo incondicional.

A los compañeros y amigos por su complicidad.

A la Universidad por el regalo de saber.

A la vida por juntarnos en este viaje lleno de sabiduría, emociones, sentires, reflexiones y experiencias significativas.

Tabla de contenido

Dedicatoria.....	3
Agradecimientos.....	3
Resumen.....	5
Abstract.....	6
Introducción	7
1 Planteamiento del problema.....	9
2 Justificación.....	13
2.2 Pregunta.....	14
3 Objetivos	14
3.1 Objetivo general	14
3.2 Objetivos específicos	14
4 Marco teórico	15
4.1 Referentes conceptuales	17
4.2 Contexto	24
5 Metodología	26
6 Consideraciones éticas	35
7 Hallazgos metodológicos	37
8 Hallazgos en relación a los referentes conceptuales.....	45
9 Conclusiones	62
Referencias.....	65
Anexos	68

Resumen

La propuesta de investigación que aquí presentamos, da cuenta de un recorrido que inició por la inquietud sobre las posibilidades creativas que los adultos mayores tienen al momento de la realización artística. Como docentes de este grupo poblacional, nos dimos a la tarea de preguntarnos sobre “¿cómo estimular la creatividad en el adulto mayor para la proyección artística?”. En este caso propusimos llevar a cabo este ejercicio con un grupo de danza, pertenecientes al municipio de Yalí, Antioquia, constituido esencialmente por mujeres adultas mayores.

Retomamos, además de nuestras experiencias previas, las consideraciones de autores que relacionan el despertar de la creatividad con herramientas de la danza creativa, involucrando reflexiones y análisis sobre el adulto mayor en la danza y la proyección en la danza folclórica, fundamento de nuestro hacer como docentes.

Reconocimos entonces, que el proceso metodológico, debía estar guiado por la IAP- Investigación Acción Participativa, como el método cualitativo de investigación, pues este nos permitió conjugar las propuestas que la danza creativa tiene en su haber, para realizar las búsquedas y hallazgos que pretendíamos en nuestros objetivos.

Nos propusimos llevar a cabo las fases de la IAP: descubrimiento y exposición del tema, plan de acción, análisis y reflexión, y comunicación de los resultados, en combinación con las herramientas de la danza, a través de talleres que desarrollaran los propósitos de la investigación.

Los resultados obtenidos, a nivel metodológico y en concordancia con nuestros referentes conceptuales, a saber: la creatividad, la danza creativa, la proyección en la danza folclórica y las consideraciones del adulto mayor en la danza, fueron enriquecedores y potentes para aumentar las reflexiones que constituyen nuestro hacer y ser como formadores y artistas.

Dichos hallazgos, nos permitieron navegar por reflexiones no solo de la creatividad en el adulto mayor, sino además, transitar por el análisis de la importancia que obtuvieron el trabajo colectivo, los ritmos y formas particulares de vida, la memoria individual y colectiva como fuente de creación, la repercusión que tiene la cotidianidad en la representación escénica, y esencialmente el papel que cumplen las personas mayores como hacedoras de danza, de arte y de cultura.

Palabras clave: creatividad, adulto mayor, envejecimiento y vejez, danza creativa.

Abstract

The research proposal presented here is the result of a journey that began with the question about the creative possibilities that elderly people have at the moment of artistic realization. As teachers of this population group, we set ourselves the task of asking ourselves "how to stimulate creativity in older adults for artistic projection". In this case we proposed to carry out this exercise with a dance group, belonging to the municipality of Yalí, Antioquia, constituted essentially by elderly women.

In addition to our previous experiences, we take up the considerations of authors who relate the awakening of creativity with creative dance tools, involving reflections and analysis on the elderly in dance and the projection in folkloric dance, which is the basis of our work as teachers.

We recognized then, that the methodological process should be guided by PAR- Participatory Action Research, as the qualitative method of research, as this allowed us to combine the proposals that creative dance has to its credit, to carry out the searches and findings that we intended in our objectives.

We proposed to implement the phases of PRA: discovery and exposition of the topic, action plan, analysis and reflection, and communication of the results, in combination with the tools of dance, through workshops that developed the purposes of the research.

The results obtained, at a methodological level and in accordance with our conceptual references, namely: creativity, creative dance, projection in folkloric dance and the considerations of the elderly in dance, were enriching and powerful to increase the reflections that constitute our doing and being as trainers and artists.

These findings allowed us to navigate through reflections not only on creativity in the elderly, but also to analyze the importance of collective work, the rhythms and particular ways of life, individual and collective memory as a source of creation, the repercussion of daily life in stage representation, and essentially the role of the elderly as makers of dance, art and culture.

Key words: creativity, elderly, aging and old age, creative dance.

Introducción

*Los adultos mayores son quienes nos han permitido
trasegar un camino de vivencias llenas de significado,
son quienes nos han transformado la mirada,
la pregunta, el hacer y el ser...*

Ellos nos llevan a una danza de vida amorosa, sencilla y transparente.

Sin duda alguna, las experiencias que hemos recogido a lo largo de nuestra vida como bailarines y más aún como docentes, nos han abierto la posibilidad de comprender los trayectos de vida de quienes comparten con nosotros la danza. En este caso, son las personas mayores las que facilitan el recorrido emprendido en este trabajo de grado, dando puntadas aquí y allá sobre lo pertinente a su propia forma de danzar.

Este proyecto, nos pone en la tarea de resolver preguntas que, desde antes de iniciar este sendero académico ya nos hacíamos, sobre la danza en la etapa de la vejez, los cuerpos adultos y su lugar en este arte, las expresiones propias de los adultos mayores y las maneras de construirse en este proceso. Así, comenzamos a trazarnos una ruta con ideas como la danza creativa y los posibles aportes en esta etapa de vida. Surge entonces la inquietud por la creatividad en las personas mayores como herramienta para la construcción de los hechos artísticos.

Iniciamos este ejercicio con esta pregunta y dibujamos una ruta posible para responderla. Abordamos los objetivos claros sobre la estimulación de la creatividad y la imaginación, la exploración corporal y la activación del trabajo colectivo de las personas mayores para el desarrollo de propuestas de creación artística.

Para ello, avanzamos en la tarea de condensar los interrogantes en un primer apartado, que nos diera cuenta sobre la problematización de dichas inquietudes y permitiera exponer el surgimiento de la idea de investigación, la cual parte precisamente, de nuestras narrativas personales, a partir de las comprensiones que hemos tenido, vitales para este trabajo, pues son las experiencias que han marcado nuestro quehacer las que, hasta ahora, resuenan en nuestro corazón y nos conducen a explorar estas preguntas desde lo sensible de cada uno como estudiantes de esta licenciatura.

Entramos en un segundo momento, el cual nos facilita recoger otras investigaciones y trabajos de grado que nos aportan en gran medida al tema en cuestión, abordando elementos claves como son, los beneficios de la danza en el adulto mayor, la exploración de la creatividad para la

vida, las búsquedas creativas a partir del arte, entre otras, nutriendo nuestra perspectiva sobre los componentes esenciales de nuestro ejercicio. Justamente avanzamos así, en la pesquisa sobre los conceptos más relevantes para nuestro trabajo como son: la creatividad, la danza creativa, la proyección artística y las consideraciones sobre el adulto mayor en la danza. La teoría del envejecimiento activo se pone en alta voz, pues esta nos ofrece una guía clara sobre la mirada aguda que debemos tener en cuenta al momento de abordar la temática, pues no solo se trata de abordar la danza en la persona mayor, sino tener presente las dinámicas que esta etapa de vida contiene, bajo las consideraciones gerontológicas. Esto nos aporta un sentido más estructurado para abordar la siguiente etapa sobre el diseño metodológico a implementar.

De esta manera, entramos en el apartado donde construimos una ruta de acción que da paso al cumplimiento de los objetivos trazados, a través de un enfoque cualitativo que sugiere la Investigación Acción Participativa –IAP- como la manera de construir el derrotero de actividades que nos posibilita recopilar la información necesaria para hacer los análisis respecto a la pregunta y objetivos. La IAP y la danza como mediadora de transformación social, conjuntamente desarrollan observación de la realidad, generan la reflexión sobre la práctica, planifican acciones para su mejora, sistematizan la experiencia, reflexionan sobre la acción y producen nuevos conocimientos.

Todo ello, nos permite navegar en esta investigación, la cual es abordada con un grupo de danza de personas mayores pertenecientes al municipio de Yalí, Antioquia, quienes han sido receptivas a esta propuesta y nos han dado la bienvenida para ejecutar a su lado esta gran misión.

1 Planteamiento del problema

En el contexto de la danza hemos observado que sobre las personas mayores se encuentra evidencias desde otras disciplinas como la educación física, la psicología o la danza terapia en las que se habla acerca de la danza como terapias para la recuperación funcional, desde los conceptos como la resistencia, el equilibrio, la coordinación como habilidades físicas, lo cual nos hace inquietar sobre la danza como expresión artística en esta etapa de la vida. Se nombra incluso la danza en la persona mayor como portadora de beneficios funcionales y mentales, pero poco se nombra desde los beneficios creativos y artísticos, que aportan a la escena de su ser y a la producción creativa para la escena.

Cuando se llega a la vejez desde una perspectiva de envejecimiento, se puede analizar que es una etapa más de la vida que viene con sus cambios físicos, psicológicos, emocionales, además de aciertos y desaciertos, experiencias, limitaciones y posibilidades. Según (Lopera C & Alzate H, 2019) “Algunos imaginarios colectivos presuponen sobre la etapa de la vejez unas consideraciones adheridas a ideas de enfermedad, inutilidad e incapacidad (...)” (p. 33). Se cree incluso que por ser una etapa de cese laboral las personas mayores pierden capacidades funcionales y mentales, además de pensar que el acceso a las oportunidades para su desarrollo social es limitado.

Alterno a estos condicionamientos sociales, aparece la contraparte respecto a los escenarios donde el adulto mayor busca un mejoramiento y/o mantenimiento de sus condiciones de vida, a fin de seguir siendo socialmente activo y protagonista de su propia historia. La danza aparece en la escena con dispositivos para el sostenimiento corporal, físico y funcional. Sin embargo, las opciones de acercarse a la danza para efectos de la estimulación de la creatividad, la imaginación, el juego, la actitud lúdica no son muy claras y evidentes. Incluso, al momento de relacionarse con este arte aparecen una serie de condicionamientos que involucran los imaginarios mencionados desde los cuales posiblemente no le favorezcan al adulto mayor en el desarrollo de estos aspectos. Pretendemos pues avanzar en la tarea de mostrar que la danza creativa propone herramientas que, en cualquier estadio de la vida, pueden ser usadas para tal fin, posibilitando además beneficios integrales en dicha población de personas mayores.

Nos preguntamos además sobre el lugar de la danza en relación a la creación artística en los adultos mayores. Si las estrategias metodológicas utilizadas para el desarrollo de la creatividad para la proyección artística, es decir para la escena, pueden ser aprovechadas en las personas mayores o si existen otras maneras de acercar al adulto a tal fin.

Tomamos como ejemplo el niño que juega a través de las imágenes, al igual que el adulto mayor, ambos pueden realizar representaciones cargadas de significado que permitan ese acercamiento a ese proceso creativo. Por lo tanto, es allí donde nos preguntamos ¿cómo responde el cuerpo ante las circunstancias?, entendiendo que cada edad tiene un desarrollo corporal distinto

además de las vivencias propias que integran tal corporalidad, es el cuerpo desde sus propias capacidades y experiencias.

Nos basamos en la práctica que como docentes de danza hemos tenido con diferentes grupos poblacionales, con los cuales hemos percibido cuerpos, somas, sentidos y significados desde la danza, pretendiendo avanzar en las consideraciones sobre las personas mayores una vez que hemos comprendido en la vivencia las posibilidades que aún tienen para seguir creando a partir de su historia de vida, de sus sensibilidades y conocimientos.

Como bien lo menciona (Pérez T & Griño R, 2015) “El movimiento es una creación espontánea capaz de desarrollar un lenguaje propio en todas las etapas de la vida” (p. 167). Adicional a esto, (Castillo, SF) trae las palabras de la coreógrafa Carolyn Carlson quien expresa que “(...) la danza debe ir más allá de la forma, es decir, más allá del regodeo técnico que deriva en la complacencia meramente visual. La danza tiene que significar, esenciar, la propia vida (...)” (p. 1). En el caso de las personas mayores que se acercan a la danza, ésta debería contar con la consideración de ser un encuentro íntimo desde lo sensitivo y lo propioceptivo, y no solo desde un desarrollo de habilidades corporales que le ofrezcan virtuosidad. Uniendo estas dos citas el movimiento como lenguaje de expresiones personales debe proponer a la persona mayor posibilidades para significar su vida a partir del estímulo y la exploración de su potencial creativo, darle un sentido que le favorezca en su realización, además de los aportes que hace la danza a su condición física, mental, emocional y relacional.

1.1 Antecedentes

De acuerdo con nuestra trayectoria como bailarines y docentes de danza, hemos llevado a cabo prácticas muy significativas que nos han permitido cuestionarnos sobre nuestro ejercicio en los procesos de enseñanza y aprendizaje, en especial en los grupos de personas mayores. Nuestra historia personal está cargada de vivencias que nos han conducido a elegir esta población, en especial para preguntarnos sobre nuestra tarea como artistas y facilitadores de la danza, lo cual nos pone en un lugar de enunciación claro para este trabajo de grado, en el cual realizamos la labor de consolidar nuestras prácticas, las teorías que hemos encontrado, las experiencias con los grupos a quienes hemos ofrecido procesos de formación, y por supuesto el deseo genuino de construir mejores opciones metodológicas para esta población.

Nuestras narrativas expresadas en los siguientes párrafos, exponen de manera general algunas de las razones, así como los interrogantes que han atravesado nuestro ejercicio docente, narrativas que están cargadas de nuestros sentidos, sensaciones, memorias y pensamientos en nuestra vida, lo que nos ha dado el impulso para emprender este camino académico.

Narrativa de Mónica

Desde pequeña he tenido esta inclinación por el arte. Gracias a mi madre que siempre jugaba con nosotras (mis hermanas mayores y yo) antes de ir a dormir. Fue naciendo esta inclinación por el arte que en aquel entonces era juego. Disfrazarme, inventarme personajes, bailar con mi hermana Marta (la cercana, la cómplice de aventuras), cantar, hacer fonomímica, y por supuesto jugar a hacer roles de personas grandes, fueron los pilares de un encuentro amoroso con la danza y con la actuación.

El legado de mi madre también trascendió en lo educativo, pues verla a ella enseñar era un deleite, así aprendí el gusto por enseñar a los demás, más aún por enseñar y compartir los conocimientos sobre la danza principalmente. Ella, mi consejera, daba finas puntadas a mis maneras de enseñar, dando fuerza a todo lo que vendría luego cuando se consolidaron los procesos como educadora en danza.

De otro lado, desde que elegí la gerontología como mi otra profesión, la danza y ella han comulgado, tal vez sea porque crecí en una familia de longevidad media, donde tías abuelas y tíos mayores, me mostraron un valor inigualable de la vida en la vejez a través justamente del arte, la danza, la música y el canto. La alegría de saberme sostenida por una familia así me ha dado un sentido claro a mi danza y a la enseñanza de ella.

Entonces estas dos pasiones me llevan siempre a preguntarme por el arte, en especial la danza en la vejez. Muchas son las preguntas que han surgido en el camino, unas resueltas y otras tantas no. De hecho, para mi trabajo de grado como gerontóloga, realicé la investigación sobre 'Los Beneficios Integrales que Trae la Práctica de la Danza en Las Personas Mayores desde la Perspectiva del Envejecimiento Activo', lo cual me permitió sistematizar experiencias del grupo poblacional en cuestión, así como exponer desde la teorización la importancia de la danza en la etapa de la vejez, avanzando en conclusiones sobre el tema que sin duda son parte de los análisis que me atraviesan como danzarina, docente y gerontóloga.

Durante el recorrido emprendido en la Profesionalización de la Licenciatura en Danza, he podido evidenciar que en varias asignaturas se estudia, se reflexiona y se pregunta por la danza en otras etapas, mas no se considera la vejez para hablar sobre este arte. He incluido en mis diferentes trabajos de clase las inquietudes que me genera esta temática, abordándola desde observaciones que pasan por nombrar adecuadamente la etapa de la vejez, sus características y consideraciones en la danza, hasta cuestionarse el por qué no se habla de esta población en dicha licenciatura.

Ahora bien, como profesional en gerontología y como docente en danza en especial para esta población de personas mayores, mi pregunta sigue orientándome a entender la danza creativa en las personas mayores. ¿Qué elementos confluyen en ella? ¿Qué pensamientos y sentimientos despierta una forma creativa de danza en los viejos? ¿Hay danza creativa en esta etapa de la vida? ¿Qué se necesitaría para movilizar la creatividad en esta edad a razón de lo artístico? ¿Qué es la

creatividad para el viejo? Todo ello, lo pongo a favor de este trabajo de grado como parte de mí hacer, razones que me llevan a ejercer con amor y pasión estas dos profesiones.

Narrativa de Yeisme

La danza llegó a mi vida a la edad de 7 años, cuando de la mano de mi abuela Meme Bueno danzaba al ritmo de todo lo que sonaba a nuestro alrededor, el sonido de la corriente del río, la brisa en las palmeras, el oleaje del mar y la motivación de cada mañana por un nuevo despertar. Al sentir esa alegría cada día cuando apreciaba mover su cuerpo desde muy temprano en la mañana, me involucraba y me alegraba, una nueva experiencia que siempre será grato recordar.

Cuando decidí dedicarme a la enseñanza de la danza después de mi proceso formativo en la Fundación ‘Hijos de La Sierra Flor en Sincelejo, iniciando en el grupo infantil, pre juvenil, juvenil y luego de adultos, nunca pensé que mi experiencia me diera esa vocación de enseñar y trabajar en procesos formativos con niños de edad temprana y de adultos mayores, eran como dos polos, pero con una misma magia y sensación de disfrute muy motivador.

A partir de experiencias realizadas con más de 18 grupos de danza de adultos mayores en el recorrido de mi vida como docente, en diferentes programas implementados desde los proyectos de Planeación Local y Presupuesto Participativo, algunas academias de la ciudad y el área metropolitana y en algunas Universidades, he podido evidenciar algunas carencias en las metodologías implementadas con esta población, programas liderados desde la formación artística los cuales no compartí con algunos colegas en su momento, observando que algunos docentes partían de ciertos condicionamientos frente a los adultos mayores y lo que buscaban era “enseñar” de forma mecánica las danzas para la proyección artística. Desde que iniciaban un ciclo formativo hasta que terminaban en el montaje de una coreografía, escuchaba frases como “es que ellos no pueden, ellos no son capaces, hay que montar así sea una pendejada que ellos la disfrutaran”. Fue lo que me motivó para explorar otras formas de trabajar con esta población, reflexionando sobre esas metodologías implementadas las cuales, de alguna manera condicionaban y cerraban la posibilidad creativa y sensitiva de los adultos. Cabe resaltar que algunas de las personas que se acercaban a estos lugares de formación, participaban en estos espacios para entretenerse, otras para mantenerse físicamente activas, pero la gran mayoría mostraban un interés por consolidar procesos como grupos de proyección. De otro lado, así como yo, algunos maestros comenzaron a darle otra mirada a la formación dirigida a esta población buscando diferentes maneras de enseñar la danza, sin embargo, poco se encontraba como material escrito, metodologías propias para este grupo etario, herramientas didácticas para la exploración de la danza en términos de la creación artística.

Así pues, estas vivencias en mi camino se convierten ahora en el punto de partida para indagar y profundizar en las preguntas que he construido, además de las actividades previamente movilizadas en mi práctica docente, sobre otras posibilidades de abordar la danza con los adultos mayores, conjugando elementos y acciones metodológicas que permitan crear y recrear las

experiencias, los sentires, los intereses y las capacidades de ellos hacia las propuestas para proyección artística. Mi fuente de inspiración para realizar este trabajo de grado me invita a pensar en cómo aprovechar la lúdica, la creatividad y la danza creativa al servicio de la población adulta que busca en este arte explorar sus habilidades, cómo a través de la creatividad propiamente estas personas pueden plasmar sus historias de vida a través del movimiento y servirse de esto para llevar a cabo puestas en escena cargadas de sentido y significado, pues para mí, los adultos mayores son seres que tienen mucho para dar y la danza en este caso debe facilitar su vivencia artística.

2 Justificación

Partiendo de la base sobre el apartado que expresa “(...) En ocasiones los adultos llegan al centro y preguntan ¿A mi edad puedo tomar clases de danza? Y la respuesta, tal y como afirma Fux, es que para expresarse no hay límite de edad [Fux 1979, 81] (...)” (Pérez T & Griño R, 2015, p. 168), intentamos acercarnos a la danza en personas mayores como medio que posibilite el encuentro con su realidad corporal, al mismo tiempo que se le permita explorar nuevas formas y condiciones corpóreas. De alguna manera hemos percibido desde nuestra experiencia que la danza es una mediadora por excelencia en los procesos de construcción de identidad y, en los adultos mayores, es un potencializador de su autorrealización, toda vez que el acercamiento a esta se da desde el sentido de voluntariedad, del deseo e interés por seguir siendo agentes activos en un colectivo donde se observan reciprocidad y vínculos afectivos que genera la práctica artística. Así pues, consideramos pertinente estas preguntas por el cuerpo del adulto mayor en la danza, por sus capacidades y potencialidades, por sus intereses y sensibilidades, por sus condiciones aún vigentes para crear y recrear en un ambiente que le estimule este proceso.

Esta temática es novedosa en la medida que puede generar reflexiones sobre algunas de las estrategias utilizadas en la estimulación de la creatividad para la escena en personas mayores, hacer aportes a quienes trabajan la danza en este grupo poblacional basándonos en la exploración, análisis y demostración de las mismas. De igual manera, consideramos que ofrecer elementos sobre la persona mayor en la danza desde una mirada de envejecimiento activo y desde la danza como profesión puede recrear nuevas formas de ver a este grupo etario como transformador de su propia realidad corporal, individual y colectivamente. Acercarnos a estas reflexiones nos posibilita comprender la vejez, la danza, la creación artística como aspectos que si se puedan conjugar en el hacer educativo.

Como estudiantes de la Profesionalización de la Licenciatura en Danza venimos con un equipaje cargado de prácticas significativas que han dejado huella en nuestro hacer, lo cual nos ofrece la posibilidad de indagar, analizar y consolidar en la escritura lo vivido, dejando un

documento que enriquezca aún más el hacer profesional y que además se convierta en un referente para otros y otras hacedoras de la danza y su educación respecto a la temática abordada.

2.2 Pregunta

¿Cómo estimular la creatividad para la proyección artística, a través de la danza creativa en las adultas mayores pertenecientes al grupo de danza del Municipio de Yalí, Antioquia en el 2022?

3 Objetivos

3.1 Objetivo general

Estimular la creatividad para la proyección artística, a través de la danza creativa en las adultas mayores pertenecientes al grupo de danza del Centro Vida Gerontológico del Municipio de Yalí, Antioquia, durante el ciclo comprendido entre abril a octubre de 2022.

3.2 Objetivos específicos

- Sensibilizar el potencial imaginativo, expresivo y creativo de las adultas mayores a través de la generación de un ambiente estimulante.
- Favorecer la capacidad expresiva corporal mediante la aplicación de talleres que faciliten la apropiación de algunas herramientas por parte de las adultas mayores.
- Proponer miradas alternativas sobre el lugar del adulto mayor en la danza a través de la socialización de los hallazgos relacionados con la exploración y análisis de los resultados.

4 Marco teórico

Para este trabajo de grado abordamos 4 antecedentes investigativos que exponen la importancia de la danza en las personas mayores, la exploración y acercamientos corporales como herramienta de la creación artística y las posibilidades creadoras en esta etapa de la vida. Desde estos damos cuenta de la temática que acogemos en este ejercicio, a fin de tener un contexto sobre el cual podemos navegar en términos de reflexiones y consideraciones particulares.

Presentamos así, una síntesis de estos trabajos e investigaciones previas que sirven de insumos para el análisis de la temática.

En el trabajo de Grado para obtener el título de Gerontología en la Universidad Católica de Oriente en Rionegro-Antioquia, las autoras (Lopera C & Alzate H, 2019) bajo una investigación de carácter cualitativo que incluyó la metodología de sistematización de experiencias sobre “*los beneficios integrales que trae la danza a través de la experiencia artística en adultos mayores desde la perspectiva del envejecimiento activo*”, la cual contrasta la teoría del envejecimiento activo y la danza. Por medio de dicha sistematización sustentan, desde la experiencia de las personas ubicadas en una franja de edad entre los 57 a 70 años participantes en el proceso investigativo, la trascendencia del concepto de vejez, exponiendo consideraciones relevantes sobre cómo la danza hace aportes a esta etapa de la vida en las dimensiones humanas como la funcional, la cognitiva, la relacional y la psicoafectiva. Este trabajo de grado es importante en nuestro ejercicio académico porque se convierte de algún modo en la continuación sobre las búsquedas de entrelazar la danza y la gerontología como una apuesta personal y profesional de significar la vejez en nuestros contextos sociales desde una mirada de dignidad.

De otro lado, en la investigación realizada en la Universidad Nacional de Río Cuarto, Argentina, los investigadores (Arbillaga, Elisondo, & Melgar, 2018) por medio del estudio cualitativo para el análisis de los datos y el método de las comparaciones constantes, en su investigación nombrada “Espacios que proyectan hacia nuevos horizontes. La danza como puente entre la creatividad y lo cotidiano”, nos guían por el camino de la comprensión sobre “(...) las potencialidades de todas las personas para desarrollar procesos creativos en diferentes situaciones de su vida diaria (...)”, la afirmación “(...) de que desarrollar procesos creativos promueve la salud, el bienestar y la calidad de vida” (p.22).

(Arbillaga, Elisondo, & Melgar, 2018), exponen, además:

Experiencias como éstas, con sujetos que toman a la creatividad como puente y como núcleo de su cotidianidad, otorgándole significación a todo lo que hacen, sembrándola día a día, viéndola germinar en otros; nos permite, no solo como sujetos sino también como profesionales y como formadores, visibilizar la importancia de revalorizar y promover la

creatividad, el arte y la sensibilidad en todos aquellos espacios en los cuales nos desenvolvamos. (p.31)

Damos valor a esta investigación porque justamente desde la mirada del envejecimiento activo, nuevamente se pone en consideración la danza como parte del fortalecimiento de la creatividad para la vida, partiendo de la historia de vida de los participantes y proponiendo alternativas de transformación de sus realidades del momento.

Adicional a esto, encontramos pertinente el estudio cuantitativo con un diseño cuasi experimental en un grupo controlado y uno experimental, realizado en un Centro de Atención al Adulto Mayor, Mérida-México. Los investigadores (Sumozas, Baeza, & Sánchez E., 2020) implementaron un taller de artes gráficas, con el propósito de desarrollar habilidades creativas, expresivas y psicomotrices finas en personas de la tercera edad de entre 60 y 80 años, aplicando además test y escalas de valoración sobre la creatividad, lo cual mide lo relacionado a flexibilidad, fluidez, originalidad, elaboración y calidad estética como sus dimensiones. (p.80)

(Sumozas, Baeza, & Sánchez E., 2020), expresan:

La relevancia del fomento de actividades creativas, artísticas y expresivas en la tercera edad radica en la posibilidad del desarrollo ulterior de otras habilidades psicocognitivas superiores como lo son el pensamiento abstracto o divergente que provee de herramientas de adaptación a las circunstancias y diversas situaciones por las que se pudiese llegar a transitar. (p.81)

Esta investigación nos ofrece una mirada precisa sobre las prácticas artísticas en el centro de institucionalización donde las personas mayores viven, evidenciando que no todas las praxis de esta índole apuntan al desarrollo de habilidades como la creatividad, a saber:

(...) la mayor parte de las opciones formativas y recreativas dentro de la institución refieren a áreas deportivas o de expresión corporal gruesa, como la danza, yoga, capoeira, entre otras. Si bien estas contribuyen a la mejora y el cuidado de la salud integral de este grupo, resulta insuficiente en el sentido que descuidan ámbitos de oportunidades para un potencializar las capacidades, y que a su vez coadyuve a la mejora de habilidades psicocognitivas de orden superior tales como la creatividad, pensamiento divergente, las expresiones artísticas y culturales (...). (p.91)

Siguiendo la línea anterior, (Bustos Pinchulef, 2015), evidencia en su trabajo de grado para optar por el título de Licenciada en Danza de la Universidad Academia de Humanismo Cristiano en Santiago de Chile, consideraciones alternas ‘Sobre los Beneficios de la Danza en el Adulto Mayor’, tomando en cuenta aspectos como el autoconocimiento y exploración de las posibilidades corporales que la persona mayor tiene al realizarla, además de la comprensión que hace sobre la

inclusión de las actividades lúdicas no como recreación “(...) sino como potenciadora de la creatividad, de goce, integración y solidaridad (...)” (p.69).

Desde un enfoque cualitativo a través de la metodología del interaccionismo simbólico, la investigadora resalta resultados como la autopercepción de los beneficios en los testimonios de las mismas personas participantes, llegando a conclusiones aportantes para nuestro ejercicio analítico como (entre otras):

En la práctica de la danza como tal logran descubrirse, reconocerse y modificarse a través del contacto con su cuerpo, la representación corporal que les brinda el movimiento de su expresión interna genera introspecciones que se evidencian en cambios en su forma de comunicarse físicamente consigo mismos y su entorno (...). (p. 155)

Bajo la mirada de estos antecedentes, entendiendo además que progresivamente se ha aumentado la investigación sobre esta temática y que son muchos los análisis que nos alientan la reflexión, centramos nuestra atención en los expuestos, encontrando aspectos comunes como: los beneficios integrales que la danza ofrece a la población en cuestión, las posibilidades que las personas mayores encuentran para explorar sus habilidades corporales, redescubrirse y reconocerse a través de la expresión consciente de sus emociones, desdibujar las ideas que se tienen a nivel social sobre la vejez, la promoción de espacios para el desarrollo de experiencias artísticas, la exaltación de la subjetividad como fuente de creación, los lenguajes expresivos y creativos de la danza como facilitadores de interconexiones entre lo propio e íntimo y lo social, histórico y cultural, entre otras consideraciones, que nos permiten ahondar y dar un soporte en términos teóricos sobre nuestras reflexiones.

4.1 Referentes conceptuales

En el ejercicio propuesto en este trabajo de grado, es nuestro interés acercarnos a los conceptos elementales sobre creatividad, la proyección artística, danza creativa y adulto mayor como foco de atención, lo que nos posibilita adentrarnos en las consideraciones particulares necesarias para procurar un entendimiento relacionado con la creatividad para la escena desde la danza creativa en las personas mayores.

Creatividad

Guilford, 1950, citado por (Torrents M., Hristovski, & Balagué i Serre, 2013) expresa que “la creatividad se define clásicamente como ‘una aptitud del pensamiento divergente’ compuesta

por la originalidad, la fluidez y la flexibilidad” (p.129). Tal definición es comprendida desde la psicología como la búsqueda de la dispersión, encontrar diversidad de respuestas ante una situación o un estímulo. (Torres, 2021) (p.1).

La definición de la creatividad a la luz de la danza, sería la que favorece la exploración corporal de diferentes formas que permiten la expresión de las emociones y los pensamientos, considerando además un ambiente propicio para ello. El interés de reconocer la creatividad en las personas mayores nos pone en la tarea de indagar acerca de las posibilidades que esta población tiene a su alcance para tal efecto, comprendiendo que la creatividad contiene una serie de características que aportan a su definición. Como bien se expresó en el anterior párrafo, la originalidad, la fluidez y la flexibilidad, suponen un desarrollo íntegro de la creatividad en el ser humano. Siendo así la originalidad puede verse ligada a la imaginación y la inventiva, la espontaneidad y la expresión genuina y auténtica del ser danzante.

En este sentido (Rua, 2017) expone en su trabajo sobre *‘La autenticidad en el proceso Creativo de la danza y su implicancia ética hacia el público’* que:

El ser humano posee una intuición sobre lo que es o no es auténtico. En el arte, la autenticidad a la que nos referimos trata sobre transmitir a través del arte las ideas, sensaciones, o emociones que el artista posee realmente, estos atributos están ligados a la originalidad, la sinceridad y lo que hace único a un artista y a su obra. A pesar de que ‘no hay nada nuevo bajo el sol’ la autenticidad es posible; Charles Taylor menciona ‘el principio de la originalidad: cada una de nuestras voces tiene algo propio que decir’ (TAYLOR, 1994, p. 64), aunque estemos hablando de lo mismo. (p.3)

De igual manera la capacidad de imaginación se arraiga profundamente en el proceso de la creatividad una vez que se inicia la pregunta por cómo responder ante una situación. Esto supone una búsqueda de ideas que pueden resultar poco convencionales y que de alguna manera dejan ver otros caminos para llegar a un punto u objetivo determinado.

De otro lado, la flexibilidad en este caso hace referencia a la capacidad de adaptación a las variadas maneras que surgen en un proceso exploratorio, a la facilidad que se tenga de cambiar de una idea a otra, de un pensamiento a otro, de un movimiento a otro. Aquí entra a participar el elemento de la fluidez pues a mayor capacidad de adaptarse y transitar hacia otras maneras no convencionales, mayor fluidez hay en el proceso creativo.

Ahora bien, es necesario para nosotros observar estas características desde la óptica de la persona mayor, comprendiendo que en la vejez se comienza a tener unas respuestas más lentas a las condiciones que se le presentan, esto debido en gran medida a que su funcionalidad cerebral va disminuyendo, más aún si hay influencia de algún tipo de deterioro patológico. Igual ocurre en su capacidad física y funcional de responder a ciertos estímulos haciendo que haya un enlentecimiento de sus acciones corporales. Sumado a esto se encuentra la percepción que la persona mayor tiene

de sí mismo a partir de los condicionamientos sociales que generan en gran medida una imagen de incapacidad para realizar ciertas actividades. Anteriormente, los cuerpos eran vistos desde la mirada de la productividad, es decir cuerpos capaces de trabajar, mas no como cuerpos con capacidad para el disfrute por sí solo, incluso el placer, esto a la luz de condicionamientos fuertemente arraigados en nuestra cultura como la iglesia y los estamentos políticos quienes en cierta medida eran los que determinaban lo socialmente correcto, los que validaban o no ciertos comportamientos e incluso expresiones de las personas. Entendemos también que en nuestra cultura han rondado las estructuras patriarcales ciertamente naturalizadas en las formas cotidianas de relacionamientos sociales y familiares, a partir de las cuales se ha crecido con una negación al cuerpo, es decir, la nula necesidad de reconocer el cuerpo como expresivo y con capacidades creadoras, y menos para el arte.

Danza creativa

En (Pérez-Testor & Griñó Roca, 2015), se expone:

La Danza Creativa, también conocida como danza educativa, es una formación básica con la finalidad de servir de guía de exploración y reflexión sobre la manera de hacer y concebir el movimiento. El movimiento es una creación espontánea capaz de desarrollar un lenguaje propio en todas las etapas de la vida (...) Sus objetivos principales son: impulsar la exploración de nuevos movimientos conservando viva la espontaneidad de los participantes, promover la toma de conciencia de los movimientos tanto individuales como grupales y fomentar la expresión artística potenciando la expresión creativa (p. 167)

Desde nuestra experiencia la danza creativa pone en consideración lo que cada ser humano es y trae consigo, lo que ha conseguido en su desarrollo a lo largo de su vida a nivel físico, psicoafectivo, mental y social. Este cúmulo de experiencias que reside en la individualidad sirve a la danza creativa como fuente de información en la medida que cada persona al momento de realizar la exploración corporal refleja todo aquello que lo habita, y esto hace que se convierta en fuente de inspiración al mismo tiempo pues en la conjugación de las experiencias corporales de su cotidianidad y las nuevas vivencias desde la danza creativa es donde se potencia la expresión artística que se promueve desde esta forma danzada. Según lo expuesto por (Durán, 1991) “En la danza educativa no existe ‘lo erróneo’ ni ‘lo certero’. No existen pasos que aprender, ni estilos. Lo que importa es que el alumno recurra a sus fuentes íntimas para expresarse. Un aumento en la habilidad física aumenta la capacidad de expresión, pero en la danza el contenido es anterior a la destreza” (p. 65).

Como foco de análisis en este trabajo, la danza creativa resulta ser para nosotros el medio a través del cual podemos comprender la creatividad en el adulto mayor al momento de aportar

elementos de esta índole en la puesta en escena, la proyección artística. En este sentido reconocemos como danza creativa aquella que implica en su hacer lo que no está escrito, incluso lo que no está resuelto, es decir, si bien el proceso en la danza creativa parte sin duda de una planeación que contiene objetivos, estrategias metodológicas y propósito establecido, lo que surge es aquello que no se espera, no es predecible, pues en la libertad y dominio de cada persona que vive la experiencia danzada se mezclan sus propias habilidades, capacidades, comprensiones, sentidos, sentimientos, emociones, pensamientos, lo que hace que lo que surge como un nuevo movimiento o una forma diferente de expresarse sea lo que hace de la danza creativa la riqueza de la creación artística. Y es que precisamente la búsqueda con la danza desde esta mirada es la vivencia nueva a nivel corporal que refleja precisamente las búsquedas, preguntas, respuestas y motivaciones íntimas.

En las personas mayores, hablando del grupo de danza del municipio de Yalí foco de nuestro trabajo, ocurre que la participación en el mismo viene de la voluntad, decisión y libertad, su acercamiento se ha dado por el interés del disfrute, el goce, el bienestar que les genera, el espacio de esparcimiento y que en cierta medida les produce alegría. Como bien lo mencionan (Pérez-Testor & Griño Roca, 2015) “La Danza Creativa es un medio eficaz para prevenir y luchar contra los automatismos repetitivos. Permite transformar los movimientos más rígidos en movimientos placenteros” (p.168). Bajo esta premisa pensamos que la danza creativa es la que aporta justamente a un acercamiento consciente a sus propios cuerpos que sienten disfrutar de la danza como tal, favoreciendo el desenvolvimiento desde otra mirada, la suya propia, es decir, avanzar en la conciencia corporal de un cuerpo tal y como es en presente, con capacidades y con limitaciones también pero con posibilidades y alternativas para auto revisarse, y permitirse otras experiencias que amplíen no solo su rango de movimiento sino su propia expresión, puesto que la danza creativa ofrece al adulto mayor que la explora, la oportunidad de aceptar su forma y contenido corporal en el momento presente, lo cual favorece el cambio de percepción de sí mismo, incluso se convierte en un medio para la mágica tarea de adaptarse a su proceso de vida. Desde los estudios de gerontología logrados en la experiencia docente y profesional, el proceso de adaptación a los cambios que se presentan en la etapa de la vejez, resulta ser complejo una vez que la persona envejeciente se abstrae de sí misma y evita reconocer que está envejeciendo, sin embargo, la experiencia en la danza también nos ha mostrado que este arte ha favorecido en dicho proceso, acercando a las personas mayores a vivencias que repercuten en su autopercepción, aceptación de su etapa de vida y en la estimación de sí mismos.

La danza creativa dentro de sus características contempla la búsqueda del movimiento espontáneo y la expresividad como una de las fuentes para la creación. Utiliza la improvisación como técnica para avanzar en estos caminos, con variedad de herramientas metodológicas que posibilitan la exploración de los lenguajes corporales. Aquí se conjuga justamente la creatividad y sus particulares características con las cuales se afianza la imaginación, la fluidez, la flexibilidad, la autenticidad, como bases esenciales en la danza creativa.

Proyección artística en la danza folclórica

Sobre esta, la autora (Lindo de Salas, 2010) expresa “El artista de la danza no solo se mueve describiendo coreografías ya planeadas, si no que deja entre ver en cada una de sus interpretaciones, sentimientos particulares y una expresividad interior que resultaría difícil de reproducir de manera idéntica en cada interpretación” (p.14).

Esta expresión de Mónica Lindo de Salas refleja de alguna manera lo que sucede en la proyección artística cuando hacemos danza folclórica, pues es allí mismo donde encontramos el folclor como un punto de partida que nos permite reconocer y valorar lo que se construye o identifica en nuestro entorno y al salir de allí, se lleva esa misma esencia a otros lugares diversos de diferentes maneras, dándolo a conocer en un escenario o un espacio no convencional. La proyección artística sugiere precisamente llevar lo tradicional de la danza folclórica a estos espacios donde se da la conjugación de los elementos cotidianos que constituyen la danza y los aspectos estéticos, técnicos y escénicos que la hacen ser una representación, la misma que el bailarín ejecuta inyectándole lo propio de su ser, su experiencia, su lenguaje e interpretación.

(Lindo de Salas, 2010), refiere (...) “Es posible identificar una tendencia de la danza, como expresión artística, como arte vivo, al convertirse en una herramienta que materializa y comunica los sentimientos y emociones humanas a través del movimiento reflejando la armonía de estos para proyectar en escena” (...). (p. 15)

La danza es lo que es en el instante mismo de su entrega al espectador, el público, el escenario, es decir, no es un arte estático que se manifiesta igual en cada presentación, sino que se dinamiza en cada una de las proyecciones que se realiza, aun siendo la misma danza, por ejemplo. Para nosotros, basándonos en la experiencia como bailarines, resulta necesario comprender que la danza folclórica, la que ejecutamos en nuestro caso, contiene una serie de elementos como la historia, la temporalidad y la temática, entre otros, que la hacen denominar justamente como folclor. Su estudio es necesario para acercarnos al momento donde inicia su recorrido en la historia y la trazabilidad que ha tenido en el tiempo, los aspectos socioculturales que la atraviesan, los factores identitarios que la componen y las condiciones particulares de lugar y tiempo de donde surgen, pues estos ayudan a constituir la puesta en escena de la representación misma, ya no se danza de la manera cotidiana como parte de la recreación de la sociedad en donde se gestó inicialmente, sino que se usan los recursos de la proyección artística para movilizarla, de ahí que no es estática, sino dinámica en la medida que se van haciendo los aportes estéticos y los propios de las técnicas corporales de la danza, además de los realizados por el bailarín sobre sus emociones y sensaciones provocadas por la misma. Así, en cada presentación hay una energía y una vivencia distinta lo que la hace única en ese momento, pero al mismo tiempo sigue comunicando su contenido y temática poniendo en marcha el “como si” de la historia que trae consigo, es decir el

juego escénico de la representación. La danza puesta en proyección escénica es única y la experiencia irrepetible en la medida que el espectador se funde con la vivencia del bailarín en ese instante, lo que se recibe y lo que se entrega hace parte de la identidad de la danza que se manifiesta en cada interpretación.

“Hablar de la proyección artística en la danza folclórica es hacer referencia a esa proyección folclórica según la propuesta a investigar, y es allí cuando la danza adopta un carácter tomando como bases las expresiones raizales que son revestidas y enriquecidas con herramientas propias de la puesta en escena teniendo en cuenta un público y el lenguaje escénico” (Lindo de Salas, 2010) (p. 36).

El maestro (Murillo, 2022) en la entrevista realizada por Yeisme Romero Fuenmayor nos relata: “El mismo concepto de proyección nos está dando a entender que hay un hecho folclórico original y a partir del mismo, de tu moverlo o sacarlo de su nicho, de su contexto original hacia otro medio u otro lugar, es este ya un motivo de proyección; por ejemplo, la danza de la Chichamaya o la Yonna de la Guajira, ocurre en las comunidades Wayu en su entramado, en su localidad, ocurre un ritual como una celebración ligados a su cultura, a sus costumbres y allí se da un hecho folclórico, llamado el hecho folclórico al acontecimiento original que ocurre en el lugar y en el momento donde las cosas se dan culturalmente. Al sacarlo de su lugar y llevarlo a un escenario distinto al original natural, cultural, ya lo convierte en una proyección, porque estamos partiendo de una forma u otra del hecho de que no se da en la ranchería, no se da en la comunidad donde usualmente suele darse a pie descalzo” (...).

Nos aporta además “Podríamos hablar de unos niveles de proyección, es decir, cuando se da con la misma comunidad es un tipo de proyección que sería de tipo endógeno, por que ocurre en la misma comunidad, la proyección se aprende y se enseña a esos mismos integrantes de una comunidad, tipo endógeno local, o regional o nacional. Cuando el hecho folclórico sale de las fronteras donde ocurre originalmente y se traslada hacia otras latitudes, hacia las universidades, hacia otros tipos de espacios y es aprendido o es enseñado por los que no son los originales portadores, sigue siendo un proceso exógeno porque se da fuera del contexto, del entorno original donde ocurre el hecho folclórico”. (Murillo, 2022)

Consideraciones sobre el adulto mayor en la danza

La OMS define el envejecimiento activo como “el proceso de optimización de oportunidades de salud, participación y seguridad con el objetivo de mejorar la calidad de vida a medida que las personas envejecen”. (Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO), 2011, pág. 16).

Envejecer implica la construcción individual y social de un proceso en el cual se hayan arraigados los constructos sociales y culturales así como los aspectos personales sobre los cuales el adulto mayor desarrolla su vida con sus posibilidades, capacidades y condiciones bio-fisiológicas, psicoafectivas, cognitivas y funcionales, lo cual favorece o no el sostenimiento de la autonomía en términos de la capacidad de toma de decisiones y actuar por sí mismo, y la independencia en el sentido de la capacidad funcional de realizar actividades cotidianas sin la ayuda de nadie. Desde la experiencia en el arte, hemos sido testigos sobre cómo la danza posibilita este envejecimiento activo ya referenciado, pues en términos de salud y participación ha sido un medio propicio para el mantenimiento de dicha autonomía e independencia, pilares esenciales en la vejez saludable y activa.

Hemos observado que la danza aporta al proceso de un envejecimiento activo al ser un factor protector de la salud en la medida que su práctica fortalece aspectos como la coordinación, el equilibrio y la resistencia. En adición a esto vemos como la danza se convierte en mediador entre la cultura y el ser humano posibilitando los procesos de participación social de los adultos mayores. Desde esta mirada, hemos visto la incursión de las personas mayores a espacios que anteriormente no se les permitía, como actividades deportivas, académicas, culturales, entre otras, haciendo que la manera de envejecer se evidencie cambiante como la misma sociedad. Las motivaciones para participar de ciertos procesos antes limitados, genera acercamientos a la vida social, familiar, cultural, recreativa, etc., lo cual pone el foco en la importancia de la persona mayor en la sociedad una vez que se contempla como un ser activo, que sigue siendo protagonista de su propia historia fortaleciendo sus capacidades y llenando de significado su vida.

Ahora bien, la mirada que la persona mayor tiene de sí misma cuando danza propicia un encuentro con sus propias ideas y conceptos previamente aprendidos, su historia de vida se ve reflejada en la corporalidad, en sus expresiones, en sus silencios, en sus palabras, en su rítmica, en sus movimientos. De hecho, en muchas ocasiones se observa que el adulto mayor a partir de sus vivencias previas, suele tener cierta preferencia para usar su espacio corporal, su propia kinesfera lo cual limita de alguna manera la posibilidad de expansión de sus movimientos. (Lopera C & Alzate H, 2019)

Sin embargo, el cuerpo del adulto sigue siendo un cuerpo que expresa, no solo en movimiento, pues la manera de caminar, hablar, contar sus historias, acercarse a otros cuerpos, sentir la música, estar en silencio, entre otros aspectos, están dando cuenta de la expresión de sí mismo, su esencia transmitida a través de cuerpo, que consciente o inconscientemente aproxima al adulto al encuentro con la exploración en la danza. Nuestra labor como docente ha encaminado el ejercicio de la danza en las personas mayores a reconocer estas presencias corporales a través del movimiento, la comunicación y el lenguaje corporal desde ese espacio íntimo y personal que ellos reflejan y desde donde se relacionan y se mueven con tranquilidad y confianza, lo cual nos ha dado la posibilidad de ampliar su experiencia, significando este espacio personal y dando sentido al espacio colectivo.

4.2 Contexto

Nos ubicamos en el municipio de Yalí, al Nordeste de Antioquia, donde una de las investigadoras de este proceso se ha venido desempeñando como gerontóloga municipal. En el año 2021, bajo la coordinación del programa municipal de adulto mayor nos encontramos con el programa Centro Vida Gerontológico desde donde se atiende a gran parte de la población de personas mayores en el área urbana y la Escuela de Formación en Danza La Mano Minera, al cual pertenecen diferentes grupos poblacionales, entre ellos el de adultos mayores del programa mencionado. Esta agrupación de la población mayor tiene una trayectoria de proyección artística de más de 6 años, bajo la dirección de diferentes monitores de la Escuela de Danza. En este año mencionado, se retomó el proceso después del aislamiento social provocado por la pandemia mundial del Covid-19, lo cual tuvo una gran repercusión en la población de personas mayores en términos de enfermedades y desmotivación, esto hizo que muchos de los asistentes anteriores no regresaran al proceso de danza, según lo expresa el nuevo monitor del grupo Luis Zuleta. (Zuleta, 2021). Durante el 2021 se reintegraron participantes antiguos y nuevos, conformando el grupo de proyección artística de adulto mayor y este reinicio dio paso a la realización de diversas presentaciones en actos culturales a nivel municipal, el cual hemos acompañado desde las áreas de gerontología y danza. Este acompañamiento puso el interrogante sobre cómo despertar la creatividad en las personas mayores para la proyección artística. Además, como parte de los procesos de formación en esta población, nos preguntamos sobre las metodologías adecuadas para este grupo etario teniendo en cuenta las características propias de la etapa. Como lo expone el monitor de danza Luis Zuleta, este era un grupo anteriormente conformado por hombres y mujeres, pero después del confinamiento solo ingresaron mujeres, lo cual pone en consideración la proyección de danzas que sean realizadas solo por ellas, adicional al rango de edad que se tiene actualmente, el cual oscila entre los 55 años a los 85 años, esto permite observar que los cuerpos que danzan tienen trayectorias de vida diferentes, es decir, no danza igual la persona de 55 años que la de 82 años por ejemplo. (Zuleta, 2021)

Este contexto establece el tipo de población con quienes se desarrolla este proceso de investigación, el cual nos invita a considerar con conciencia la teoría del envejecimiento para comprender lo propio de la vejez, y a reflexionar sobre la creatividad en esta etapa de vida, en especial en el acercamiento a la danza como manifestación artística. Consideramos necesario reconocer que la agrupación de danza ya tiene una trayectoria de proyección escénica, la cual les ha dejado cierta experiencia al momento de comprender un montaje coreográfico y la implicación que tiene una puesta en escena, según lo expresa el monitor de danza. Es un grupo de personas mayores que llegan por el interés y el gusto que provoca la danza, y pese a que para algunas es primera vez que lo hacen, sienten que es su momento para disfrutarlo. Esta perspectiva nos da la

posibilidad de comprender que, a diferencia de un grupo de danza social, que solo van a bailar por goce, sano esparcimiento y uso del tiempo libre, las mujeres que asisten a este grupo tienen claro que su interés es la proyección artística, pues el gusto y disfrute lo ofrece precisamente esta condición y allí radica parte de nuestro interés al cuestionarnos sobre la creatividad en la proyección escénica de la danza.

5 Metodología

Para llevar a cabo este ejercicio de investigación, tomamos en cuenta el enfoque de investigación cualitativa sobre la Investigación Acción Participativa –IAP- acogiendo algunos de sus objetivos y principios aplicados en los grupos sociales. Como lo expresan (Ortiz & Borjas, 2008) en la IAP (...) “se desarrollan procesos de observación de la realidad para generar la reflexión sobre la práctica, de planificación y desarrollo de acciones para su mejora y de sistematización de la experiencia y reflexión en y sobre la acción para la producción de conocimientos en el campo de la educación popular” (...) (p.620). La IAP nos posibilita comprender el tema de investigación, una vez tenemos en consideración el grupo focal de personas mayores que ejecutan un proceso social y artístico, quienes han estado inmersas en dicho proceso como protagonistas, pues desde su experiencia y conocimiento son las que han enfrentado el desarrollo de sus potencialidades, han sido conscientes de sus deficiencias y han puesto en común sus intereses. Todo ello nos posibilita trazar una ruta metodológica de investigación que favorezca al grupo y al proceso, y nos ayude a visibilizar lo relacionado a la creatividad en la proyección artística.

Conjugamos la danza y la IAP, pues ambas permiten la construcción social basándose en nuevos conocimientos que posibilitan los cambios. La danza, desde el proceso de enseñanza, facilita recoger información de realidades, no como datos aislados sino como experiencias subjetivas de vida necesarias en los análisis humanos y sociales, ofrece la oportunidad que sean los mismos sujetos sumergidos en la vivencia quienes observen y examinen sus propias condiciones, favorece el encuentro para las preguntas, las palabras, los silencios, las emociones, las sensaciones, las expresiones, las percepciones, los acuerdos y los disensos, lo que en cierta medida favorece las transformaciones a partir de nuevas construcciones colectivas del conocimiento y de la práctica. La danza nos permite el encuentro individual para ser, estar y hacer en colectivo, a fin de generar la conciencia de ser sujetos sociales, haciendo uso de nuestras capacidades, de nuestras propias vivencias y del conocimiento desarrollado en la vida.

Para nosotros, la Investigación Acción Participativa –IAP- ha sido una forma de ser y hacer desde la enseñanza de la danza, pues muchos de sus elementos son los que han trazado el sendero por el cual hemos transitado experiencias que han servido para la transformación de vidas que pasan por los encuentros de danza. Tal como lo expresa Fals Borda “Una investigación bien hecha, una acción (praxis) bien hecha, una participación auténtica, son la base de una nueva universidad y de una nueva sociedad” (Universidad Pedagógica Nacional, 2015).

Concordamos así, que cuando la danza se pone al servicio de la sociedad, en búsqueda de cambios que mejoren y favorezcan la vida y las condiciones de bienestar a las cuales todo ser humano tiene derecho, con acciones bien hechas, bien pensadas, bien concebidas, que además

cuenta con la participación genuina y activa de los aprendices, legitima ciertamente un proceso educativo con y para los seres humanos en búsqueda precisamente de una “Nueva sociedad”.

(Contreras O., La Investigación Acción Participativa (IAP): revisando sus metodologías y sus potencialidades, 2002) Expone:

Como toda idea y concepto, el tratamiento que se ha hecho de la Investigación Participativa se ha ido reconfigurando según las transformaciones contextuales en que se insertan quienes las sustentan. No obstante, se han mantenido tres elementos que le son centrales: a) el ser una metodología para el cambio; b) el fomentar la participación y autodeterminación de las personas que la utilizan, y c) ser la expresión de la relación dialéctica entre conocimiento y acción. Estos elementos, en su conjunto, la presentan como una herramienta útil de apropiación y de alteración de la realidad para quienes no poseen esa facultad. (p.10)

De esta manera, tanto la danza como la IAP propician la reconfiguración de la realidad de las personas mayores danzantes a favor de su transformación, pues ambas facilitan la participación activa y democrática de la población, moviliza la reflexión sobre el mismo hacer, en este caso en la danza, y la búsqueda colectiva de alternativas para mejorar las condiciones actuales que se viven en una determinada situación, siendo la pregunta por la creatividad en los procesos de proyección artística la que moviliza nuestro hacer.

Por tanto, estamos de acuerdo con (Durstun & Miranda, 2002) cuando exponen la IAP como: (...) “metodología apta para diagnosticar, intervenir y evaluar los procesos socioculturales, pone énfasis en el protagonismo y el código cultural de los participantes, combinando una evaluación conjunta entre agentes de intervención y destinatarios” (...). (p.61)

El trabajo al interior del grupo de danza, debe considerar la exploración desde sus propias prácticas, teniendo en cuenta que, por pequeñas o insignificantes que sean las apreciaciones, percepciones y vivencias, son las que van a dar paso a los cambios sobre el tema de investigación y las categorías propuestas sobre el adulto mayor en la creatividad, la proyección artística y la danza creativa.

Nuestras fuentes primarias de información son precisamente las personas mayores integrantes del grupo de danza del municipio de Yalí y el monitor docente de danza. Además de las bitácoras y diarios de campo que recopilan la información en el transcurso de la investigación.

El desarrollo de la investigación se da en el municipio mencionado, en el lugar de encuentro llamado Centro Vida, donde se realizan las prácticas de danza.

Adicional a esto, para hablar sobre las técnicas a utilizar en la recolección y análisis de la información, contextualizamos las fases que la IAP contiene y que nos permiten visibilizar de manera clara el procedimiento de investigación a seguir.

Según (Colmenares E., 2012), las fases se encuentran distribuidas así “Fase I, descubrir la temática; Fase II, representada por la construcción del Plan de Acción por seguir en la investigación; la Fase III consiste en la Ejecución del Plan de Acción, y la Fase IV, cierre de la Investigación” (...). (p. 107)

En relación a los objetivos específicos, buscamos que cada una de las fases de cuenta de estos, abonando progresivamente a las respuestas sobre la pregunta de investigación.

Al terminar cada uno de los talleres se dispone el recurso de la valoración individual y colectiva del ejercicio como un medio de recoger las percepciones, sensaciones y reflexiones de la vivencia, a fin de contar con información que dé paso al desarrollo de la siguiente fase sobre el análisis y reflexión.

Teniendo en cuenta el tipo de población al cual dirigimos estas acciones y a la temática de investigación, contemplamos el proceso de la valoración que las integrantes de grupo de danza den a sus propios progresos, al desarrollo de sus habilidades corporales y expresivas tan importantes como su desenvolvimiento relacional y psicoafectivo en los diferentes encuentros. Desde nuestra metodología propuesta de la IAP, comprendemos que el acercamiento con el adulto mayor se da desde una relación horizontal lo cual implica una valoración en doble vía, es decir, un proceso de retroalimentación. Buscamos, además, que la valoración sea desde la experiencia significativa de las participantes, más allá de la consecución de conceptos. Adicional a esto, consideramos que las integrantes del grupo de danza llegan a este con un ideal del aprendizaje liberador, el cual no podría verse limitado por una evaluación que indique si hace bien o mal un ejercicio, sino más bien que desde sus propias capacidades, necesidades e intereses, se encuentren a sí mismas desde una propuesta que le invita a descubrir sus potencialidades y les posibilite el goce y disfrute en un ambiente propuesto para el desarrollo de la interacción social, la comunicación, la convivencia y la libertad de su expresión. Por estas razones la propuesta de valoración estará encaminada a la autovaloración y la valoración grupal, la cual se expresa al final de cada fase

Para nuestro trabajo proponemos las etapas de la siguiente manera:

Fase I: Descubrimiento y exposición de la temática.

Esta da cuenta de la pregunta de investigación sobre cómo estimular la creatividad en las personas mayores para la proyección artística. En ella exponemos la pregunta de investigación con el grupo de danza. En esta etapa usamos la técnica “El café del mundo” que favorece la entrega y recolección de la información.

Alfredo Ghiso citado por La (Subsecretaría de Formación Ciudadana-Alcaldía de Medellín, 2015), conceptualiza las técnicas interactivas y las establece como (...) “dispositivos que activan la expresión de las personas y facilitan el hacer ver, hacer hablar, hacer recuperar, hacer recrear y

hacer analizar; son mecanismos que permiten visibilizar sentimientos, vivencias y formas de ser, creer, pensar, actuar, sentir y relacionar” (p.11).

Estas técnicas se instalan en la teoría de la educación popular y se establecen como mecanismos de alta participación. Para esta primera fase tenemos la técnica denominada:

Café del mundo: es una forma intencional de crear una red viva de conversación en torno a asuntos que importan. Se trata que las redes informales de conversación permitan la comunicación y el intercambio de conocimientos y experiencias. Esta técnica interactiva, permite que lo cotidiano se convierta en trascendental en la medida en que se hacen conscientes aspectos importantes de un grupo o comunidad, en este caso el grupo de danza. A través de la conversación, las personas fluyen de forma espontánea y natural, expresan emociones, pensamientos, ideas, sensaciones, percepciones, imaginarios; el café del mundo logra recoger lo espontáneo de una conversación y lo coloca en el plano del diálogo consciente, es decir, a través de preguntas que orientan dicha conversación, se va motivando a que esta adquiera un carácter reflexivo de lo que se dice y se expresa, lo cual favorece el desarrollo de la comunicación dialógica en donde cada persona se convierte en un interlocutor válido, pues su palabra y expresión es tan valiosa como la de los demás. Esta técnica se desarrolla en subgrupos donde se dialoga sobre un tema específico, se deja fluir la conversación recogiendo los aspectos significativos y relevantes, luego de un tiempo determinado se hacen rotaciones de los grupos, los cuales se acercan a otro tema al cual dan respuesta a través de la conversación y el diálogo (Subsecretaría de Formación Ciudadana-Alcaldía de Medellín, 2015).

Se expone aquí las preguntas orientadoras relacionadas a la creatividad y la percepción que las integrantes del grupo tienen sobre ésta a nivel general y particular exaltando sus vivencias y conocimientos previos.

Fase II: Plan de acción.

Esta etapa implica el derrotero de actividades que dan paso a los objetivos específicos sobre la sensibilización del potencial imaginativo y creativo, y la exploración de la capacidad expresiva corporal.

En este ciclo, se usan como estrategias de investigación los talleres formativos que nos permiten recoger la información a partir de la exploración, reflexión y valoración del proceso. Proponemos 5 talleres que contienen actividades de danza y exploración corporal así:

1° taller formativo

Temática: “Acciones simples hacia el despertar de la imaginación”

Objetivo: Preparar desde la palabra la búsqueda imaginativa y la recursividad para el uso de diferentes objetos.

Acciones:

“Y esto para qué me sirve”, da paso a que por medio de la palabra se den usos diferentes a variedad de objetos. Se dispone la mente para el pensamiento divergente.

“Imaginando paisajes”, propicia la activación de la imaginación a partir de ideas y visualizaciones mentales que se direccionan en la búsqueda de crear paisajes diferentes, para luego socializar desde la palabra en la construcción de un cuento colectivo.

Valoración para el primer taller formativo: “El Mural” valoración grupal

Esta técnica de valoración consiste en que, sobre un mural previamente instalado, las participantes expongan en una palabra o frase lo que les ha gustado del taller y lo que no les ha gustado, además de las preguntas orientadoras sobre qué significa la imaginación y para qué nos puede servir en el grupo de danza. En un principio queremos reconocer el sentir de las integrantes respecto al encuentro, el primer acercamiento al desarrollo de la temática de investigación, generando de alguna manera un grado de confianza para la expresión de aquellas cosas que van más allá de los asuntos técnicos de la danza y que atraviesan la experiencia vivida en la sesión.

¿Qué nos gustó de este encuentro?

¿Qué no nos agradó del encuentro?

¿Qué significa la imaginación para ustedes?

¿Para qué nos puede servir en el grupo de danza?

2° taller formativo

Temática: “Mi cuerpo sensitivo y emotivo”

Objetivo: Explorar las posibilidades imaginativas y de expresión corporal a través de las sensaciones y las emociones.

Acciones:

“El baile de la imaginación”, propone ejercicios donde se implementen objetos diversos (palos, pañuelos, sombreros, faldas de danza, etc.) dándoles un uso diferente con la intervención de la música folclórica colombiana.

“Mi cuerpo sensitivo y emotivo”, expone la posibilidad de dibujar la música plasmando en papel trazos manuales y luego trasladarlos a lugares más amplios como pliegos de papel y luego en el espacio con el cuerpo. La música propone estados de ánimo que facilitan la expresión de las emociones y el cuerpo desde sus propias sensaciones realiza la tarea de exploración.

Valoración para los talleres formativos 2, 3 y 4: “Valorando el Proceso” valoración individual.

Al terminar cada taller formativo se entrega una hoja con las preguntas sobre la valoración del proceso para que cada participante pueda dejar consignadas sus percepciones al respecto. Teniendo en cuenta la población, si se evidencia que no saben escribir, recurriremos al uso de grabaciones de audio para recoger las respuestas.

Cómo valoras el encuentro respecto al objetivo que se planteó al inicio.

Menciona tus logros y dificultades que percibiste en el taller.

Qué descubriste de ti en tus exploraciones dentro del taller.

Desde lo que observo en mis compañeras, ¿cómo me nutro en mi proceso?

Qué pensamientos te resultan sobre la temática del taller.

3° taller formativo

Temática: “Mis sentidos y mi creatividad”

Objetivo: Profundizar el campo de la creatividad a partir de las experiencias sensoriales.

Acciones:

“Sentidos a flor de piel”, se experimentan los sentidos con los ojos cerrados con diferentes objetos y propuestas sonoras, para luego expresar corporalmente las sensaciones vividas.

“Gesto y movimiento”, se busca la construcción progresiva de una secuencia que inicie con gestos en quietud y continúe con propuestas de movimientos desplazándose hacia otro lugar del espacio, a partir de diversos efectos sonoros.

4° taller formativo

Temática: “Creaciones colectivas”

Objetivo: Disponer al grupo para la exploración creativa de manera colectiva, usando las herramientas anteriores como puntos de partida.

Acciones:

“Cantando y bailando”, dispone al grupo a crear corporalmente una historia a partir de canciones folclóricas conocidas.

“Echando cuento”, propone la tarea de la construcción de una historia que pueda ser contada con los cuerpos. Se puede utilizar las historias o temáticas de algunas danzas folclóricas que el grupo debe explorar corporalmente dando una secuencia de movimientos.

5° taller formativo

Temática: “La puesta en escena”

Objetivo: Acercar al grupo a la puesta en escena con alguno de los ejercicios individuales y colectivos realizados, incluyendo elementos estéticos y técnicos de la danza.

Acciones:

“Danzando la vida”, se retoman los ejercicios más significativos a nivel individual y grupal, buscando tejer una historia danzada de manera colectiva.

Valoración para el taller formativo 5: “La Maleta” valoración individual.

Siendo el último taller de la segunda fase, proponemos una valoración más integral sobre todo el proceso vivenciado, la cual permite el acercamiento a una mirada más holística y con mayor significación de la experiencia.

¿Qué cosas traje en mi equipaje sobre la creatividad que han cambiado en estos encuentros?	¿Qué cosas quiero sacar de mi maleta que no me sirven en mi exploración creativa?	¿Qué quiero conservar en mi equipaje de este proceso para seguir poniendo en práctica?

De otro lado, consideramos imperante realizar nuestro propio proceso valorativo de los talleres, pues cada encuentro nos arroja pistas sobre lo que funciona, lo que no es relevante, sobre lo que se puede mejorar en términos de la metodología que favorezca el cumplimiento de los objetivos. Bajo esta premisa consideramos pues, que el diario de campo, sirve para tomar los apuntes necesarios que den cuenta del proceso.

Este Diario cuenta con:

TALLER N°	
FECHA	
TEMÁTICA DEL TALLER	

OBJETIVO	
Situaciones positivas a resaltar del taller.	
Dificultades en el desarrollo del taller.	
Logros alcanzados en la sesión.	
Aspectos a mejorar.	
Reflexión pedagógica de la sesión	

Fase III: Análisis y reflexiones

Esta fase incluye la triangulación de la información recolectada en las fases anteriores con los referentes conceptuales, las categorías expuestas y las que surjan en el proceso. La verificación de la temática en términos de los objetivos propuestos a fin de dar los análisis pertinentes y asegurar las reflexiones que el ejercicio investigativo propone. Según (Colmenares E., 2012) esta etapa contiene (...) “la sistematización, codificación, categorización de la información, y la respectiva consolidación del informe de investigación que da cuenta de las acciones, reflexiones y transformaciones propiciadas a lo largo de la investigación”. (p. 108)

Para esta etapa proponemos abordar la metodología de análisis de la información en un cuadro comparativo que posibilite la contrastación de lo teórico y los conceptos relacionados con lo experiencial. Teniendo esta trazabilidad, trasladamos la acción a la sistematización de este análisis y reflexiones suscitadas reconociendo la memoria vivencial, corporal y verbal de las participantes del proceso, la construcción colectiva de las reflexiones y la celebración de los logros obtenidos en el mismo.

Fase IV: Comunicación de los resultados, la continua reflexión.

En esta etapa ofrecemos la presentación de las reflexiones y análisis, la cual se da en principio a las participantes del grupo de danza como protagonistas del desarrollo de la investigación, y luego la exposición a las partes interesadas, en este caso la academia.

Para tal efecto, realizamos la técnica interactiva, según la recopilación que hace Guiso antes mencionada, denominada “el tendedero”, la cual favorece la expresión de pensamientos, análisis, reflexiones respecto a una temática determinada, así como las percepciones que se tienen frente a la realidad analizada en el momento. Su aplicación permite que se visualice como un tendedero de ropa, las distintas expresiones de los participantes, como forma simbólica de sacar a relucir todo lo que se percibe, se analiza, se siente y se piensa del tema tratado, además, posibilita la revisión de nuevos interrogantes sobre lo abordado, el surgimiento de nuevas reflexiones sobre la temática en cuestión.

6 Consideraciones éticas

Con la presente investigación respetamos los aspectos éticos y salvaguardamos en primer lugar, la propiedad intelectual de los autores respecto a las teorías y conocimientos diversos, citándolos apropiadamente y precisando las fuentes bibliográficas.

En segundo lugar, exponemos que toda la información plasmada en esta investigación es veraz y tiene permiso de las personas que integran el desarrollo y aplicación de la misma. La población participante da su consentimiento a través del documento que así se nombra, otorgando el permiso para la publicación del proyecto. Con ello, se pretende que la metodología en sus diferentes fases no perjudique, ni vaya en contra de las normas, principios y valores de las personas implicadas. Si existen datos que no se pueden revelar dentro del proceso de investigación, garantizamos la confidencialidad de la información solo con fines académicos. De igual manera, somos conscientes de la no difusión de datos y nombres, una vez que el consentimiento informado a si lo establece. Los datos recogidos estar guardados como soportes de la investigación y estos son protegidos por los investigadores y la universidad implicada en el proceso.

De otro lado, consideramos que los riesgos con el ejercicio investigativo están relacionados con el entorno objeto de la investigación, la salud y la vulnerabilidad de derechos con la forma de vida de las adultas mayores participantes. Para mitigar dichos riesgos, promovemos acciones sobre

el desarrollo físico, creativo y emocional que protejan la integridad de las integrantes del grupo de danza y que al mismo tiempo favorezcan la integración social, el fortalecimiento de capacidades de relacionamiento con los demás y con el entorno, una mirada inclusiva y el reconocimiento de la experiencia del adulto mayor. Esto se valida una vez que la interrelación se basa en la empatía, la objetividad y el compromiso ético y profesional de los investigadores y el grupo participante, en tanto el componente sensible que ofrece la danza favorece unos encuentros más humanizados y con sentido de la otredad.

Adicional a esto, contemplamos la bioética que plantea principios esenciales para el trabajo con personas mayores, los cuales hacen referencia a la beneficencia como el trato respetuoso y la búsqueda del bienestar de la persona mayor, la no maleficencia que pretende evitar en todo lo posible el daño o el maltrato del adulto mayor, la autonomía que se refiere al respeto por la libertad de expresión y la capacidad de decisión, y el principio de la justicia como garante del bien común sin discriminación y no marginación. Estos principios bioéticos complementan las razones sobre las cuales soportamos nuestro hacer investigativo, a fin de dar cumplimiento a los objetivos propuestos y considerando altamente la población con la cual desarrollamos el proyecto, atendiendo además las pautas académicas propuestas por la universidad.

7 Hallazgos metodológicos

El inicio de esta travesía estuvo impulsado por la expectativa de los encuentros con las personas mayores, las intenciones nobles de este par de soñadores, la necesidad imperativa de descubrir y asombrarnos y, definitivamente, estuvimos más motivados aún por reconocernos entre todos y todas como creadores de las historias que danzamos. Ávidos de esperanza, más nosotros (los investigadores) que ellas (las participantes del grupo), nos lanzamos en la gran aventura de poner en juego cada uno de los talleres planeados en el diseño metodológico, ante lo cual, luego de conversaciones, movimientos, risas, silencios, preguntas, y más, se dieron los hallazgos metodológicos necesarios para comprender con mayor conciencia la forma en cómo podemos estimular en el adulto mayor su creatividad para la danza.

Debido a la distancia entre los municipios de Medellín y Yalí, lugar donde residimos, realizamos tres encuentros con las personas del grupo de danza. En estos, dimos a lugar los talleres planeados, en el primero de ellos tuvimos la conversación sobre qué es la creatividad en el taller “café del mundo”, en el siguiente nos juntamos para realizar los talleres 1 y 2 y en el último ejecutamos los talleres 3, 4 y 5, tal como se describió en nuestra planeación. Las actividades programadas en cada taller fueron desarrolladas tal como estuvieron previstas, lo emergente fueron las diferentes reflexiones suscitadas y que han sido evidenciadas en nuestros hallazgos sobre lo cual exponemos a continuación.

Lo primero fue confirmar que **el adulto mayor aprende acorde a su propia necesidad (hallazgo uno)**.

Esta, resultó ser para nosotros una gran premisa. Dentro de la educación permanente, según la Unesco (Milana, 2018), “[...] la atención de la EPA tiene que reorientarse a las necesidades de los seres humanos en lugar de a sus déficits.” (p. 157).

En este caso, la Unesco en relación a la EPA -Educación de Personas Adultas-, nos conduce a la reflexión sobre las deficiencias sociales en términos de equidad, pero además nos habla de la necesidad de formar a los seres humanos a partir del desarrollo de sus capacidades, para ser más autónomos en la búsqueda de los recursos que mejoren sus condiciones de vida. (Milana, 2018)

Siendo así, el adulto mayor bajo esta misma dinámica, nos ha demostrado que al momento de aprender, lo hace por sus intereses y necesidades, no solo porque sea un requerimiento, es decir, en el caso de las mujeres mayores que pertenecen al grupo de danza en cuestión, el mismo que está adscrito a un programa municipal, no están aprendiendo la danza porque así se requiera dentro de dicho programa, sino que lo hacen por el hecho de querer hacerlo, su necesidad no es otra sino participar en un grupo que les trae múltiples beneficios, entre ellos la socialización entre sus pares y el reconocimiento de sus saberes.

Ahora bien, la necesidad de aprender también se encuentra ligada con lo que a su edad puedan realizar, dadas sus condiciones físicas y funcionales. En este sentido, las personas mayores toman de los talleres aquello que sienten que les sirve según su capacidad para realizarlo. Nos dimos cuenta de ello precisamente en el proceso de los primeros talleres, donde como grupo reflexionamos sobre lo que cada una logró hacer y no en los ejercicios planteados. Aquí las voces de tres de las participantes en estos primeros acercamientos nos decían:

“No me imaginé que pudiera pensar en otro uso para el objeto”.

“Es difícil porque no me imaginaba”.

“Pues siempre se pone a pensar uno y si sale una que otra idea”.

La dificultad radicó, en primera instancia, en no haber desarrollado previamente la agilidad mental para dar respuesta a la acción solicitada, refiriéndonos al proceso de su vida. En este caso se trató de la actividad donde debían dar usos diferentes a un objeto. En segundo momento, fue precisamente el ser la primera vez que se enfrentaban a unas acciones de este tipo donde, a través de la relación de los objetos cotidianos y sus usos, se abrió la ventana de la imaginación. Para ellas asumir esta, la que pareciera ser una actividad tan simple en otros ámbitos y grupos etarios, fue todo un primer reto. Darle paso a “otras ideas” como nombraban las participantes a la imaginación, fue una construcción sobre una necesidad de su aprendizaje, es decir, una posibilidad de aprender y desarrollar otras capacidades de las cuales anteriormente no se había percatado.

De otro lado, cuando llegamos al grupo a contarles nuestra historia para el trabajo de grado, les presentamos nuestra necesidad y ellas nos presentaron las suyas, la más importante fue, parafraseando un poco sus voces, darse cuenta que durante el proceso que han tenido en el grupo, el profe es quien les dice que hacer y cómo hacerlo, en ningún momento se les ha dado la posibilidad de despertar su propia imaginación. Así pues, cuando hablamos de estos asuntos (creatividad imaginación, asombro, juego, etc.) su reacción fue “queremos aprender”.

La relación de lo que se está aprendiendo con su realidad, es decir, el “para qué me sirve esto en mi vida cotidiana”, además de convencerse, despertar el gusto y disfrutar, fue fundamental al momento de provocar la experiencia. Las adultas mayores participantes describían sus momentos de creatividad en su vida cotidiana, así:

“En la casa por ejemplo nos hemos puesto creativas cuando nos toca inventarnos que vamos a hacer de almuerzo. Uno primero piensa que voy a hacer con lo que tengo y salen las ideas”.

“Nosotros si hemos tenido imaginación, empezando porque al ser madres cuando nuestros niños están pequeños, nosotros creamos juegos con ellos y nos inventamos juegos para jugar con ellos”.

“Yo creo que a esta edad si hay creatividad, porque así no sean cosas grandes y maravillosas, pero todos los días tenemos que tener creatividad para hacer el almuerzo, cómo voy a organizar las cosas en la casa”.

La reflexión que se hizo fue precisamente, abordar su vida cotidiana para entender la importancia de estimular su creatividad, pues finalmente, no solo aporta al proceso de danza en el grupo, sino aún más, a su vida misma. En el capítulo de hallazgos en relación a los referentes conceptuales, se amplía dicha reflexión.

La forma de dar las instrucciones, fue el **segundo gran hallazgo** en este proceso. Consideramos pues que, para abordar la forma en cómo damos las indicaciones y propiciamos un ejercicio dentro del taller, fue necesario tener en cuenta, las condiciones físicas, fisiológicas y funcionales de las personas mayores, su capacidad de reacción ante una instrucción, las disminuciones que presentan a nivel sensorial (hipoacusia y baja visión principalmente), a nivel cognitivo (deterioro en funciones de atención, memoria, lenguaje, gnosis, praxias, función ejecutiva), y a nivel funcional (locomoción, uso de aditamentos, capacidad para realizar actividades de la vida diaria).

Estas condiciones en cualquier persona mayor, alteran en gran medida la comprensión de las instrucciones para un ejercicio y la capacidad de responder a este pues, además de las disminuciones naturales que el proceso de envejecimiento trae consigo, las antes mencionadas son alteraciones que aparecen por enfermedades, estilos de vida y costumbres, entre algunas de las causas. En este caso en particular, donde las adultas participantes se enfrentaron a retos como el reconocimiento de su propio cuerpo en función de la danza, las instrucciones se hacían complejas de asimilar para muchas de ellas. De hecho, hubo necesidad de guiar constantemente a una de ellas quien, dadas sus condiciones de hipoacusia, le resultaba difícil comprender la indicación, sin embargo, fue una participante activa en el proceso y se permitió la experiencia. Para ella, la instrucción debió ser dada de manera personalizada y constante, las compañeras en su caso, fueron un apoyo fundamental, pues mientras sucedía la exploración en alguno de los ejercicios, ellas le indicaban y guiaban también.

Al llegar al segundo taller, nos encontramos con expresiones como:

“A mí eso de actuar no se me da, no me gusta, ver a otros sí, pero hacerlo yo no. Pero si crear la historia es fácil siempre y cuando no tenga que actuar”.

“Yo sigo la historia, pero me enredo cuando hay que hacer algo con el cuerpo, como representar y eso”.

Estas voces hacían referencia al momento de la construcción de un cuento que involucraba la palabra y la acción, de hecho, esta actividad se tuvo que variar de la propuesta original en el taller, justamente porque no se lograba entender la instrucción. Su variación se dio en que, nosotros como facilitadores mostramos con el cuerpo lo que podían realizar ellas. Su ejecución fue compleja precisamente porque, como ellas lo mencionaban “se enredaban”, al momento de realizar con el cuerpo una acción solicitada. Sin embargo, con estas indicaciones corporales y gestuales que acompañaron la palabra, lograron la comprensión del ejercicio.

La instrucción para las participantes debió ser paulatina, abordándola desde lo más simple hasta llegar a un grado de complejidad que ellas mismas pudieran entender y ejecutar. Se dio lentamente, es decir, no fue toda la instrucción completa de un solo golpe, sino que se hizo paso a paso, primero una indicación y asegurarse que la tuvieran clara, luego la siguiente y así sucesivamente hasta completar la tarea que se debía realizar. En el caso de la participante que presentó la disminución sensorial, se hizo mucho más evidente esta manera descrita, pues el paso a paso era necesario casi todo el tiempo, aun así, ella realizaba sus ejercicios de una manera autónoma y clara, como respuesta al acompañamiento constante por parte nuestra y del grupo. Nos dimos cuenta que si no se realizaba de esta manera ella no ejecutaba ninguna acción, al parecer y según nos comentó está acostumbrada a que le indiquen que hacer en el grupo expresando “es que como yo soy sorda no escucho nada de lo que dice el profe y no entiendo nada, a mí me tienen que decir todo para yo hacer”.

Cuando hicimos el cambio de esta manera, la respuesta fue diferente, pues, además del disfrute en las acciones, se dio la participación total, notándose la claridad en lo que estaban realizando como resultado a la instrucción bien dada. Fue necesario tener a nuestra disposición varias maneras de hacer entender la actividad a realizar, no solo la palabra, sino la expresión corporal, los gestos, el silencio, los sonidos, para dar con mayor claridad las instrucciones.

(Lopera C & Alzate H, 2019), en el trabajo de grado tomado como uno de nuestros referentes, exponen algunos recursos para el manejo de las instrucciones a grupos de adultos mayores, los cuales, pusimos en consideración al momento de reflexionar y analizar este hallazgo y reforzar este análisis, entre ellas:

Planear adecuadamente la secuencia de movimientos, que vaya de menor a mayor grado de complejidad, que contenga explicaciones claras, asegurarse que la persona mayor ha comprendido la acción para continuar con otra.

Realizar movimientos puntuales ayuda a fortalecer las capacidades.

Tener en cuenta habilidades y debilidades, capacidades y dificultades de cada persona, trabajar sobre ello de manera individual y diferenciada. (p. 147)

Una ventaja, por así decirlo, que nosotros tuvimos fue la personalización de proceso a raíz de la cantidad de personas participantes. El grupo de danza está conformado por máximo 10 personas en la actualidad, de las cuales solo participaron la mitad a razón de variedad de situaciones que les impidió al resto estar presentes. Enfermedad, citas médicas en Medellín, su ejercicio como cuidadoras de algún miembro de su familia, fueron algunas de las causas por las cuales no todas intervinieron. Por tanto, se tuvo en cuenta aún más, lo particular de cada una de las que si participaron, para hacer de las actividades algo mucho más personal y con mayor acompañamiento de nuestra parte.

Por otro lado, en nuestros referentes conceptuales, incluimos las principales características de la creatividad, entre ellas la fluidez, expresamos que ésta da cuenta de la capacidad que se pueda tener o adquirir para pasar de una idea a otra, esencialmente en la agilidad para provocar procesos de imaginación sin mayor dificultad. Pues bien, en nuestros ejercicios prácticos nos dimos cuenta

que, la forma en como dimos una instrucción fue la que pudo determinar de alguna manera tal fluidez. Si no hubiéramos brindado claridad y aplicado las premisas antes mencionadas, no hubiera habido manera de que las adultas fluyeran en su capacidad de respuesta ante el estímulo de su creatividad a través de los ejercicios. Adicional a ello, si no hubiésemos tenido claro el objetivo de la actividad, no se habría logrado el cambio de la acción provocando una confusión que, de seguro, las hubiera llevado a un estado de frustración.

Por ello, tomamos en cuenta dentro de este hallazgo, la relevancia que tiene el estado de ánimo y la condición emocional de la persona mayor, para el desarrollo de las actividades y para saber dar la instrucción de tal manera que genere motivación, pues el adulto responde a las actividades de acuerdo a como se sienta.

Cuando dimos la primera instrucción, la energía del grupo se sintió tensa justamente porque no habían entendido bien, adicional a su timidez para adentrarse en la actividad, la prevención y la poca confianza en el relacionamiento con nosotros, sin embargo, al cambiarla, ponerla en un lenguaje más simple y darles el tiempo necesario de asimilación, permitió que se fluyera en el ejercicio de una manera más cómoda.

Dentro de las valoraciones que las participantes realizaron sobre este momento se encuentran voces como:

“Pensar, actuar, crear, fueron mis logros” - “Los docentes se hicieron entender muy bien”

“No soy fácil para la expresión y ahora hice algo, pude hacer cosas que no pensé que podía, me aprendí a conocer en cosas que no sabía...” - “Los profes son muy especiales y muy buenos, nos ayudaron mucho para entender el taller”.

Resaltamos estas expresiones de dos participantes, porque se refieren a la manera en cómo lograron aprender y fluir en el ejercicio a raíz de la guía de “los profes”, dando cuenta de la transformación evidente que hubo en la forma en cómo dimos las instrucciones y las consideraciones que tuvimos presente al momento del desarrollo del taller.

Es precisamente la reflexión sobre el fluir, la que nos llevó a un **tercer hallazgo, El ritmo grupal y los propios tiempos de cada participante.**

Cuando hacemos danza con personas mayores, el ritmo individual va determinando de alguna manera el ritmo grupal. Esto, basados en nuestra experiencia, lo pusimos en consideración en esta investigación, pues fue más evidente aún. Nos dimos cuenta que el grupo fue creando una especie de convenciones del manejo del tiempo y el ritmo para ejecutar las actividades propuestas, y esto se realizó de una forma implícita, es decir, no hubo palabra que así lo determinara, solo el ritmo individual, dado en este caso, por el estado de ánimo y la disposición con la cual llegaron a los talleres. Estas convenciones solo fueron la manera en cómo cada una se fue ajustando a lo que percibía, si alguna llegaba primero y se sentaba a reposar las demás lo hacían paulatinamente, como siguiendo un código, si alguna se expresaba y contaba alguna anécdota, pues todas lo hacían

también, si en algún momento una o dos paraban de hacer algún gesto o movimiento las demás lo hacían también. Esto se daba a partir de los ritmos individuales, el tiempo que cada una se daba para la exploración.

Respecto al ritmo individual, citamos nuevamente a (Lopera C & Alzate H, 2019), quienes en su ejercicio de investigación, sugieren algunas maneras para abordar los ritmos y tiempos de las personas mayores en los procesos de danza. Entre algunas encontramos que:

Tranquilidad para enseñar, las personas mayores tienen un ritmo diferente y hay que tener paciencia para no generar angustia.

No desesperarse porque eso se transmite.

Estar atentos y escucharlos, darles a entender que el docente está para ellos, para ayudarles. Las personas mayores en ocasiones son más frágiles emocionalmente, así que hay que estar dispuestos a entender y ayudarles en sus momentos de adaptación.

Les gusta conversar y contar sus problemas, sus historias, es bueno tener una escucha activa, hacerles sentir que son importantes. (p. 149)

Siendo así, consideramos pertinente mencionar que, sobre los ritmos individuales, hay que valorar altamente la escucha activa hacia las personas mayores, no solo un escucha desde la acción sensorial, sino con todo el cuerpo, escuchar su soma, para nosotros esto quiere decir, observar la forma en cómo llegan a clase, percibir su energía, sentir sus palabras, pues es allí donde aparecen sus emociones, palpar su ritmo como una forma de verificar también sus sensaciones y emociones, si están ofuscadas, adormecidas, calmadas, si traen consigo un problema, si se sienten tristes o están alegres.

Durante todos los talleres nos dimos a la tarea de realizar ese primer momento, un encuadre para revisar cómo estamos, incluyéndonos también para preguntarnos entre todos y todas cómo estábamos, cómo nos sentíamos, pues como bien lo mencionan (Lopera C & Alzate H, 2019), cualquier emoción es transmitida, y ellas lo perciben de inmediato. Darnos el tiempo para escucharnos las historias, las anécdotas y las situaciones, nos permitió situarnos en el aquí y el ahora, lo cual, a su vez, nos dio la posibilidad de ir configurando el ritmo grupal a partir del individual.

Este hallazgo se constituyó para nosotros, en una fuente primaria que nos permitió comprender la forma cómo las personas mayores aprenden y en el caso particular de la investigación, cómo llevar a cabo la estimulación de la creatividad basándonos, entre otros elementos, en este ritmo. El desarrollo de la creatividad se da, de alguna manera, cuando hay disposición anímica y mental para ello, conjugado con un ambiente que lo propicie.

De esta manera, como investigadores, nos dimos a la tarea de provocar estos ambientes a partir de la escucha, percepción y observación de los ritmos de cada una de las participantes, para que en el desarrollo de los talleres se sintiera esta sensación de tranquilidad y equilibrio.

De otro lado, comprendimos que, los ritmos también son reflejados por los cuerpos que ya traen consigo una manera de relacionarse con el espacio y con las demás personas, cuerpos que ya tienen una historia y unas cargas emocionales, mentales y físicas que dan cuenta de la vida

trasegada, lo cual para nosotros fue fuente indiscutible de creación para la danza. En este punto, abrazamos la idea de que cada una de las participantes danza de la manera en la que ha vivido, es decir, los cuerpos de estas mujeres se mueven reflejando lo que son y eso ya muestra en cada una de ellas un ritmo diferente, el de su propia vida.

Lejos de pensar que la danza en ellas es un asunto de virtuosismo, cuerpos amaestrados y entrenados, reflexionamos como grupo en estos talleres, que la danza es la forma en como ellas se expresan, transforman sus emociones y pensamientos y disfrutan su momento en la vida. Dicha reflexión nos dio elementos para percibir como docentes estos ritmos, pues una cosa es el ritmo individual que aporta a la persona como tal y al grupo en la medida del relacionamiento, y otra cosa es el ritmo grupal, el cual va determinando la secuencia de las actividades y la fluidez en ellas.

Cada encuentro nunca fue igual, debimos saber guiar cada momento de cada encuentro, por un lado, para no quedarnos dando vueltas en un ritmo grupal muy lento donde se sentía que no se avanzaba y, por otro lado, para ajustar las premuras del grupo y las de sí mismos como profes, e ir encontrando un cierto equilibrio, como ellas mismas lo nombraban: *“ni tanto que queme al santo, ni tampoco que no lo alumbré”*, refiriéndose al ritmo de las actividades, del encuentro y del grupo como tal. De hecho, cada taller tuvo sus momentos de quietud también, solicitado por ellas de manera tácita, lo cual también fue determinando este fluir, esta manera de ser grupo, esta forma de hacer.

Las voces recogidas sobre este hallazgo, nos evidenciaron justamente que el aprendizaje y la vivencia se dieron a partir de sus propios tiempos y del ritmo grupal. Algunas de ellas expresaban que:

“Cada una tuvo una percepción diferente, unas sensaciones distintas, y eso nos nutre como grupo”.

“Me sentí al principio preocupada, como nerviosa pero luego me sentí más confiada por la presencia de mis compañeras. - me nutro de mis compañeras porque cada una tiene su creatividad”.

“De lo que aprendo con relación a las demás es que como grupo nos entendemos y nos respetamos las formas de trabajar desde lo individual a lo colectivo y uno cada día aprende más como grupo”.

“Mis compañeras me brindaron mucho apoyo, todas son muy lindas conmigo, me llevaban con mucho cuidado”.

Emotivas sus palabras, más aún sus sensaciones, las mismas que nos hacen sentir que valió la pena cada encuentro a través de lo que cada una es. Estas expresiones dan cuenta de la importancia que tuvo para cada una sentir el grupo, pues lo que encontraban allí era una guía y una compañía adicional a la nuestra. Su energía y participación era regulada por el grupo, comprendiendo que cada una diferenciaba claramente lo que cada compañera ofrecía, la percepción de esto se basó tanto en lo individual como en lo colectivo. Poniendo en el juego de la creatividad su propio ritmo, se fue configurando el ritmo grupal, la esencia de su fluir, la manera de juntarse para hacer danza y disfrutar la vida a través de esta.

Justamente, estas voces nos llevaron a nuestro **último hallazgo** metodológico sobre **la generación de vínculos y de confianza**.

“Como dificultad, sentí como miedo al inicio porque no sabía hacia donde caminar, pero luego se generó una confianza y seguridad al ir pegadita de otra compañera de grupo. - mis pensamientos son positivos y emotivos, fue una muy buena experiencia”.

“Descubrí que tengo capacidad de hacer cosas que no creía”.

“Me imaginaba que no era capaz, pero descubrí que nunca es tarde para sentir y aprender”.

Estas voces estuvieron presentes en el taller 3 sobre los sentidos y la creatividad, donde cada una debió experimentar con los ojos vendados diferentes sensaciones provocadas por propuestas sonoras. Para llegar a este ejercicio, tuvimos que hacer un recorrido previo en los encuentros anteriores que nos posibilitaron crear un vínculo como grupo, donde no nos vieran solo como los profes que les decían que hacer, sino además que nos permitieran entrar como participantes de sus experiencias, sus pensamientos y reflexiones, debatir, compartir, acercarnos, sentirnos, abrazarnos y fluir juntos. Nosotros fuimos parte activa de las vivencias, no estuvimos aislados como observadores.

La IAP –Investigación Acción Participativa, como lo menciona (Contreras O., Capítulo 1, 2002) nos invita a considerar que este método de investigación nos lleva a: “[...] Promover la producción colectiva del conocimiento rompiendo el monopolio del saber y la información, permitiendo que ambos se transformen en patrimonio de los grupos postergados”. (p.10)

Hacernos parte de la investigación, nos adentró en un universo de posibilidades para generar vínculos más allá de esta misma, es decir, nos convocó a unir voces y vivencias a favor de la transformación no solo del conocimiento si no de la misma experiencia de vida. La danza por su parte, nos posibilitó trasegar este camino de investigación de una manera amorosa, amable, sensible y vivaz.

(Durston & Miranda, 2002), mencionan la IAP como “[...] herramienta que permite crear vínculos virtuosos de reflexión- diálogo- acción- aprendizaje entre las personas y agentes externos interesados en promover acciones para el desarrollo y el empoderamiento socio político de las comunidades [...]”. (p. 9). Esto nos reafirma la intención puesta en este ejercicio.

Ahora bien, tomando en cuenta estas citaciones, claramente lo sucedido en el transcurrir de estos talleres fue precisamente la generación de vínculos de confianza, los cuales nos dieron pie a los diálogos sobre la creatividad y las maneras de abordarla. Tanto las adultas participantes como nosotros, pusimos en la palabra y el cuerpo las preguntas, las reflexiones, las acciones y el aprendizaje respecto al tema en cuestión. Ambos, grupo e investigadores, pasamos por el encuentro los sentires que nos juntaron, de tal manera que nos generó progresivamente un estado de seguridad y confianza entre nosotros mismos, el cual nos instaló en el despertar de la conciencia sobre la imaginación y la creatividad. Así pues, la producción colectiva no solo se generó en el conocimiento, sino en la experiencia, provocando un empoderamiento sucesivo de las vivencias individuales y grupales.

De otro lado, pudimos percibir que el proceso de la improvisación, despertar de la imaginación, la búsqueda de la originalidad y la espontaneidad, requirió sentirse seguras, para nosotros y para ellas no hubiera sido posible transitar este camino sin la empatía, la comprensión, la integración, la solidaridad, la complicidad, el respeto, la comunicación y la corresponsabilidad que se presentan en el vínculo de la confianza. Mostrar al grupo el convencimiento sobre lo que estamos haciendo, darle paso a su propio ritmo y sus maneras de expresión particular, sus palabras y risas, sus miradas cómplices, su silencio cuestionador, sus historias, sus preguntas y las nuestras, fue lo que permitió sentirnos en un lugar seguro, donde, si hubo risa, no fue de burla sino de disfrute, si hubo crítica fue constructiva y no destructiva, donde se les permitió ser y nos permitimos fluir con amor.

Tener confianza en “los profes”, como ellas lo nombraron, creer en la palabra de nosotros y dejarse guiar, resultó ser para ellas un soporte fundamental para su descubrir, es decir, para permitirse la experiencia como bien lo mencionamos en las voces ya expuestas. Saber que no fueron juzgadas, ni señaladas y que las exploraciones de ellas no estaban bien ni mal, solo fueron dadas desde sus propias capacidades, desde su intención y sus búsquedas intuitivas, brindó un sentido de tranquilidad, el cual acompañó la confianza de saberse en un lugar sólido, donde pudieron ser.

8 Hallazgos en relación a los referentes conceptuales

Al llegar este punto sobre el análisis de la información recolectada, nos encontramos con cuatro grandes hallazgos, luego de la conversa, la juntanza y la exploración. Exponemos en este capítulo, la palabra y la voz de estas mujeres danzantes, quienes consintieron que nosotros, los profes, nos adentráramos en su corazón, su pensamiento y su ser para vivir esta experiencia. La creatividad, la danza creativa, la proyección artística en la danza folclórica y las consideraciones del adulto mayor en la danza, base de nuestros referentes conceptuales, fueron el punto de partida y de llegada para este análisis, el cual a través del movimiento que nos dieron las voces y reflexiones de las adultas participantes, nos trazaron el camino que a continuación presentamos.

¿Soy creativa? Una pregunta íntima

En el primer encuentro conversamos sobre lo que significa la creatividad, la imaginación, la originalidad y la espontaneidad, partimos de la experiencia y el conocimiento previo, los propios saberes y reflexiones de las participantes sobre el tema. Sus voces nos decían:

“Para mí la creatividad significa movimiento”.

“Crear es como hacer, es hacer algo, es imaginación”.

“No sé qué es la creatividad, es como salir a un paseo”.

“Tiene que ver con inventarse cosas, uno va creando algo entonces se va inventando”.

“Es tener pensamientos, como qué vamos a hacer, cómo lo vamos a hacer, de qué manera”.

“Hay muchas cosas para uno crear”.

“Uno se sienta a analizar, y llegan las ideas”.

Ciertamente, estas fueron las primeras ideas sobre el tema en cuestión. De hecho, en este momento inicial, hubo que llevarlas en la conversación a que se adentraran aún más en sus experiencias y las vivencias que las hacían caer en cuenta sobre el significado de esta palabra.

En un inicio no fue fácil poner en su voz los conceptos y nos acercamos a esta de una forma sutil, de tal manera que una reflexión muy profunda e intensa no las fuera a espantar, es decir, no cohibiera su expresión natural. Para ello hicimos caso a nuestra intuición que nos llevó a crear un ambiente amigable, de soltura y de confianza, donde la conversa se diera un poco más espontánea y libre de prejuicios. El hecho que no se sintieran juzgadas por lo que estaban diciendo, fue clave para dejarlas ser en ese momento, la experiencia se brindó sin un señalamiento sobre lo que es bueno o no, ni sobre lo que es correcto, aquí nadie tenía la razón única, la palabra de todas fue legitimada en la medida que todas fueron interlocutoras válidas para recibir y dar sus reflexiones.

Notamos que en este momento no hacían una relación con su vida cotidiana, solo fue hasta que pusimos el ejemplo de cómo en casa hacemos cosas creativas para resolver las situaciones en su diario vivir, como el almuerzo, ejemplo que pusimos anteriormente en los hallazgos metodológicos. Aquí fue donde la conversación se abrió y nos dio paso a hablar sobre aspectos como la originalidad y la imaginación, elementos estos que fueron más cercanos y comunes a ellas. Al respecto mencionaban:

“Originalidad es como uno ser espontaneo, no ser postizo”.

“No ser repetitivo”.

“Es ser uno mismo”.

“Es como el origen de cada uno”.

“La imaginación es poner en la mente las imágenes”.

“Vienen recuerdos”.

“También vienen sensaciones, por ejemplo, si me imagino estar en un filo de una montaña a las 5 de la mañana, se viene la sensación de frío, los pajaritos cantando, las guacharacas cantando”.

“Se me viene a la mente que estoy divisando cosas hermosas, se me vienen imágenes”.

“Se vienen recuerdos y tienen que ver mucho con las emociones”.

De una manera u otra, la relación que se hizo de estos elementos tenía mucho que ver con la percepción de sí mismas, lo que cada una pensaba de sí. Entonces, la reconstrucción de las ideas en esta reflexión tuvo un alto sentido de autorreconocimiento, en la medida que cada una abordó la palabra según la manera en cómo piensa, cómo es y cómo ha transcurrido en su vida.

Ahora bien, como nos referimos anteriormente en nuestros referentes conceptuales, la originalidad como elemento característico de la creatividad, nos puso en la pregunta por la forma tan única en cómo cada una de ellas percibe el concepto a partir de su forma de ser y estar en la vida. (Rua, 2017), citando a Taylor, expresa que: “Taylor afirma que la ética de la autenticidad se fundamenta en la idea de que cada uno tiene una forma particular de ver el mundo que depende de la propia naturaleza interior del ser y que es anterior al ideal de autorrealización”. (p. 3).

En este inicio de los talleres, las adultas participantes expresaban no saber bien sobre qué es en sí la creatividad, ni la imaginación, argumentando que en su vida no habían sido creativas. Sin embargo, entrando en la conversación, expresaron experiencias que daban cuenta de sus momentos de creatividad en su vida, es decir, en relación con nuestra citación, justamente la palabra expuesta tal cual fue su pensamiento y su experiencia, nos dio cuenta de un mundo único en cada una de ellas, una forma de entender su entorno desde esta propia naturaleza interna. De hecho, hablar desde su cotidianidad, lo que han hecho en su vida y el rol que han cumplido en su familia, fueron la clave para hacer conciencia respecto a que la creatividad ha estado presente en su proceso vital, haciendo sus rutinas diarias, en sus hábitos, en sus relaciones con los demás y con su entorno. Todo ello dio cuenta que si ha existido la creatividad en ellas, lejos de creer que es una cualidad exclusiva de algunos pocos involucrados en el arte.

Por otro lado, la pregunta por si son creativas, las llevó a la relación consistente entre la imaginación y las sensaciones y emociones. Al poner en su mente una imagen, se vino consigo la sensación que recreaba tal idea con mayor fuerza, es decir, esta hizo que lo que se imaginaban fuera más intenso y vívido. Asumiendo que la sensación está ligada también a una emoción, la reproducción de una idea o imagen mental daba más nitidez a la misma. Siendo así, la reflexión naciente fue, ni más ni menos, que lo que han vivido ha constituido parte fundamental en sus creaciones mentales y por ende en sus repercusiones a nivel de la acción. Avanzando en esta comprensión de su realidad, expresaban que:

“Los viejos no es que no hagamos nada, o que no entendamos nada, sino que esto viene desde niños (la creatividad), es decir, que la creatividad viene desde pequeños, en el proceso de la vida”. Recordando además que de pequeñas les tocó trabajar, lo que no les permitió actividades de ocio o esparcimiento y mucho menos de juego. Su ambiente no fue ciertamente el más estimulante para el desarrollo de la creatividad durante su niñez, lo que las llevó a creer en su vida posterior que no servían para los asuntos relacionados con ser creativas. Una de ellas contó que, en su infancia, le tocaba esconder una muñeca en un árbol retirado de su casa para que sus padres no la regañaran, entonces aprovechaba cualquier momento para escaparse a jugar con su muñeca.

La relación que ellas hacían con su vida de niñas y las cortas posibilidades para jugar y divertirse, las llevó a pensar que la creatividad debe estimularse desde una edad temprana. No obstante, en las intervenciones realizadas, nosotros dimos a entender que, a cualquier edad se puede estimular la creatividad, más aún en espacios artísticos como el de la danza. Lo resultante de estas reflexiones, fue claramente el caer en cuenta que este tema es inherente al ser humano durante todo el transcurso de su vida, el cual no se aleja de su cotidianidad sino más bien se estimula y desarrolla desde allí.

En nuestros referentes encontramos que (Arbillaga, Elisondo, & Melgar, 2018) en su investigación exponen “Este modo de expresión corporal, como bien afirma Guillén (2017), es un recurso para el autoconocimiento del cuerpo, la constitución de la subjetividad y la vinculación con otras personas”. (p. 23)

Sobre esta citación retomamos para nuestro análisis, la constitución de la subjetividad, la cual, a partir de la pregunta íntima por la creatividad, nos ofreció una mirada sobre sus historias de vida, las mismas que han marcado su autopercepción y reconocimiento frente al ser creativas. Al examinar sus habilidades y capacidades en el desarrollo de variedad de acciones que realizan a diario como solucionar dificultades en casa, enfrentarse a retos y desafíos que la vida les ha traído, fueron siendo conscientes del hecho que la creatividad no ha estado desligada de ellas. Ahora bien, en el encuentro con la danza, el cual se ha dado como otro desafío más, consideraron el hecho que solo estar en este grupo artístico ya ha sido recrear un estado de cierta libertad para ser, es decir, en sus palabras parafraseadas, fue comprender que para ellas, el grupo de danza les ha permitido disfrutar y a partir de allí, han visto que el representar diferentes danzas, ponerse los vestuarios y escuchar nuevos ritmos, les ha favorecido en la generación de ideas y la reconstrucción de historias a través de la imaginación, lo cual consideraron para esta reflexión como parte de la creatividad.

De otro lado, la pregunta por asuntos personales, nos condujo por un sendero de silencios, así como expresiones tímidas (al inicio) sobre sí mismas. Estas mujeres fueron valientes al enfrentar un interrogante que las llevaría por una travesía de autorreconocimiento, incluso desde su propia autoestima.

“A los jóvenes les resulta más fácil imaginar, ya a nosotros a esta edad nos da brega imaginar”.

“Nosotros también fuimos jóvenes, pero ni de jóvenes ni de viejos servimos para nada”.

“No es que seamos muy inteligentes, pero si tenemos un poquito de creatividad e imaginación”.

En sus voces se percibían asuntos que iban más allá de la danza y el quehacer artístico que las atrajo al grupo de danza, fue claro que para ellas la pregunta por si son creativas, estaba tocando fibras que no tenían presentes, como ellas mismas lo comentaban parafraseando, con tantas cosas que hacer y atender a otros, nos fuimos olvidando de nosotras mismas al punto de creernos que no somos inteligentes o creativas. De nuevo el análisis lo afinamos a nuestros referentes en donde encontramos que (Arbillaga, Elisondo, & Melgar, 2018) citan:

[...]Según Morales (2012) "la danza trata de aprovechar la expresividad de cada cuerpo, en su singularidad, para repensarse. De esta manera vemos representadas diferentes subjetividades, que aportan una nueva visión de la misma" (p.10). Cabe reconocer que esta práctica permite romper las fronteras individualistas que día a día nos encasillan y nos encierran [...]. (p. 23)

Lo individual de sus reflexiones sobre ser creativas, nos dio paso a pensar que efectivamente, la danza se ha convertido en un espacio de exploración de su propio ser, a tal punto que la singularidad expresada en la citación, se ha visto cuestionada para el aporte grupal, de una manera que se han permitido autoevaluarse y coevaluarse en este hacer artístico, desbaratando por así decirlo, la idea de sí mismas como individuos para reconstruirla desde lo grupal y desde la acción conjunta.

Durante este recorrido, observamos conscientemente la forma en cómo las participantes del grupo hablaron de sus historias de vida, al mismo tiempo que se reconocían y se percibían a través de cada ejercicio propuesto, lo que nos condujo al **análisis emergente en este proceso, sobre la danza creativa en relación a la autoestima.**

Lejos de pensar que la danza solo nos afecta corporal, funcional y mentalmente, en esta reflexión damos cuenta de cómo la danza afecta aún más la autopercepción y autovaloración de quienes la practican.

Sin duda alguna, la autopercepción de sí mismas, nos mostró lo relacionado a su propia autoestima. Con comentarios como los expuestos anteriormente, nos fue fácil identificar la poca credibilidad que tenían en sus capacidades para la creación, en este caso. Al respecto, (Pérez T & Griñó R, 2015), exponen que:

Una persona adulta puede integrarse con su cuerpo para lograr reconocer posibilidades insospechadas que afloran mediante los estímulos que le ofrece el profesor. A medida que reconoce su cuerpo y éste le responde siente aceptación y satisfacción. Después de participar en una clase de Danza Creativa la percepción del bienestar cambia debido a que los ejercicios prácticos dan la posibilidad de conocerse, situarse, aceptarse, no conformarse con ideas preconcebidas y obligan a tomar decisiones. (p. 169)

En efecto, la danza creativa, ofrece al adulto mayor la posibilidad de encontrarse consigo mismo y reorganizar, en la medida que este se dé la oportunidad, sus autoesquemas, es decir, revisar la autopercepción, autoestima y autorregulación, para adaptarse a su momento de vida. En relación a estos conceptos (Lopera C & Alzate H, 2019), exponen en su trabajo de grado:

La autopercepción favorece la interpretación subjetiva de sí mismo en el espacio en el que se encuentra [...]. La autoestima reafirma qué tanto puede quererse la persona así misma, de esta manera la persona adulta mayor constantemente está realizando una autoevaluación sobre las diferentes representaciones que tiene de sí misma en cada una de las dimensiones de su vida [...] La autorregulación según lo plantea (Goleman, 2004) hace referencia a la

habilidad de resolver las emociones de una forma socialmente tolerable y flexible en las reacciones espontáneas y en el desenvolvimiento cotidiano en sociedad en cuanto al control de las expresiones y la misma convivencia. (p. 56)

Esto es, durante la vejez, las personas mayores experimentan cambios físicos, funcionales, emocionales, mentales, entre otros, a los cuales les cuesta adaptarse, llevar la vejez como se llevaba la vida adulta o joven, no resulta ser una tarea fácil. Si hay pérdidas funcionales, como la disminución de reflejos y lentitud en la marcha, por ejemplo, la persona mayor siente un bajón en su estado de ánimo debido a que percibe que ya no es capaz de realizar las actividades con la misma capacidad de cuando estaba joven. Al llegar a la danza, como una alternativa para mantenerse activo, se encuentra con que esta sirve, además, para sobrellevar este proceso de adaptación, con la intención de mejorar su autopercepción y aumentar su autoestima, es decir, la manera en cómo se acepta en su momento vital.

En nuestro caso, estas mujeres participantes, se dieron el chance de movilizar sus reflexiones hacia sí mismas, por lo que, pensarse, sentirse, situarse en el aquí y el ahora, fueron tareas estoicas, dados los antecedentes, es decir, el darse cuenta que nunca antes en su vida se habían preguntado por si son o no creativas, y la importancia que adquiere el pensar en ello para sus vidas, pues de alguna manera esta relevancia favoreció el empoderamiento de sus propios pensamientos, es decir, ellas se vieron capaces de seguir construyendo conocimiento y reflexiones de vida.

En la danza creativa, encontramos que, como lo refieren (Pérez-Testor & Griño Roca, 2015), “En la improvisación, el cuerpo debe ser motivado y, sobre todo, darle sentido: ¿por qué me muevo? y ¿para qué? Hay que alentarlos a explorar siempre respetando su tempo y personalidad”. (p. 170)

En los talleres, la improvisación como herramienta fundamental de la danza creativa, nos permitió acceder a la acción con sentido, es decir, el movimiento consciente, el por qué y para qué de cada sensación, de cada actividad corporal y de cada pensamiento, lo que fue dado por la pregunta, que no solo se instaló en la mente sino en las emociones también. Las expresiones de las participantes, antes mencionadas, fueron el resultado de verse a sí mismas y de sus exploraciones. La danza creativa, fue un soporte esencial en esta experiencia, pues no se trató de preparar cuerpos con cierto virtuosismo para la proyección escénica de la danza, sino más bien, fue el poner a resonar el corazón de las adultas mayores en concordancia con su vida, sus sentires, sus maneras de expresarse, sus propias miradas de sí mismas y sus pensamientos. Los ejercicios propuestos desde la danza creativa, es decir, las exploraciones corporales, las improvisaciones y el estímulo de la imaginación, siempre estuvieron cargados de sentido para nosotros y para ellas, lo cual le dio un significado al estar y ser en estos encuentros.

Desde la danza creativa, se disponen elementos que se desarrollan a través de esta, siendo estos, el cuerpo, el espacio, la fuerza (en términos de la energía) y el tiempo, “[...] por lo que la metodología de la Danza Creativa se basa en la exploración y el enriquecimiento de manera

consiente de estos elementos, conjugándolos y llevándolos a su máxima expresión por medio del instrumento de la danza [...]” (Rivas H. & Oporta G., 2016) (p. 17).

En nuestra experiencia, observamos que estos elementos fueron floreciendo en la consciencia de las participantes de manera paulatina, pues en la medida que ellas hacían conscientes sus propias limitaciones y capacidades, la manera única de reconocerse en el lugar de la danza, cuando hacían presencia sus devenires en la vida y la forma en cómo ellas han enfrentado el tema de la creatividad, cuando ellas hacían contrastación de su desconocimiento sobre este tema y lo que les ha tocado sortear en su camino gracias a la creatividad emergente en sus momentos difíciles, cuando ellas planteaban que ha sido la danza el lugar donde sienten libertad, alegría, goce y disfrute, allí fue cuando se permitieron identificar que, en efecto, sus cuerpos se veían diferentes ante sus ojos a partir de las exploraciones, que el espacio y el tiempo pudieron ser reales e imaginarios, que sus ritmos las fueron guiando hacia este despertar de la conciencia creativa, y que la energía puesta en cada una de las exploraciones, les dio la posibilidad de mirarse con ojos más compasivos de lo que antes habían expresado. Estos elementos que propone desarrollar la danza creativa, fueron esenciales en la estimulación de la autoestima, por lo antes expuesto en sus voces y el análisis que realizamos de lo vivido, pues de manera progresiva, tuvimos la suerte de presenciar cuerpos que se expresaban de formas inimaginables para ellas y para nosotros, además de escuchar con sus palabras enunciados como:

“Ustedes nos ayudan a creer en nosotras mismas, que si podemos hacerlo que si somos capaces”.

“Ustedes nos han llevado paso a paso, como que cada actividad nos ha servido para aprender y sacar la creatividad”.

“Pues yo veo que si tenemos creatividad a pesar de edad, porque damos ideas, y hacemos esto (se refiere a la creación coreográfica que realizaron)”.

“porque ustedes nos dieron la confianza nosotras ya si nos creemos que si somos capaces”.

“Con el proceso si descubrí que si tenemos creatividad”.

Así pues, entendimos que, la danza creativa, además de favorecer el desarrollo de las habilidades y capacidades sobre la imaginación, la improvisación, la expresión corporal, entre otras, a su paso va dejando en quienes se arriesgan en esta aventura, unas ideas transformadoras respecto a su propio ser. Nuestras participantes así lo demostraron, pues en principio, verse con sus cuerpos cargados de años, de historia y de vida, haciendo propuestas tan significativas, donde confluyeron movimientos, ritmos, sentidos, pensamientos y emociones en un lugar para ellas, el lugar de la danza, donde se reconocieron capaces y sensibles, nos dio cuenta efectivamente, sobre la gran tarea de la danza creativa en el proceso de estimular la creatividad y de paso la autoestima de quienes se dejan permear por esta.

Crear en colectivo, ejercicio vital para la persona mayor

El análisis que surgió en este punto fue precisamente la fuerza que da el hacer colectivo. Para las adultas mayores estar juntas reforzó la identidad como individuos y como grupo, en un hacer que no solo se trataba de la danza, sino de poder ser ellas mismas en un espacio que les dio vida. Sobre ello, trasladamos la reflexión hacia uno de nuestros referentes teóricos (Arbillaga, Elisondo, & Melgar, 2018), quienes en su investigación exponen que:

La danza permite la interrelación fructífera entre las personas, enriqueciendo al individuo como sujeto social, emocional, creativo, afectivo y pensante. Por ello, es vital reconocer la importancia del grupo, no solo para la actividad en sí, sino también para el desarrollo de la creatividad, ya que proporciona una serie de condiciones que potencian el despliegue de la misma, aportándole al sujeto contención, sostén, y una multiplicidad de ideas y paradigmas, que luego podrá implementar en su vida cotidiana. (p. 23)

Razón que nos afianzó el poder que tiene el grupo de danza en la configuración de las relaciones sociales de las personas mayores participantes, además de ser una oportunidad para poner en común su propia manera de percibirse, de moverse, de entrelazarse y conjugarse.

El lugar para la danza, el simbólico, puso un especial énfasis en el significado del vínculo como palanca de autonomía y de bienestar. Respecto a lo colectivo y parafraseando un poco a (Lopera C & Alzate H, 2019) en su investigación, la participación en un grupo otorga a quienes están presentes, la conciencia de la reciprocidad dado por el grado de intimidad y confianza que se logra para dar y recibir, lo cual se convierte en una razón esencial para estar y ser en estos espacios. La danza ubica a la persona mayor en un lugar el cual hace propio, el grupo de danza, y le da la oportunidad de sentirse parte importante de este, le genera identidad y un sentido de pertenencia único, pues el estar allí es un asunto que parte de su voluntad, lo cual genera el valor, ciertamente profundo, al grupo y a sí mismos. (p.35)

En los ejercicios propuestos en los talleres 3, 4 y 5, sobre la juntanza para la creación colectiva, se evidenció con fuerza la importancia del trabajo conjunto. Expresiones como:

“Muy colaboradoras las unas con las otras”, “Cada una tiene ideas y son muy buenas compañeras y nos nutrimos como grupo”, “Hay que aprender siempre del otro, se aprende de sus aciertos y dificultades [...]”, respecto a la pregunta cómo me nutro de mis compañeras. Y *“Tengo pensamientos muy propositivos con relación a las demás, sumamos conocimientos y crecemos juntas”,* sobre los pensamientos y reflexiones que dejó el taller.

Más allá de la ejecución de los ejercicios o tareas corporales propuestas, cuando ellas reflexionaron sobre la colaboración, hacían relación a la forma en cómo se apoyaban y como se motivaban, por ejemplo, en el caso de la acción 2 del taller 4 “Echando cuento”, que proponía la tarea de la construcción de una historia que pudiera ser contada con los cuerpos, donde surgieron las ideas y propuestas porque, precisamente, se apoyaban mutuamente desde dos sentidos, por un

lado dándose ideas, si una comenzaba una opinión las demás se animaban a continuar, y de otro lado, motivándose a participar validando las propuestas de todas, no dejando pasar de largo cualquier expresión que surgiera. De ahí el sentido que se dio a cada detalle de lo que sucedía. Para ellas, nada se quedaba por fuera. El contar sus historias, relacionándolas con la creación en la fusión que se hizo del taller 4 sobre “Creaciones colectivas” con el taller 5 sobre “La puesta en escena”, dio a comprender la fuerza de la colectividad.

En este sentido nosotros como proponentes de las actividades, observamos que, el desarrollo paulatino y progresivo de su creatividad se dio esencialmente en el encuentro con las demás.

Como lo refieren (León F. & Corrales C., 2016), “[...] el arte puede ser un medio para crear nuestras vidas, donde la ampliación del conocimiento y el contacto social para compartir una cultura son la clave exitosa de la autorrealización como personas y el mejoramiento de nuestras capacidades. “(p. 31)

De esta manera sentimos y vivenciamos en efecto, las bondades del trabajo colectivo como potenciador de la relación social entre pares, lo cual nos dio pie para comprender que las personas mayores al juntarse con otros de su mismo grupo etario, son capaces de asimilar con mayor facilidad las situaciones desafiantes que aparecen, en nuestro caso, fue la necesidad de crear una historia que las condujera a una producción corporal para la proyección artística, siendo además relevante el hecho de la generación de un vínculo invaluable donde se afinca la identidad propia y colectiva. Damos razón entonces a la citación anterior exponiendo que, en efecto, el bienestar de las señoras participantes y su autorrealización fue mediada por la creación en conjunto, el vínculo indisoluble de confianza con lo que se dio la trascendencia a su ser a través del ejercicio danzado.

Consideramos además que, la creatividad en esta etapa de la vida, va ligada al sentido de compañerismo, pues surge en la juntanza. Un ejemplo claro de ello fue la actividad de taller 3 sobre “Gesto y movimiento”, donde se buscaba la construcción progresiva de una secuencia que iniciara con gestos en quietud y continuara con propuestas de movimientos. Aquí la acción debía ser individual, ante lo cual sus voces expresaron la dificultad para la realización de esta tarea.

“Iniciar para mí fue difícil porque no supe que pose realizar, cómo poner el cuerpo”.

“Saber cómo moverse para ir de una pose a otra no es fácil, uno no sabe hacer”.

Ambas expresiones, mostraron la dificultad para la ejecución del movimiento, en gran medida porque no se debía tener el apoyo de las demás compañeras para realizarlo. Sin embargo, en la observación efectuada, nos dimos cuenta que, cuando alguna hacía un movimiento las demás observaban y se guiaban por este. Es posible que haya sido por no sentirse seguras de su propia ejecución, mencionado en *“uno no sabe hacer”*. Pero también es posible que haya sido por la complicidad que trae el trabajo en conjunto, dado que posibilita la búsqueda corporal en un grado de intimidad favorecedor. En el caso de la compañera que presenta hipoacusia, ella relató que efectivamente se basó en lo que sus compañeras hacían para ella también hacer, *“Yo hice lo que*

entendí porque como no escucho bien, pero veo a mis compañeras y más o menos hago lo que voy viendo”. En ella, el sentido del compañerismo la condujo a su propia producción corporal, no habiendo otra forma de hacerlo dada su condición sensorial, no obstante, para ella esto no resultó ser un conflicto, al contrario, ella buscó en la mayoría de las actividades el apoyo en el grupo, y sus respuestas fueron resueltas gracias a esto.

Ahora bien, según mencionan (Sumozas, Baeza, & Sánchez E., 2020) en su investigación sobre Expresiones artísticas y creatividad en personas de la tercera edad, dicen:

Si bien la actividad creativa es un potencial humano inherente, y que por ende todos poseen, resulta, de igual manera evidente, la parte subjetiva que involucra este proceso, dado que es la misma persona quien efectúa los cambios, modificaciones y transformaciones, depende de su intelecto, de sus experiencias y de su formación, la forma particular en la que habrá de desarrollar dicha actividad. (p. 83)

La creatividad es un evento que sucede en la persona de manera única y particular, lo que se desarrolla en una no es igual a otra, aunque el camino para estimularla sea el mismo. Pensamos pues que, en el caso de las adultas mayores de grupo de danza, cada una fue mostrando un proceso individual, fue visible la aparición de características de la creatividad como la imaginación (la capacidad de producir imágenes e ideas en su mente) y la espontaneidad (movimientos y expresiones propias), entre otras. Sin embargo, la fluidez y la capacidad de resolver nuevos retos corporales se presentó a raíz de la juntanza, del trabajo en grupo, del sentido de unión.

Así las cosas, tanto ellas como nosotros, dimos en su momento y damos ahora un generoso sentido en el crear en colectivo como ejercicio vital para la persona mayor.

Las memorias personales y experiencias de vida como fuente de creación

Recogimos en este hallazgo, el recorrido realizado en los talleres, el cual estuvo cargado de memorias, recuerdos, anécdotas, cuentos e historias que, tanto las participantes como nosotros, pusimos a rodar, constituyéndose así, en el hilo conductor con el que se fue tejiendo en el grupo el descubrir de la creatividad para la proyección artística. Algunas reflexiones fueron, la relación entre lo que han hecho en su vida sobre la creatividad y lo que están haciendo ahora en el grupo de danza; los elementos que son comunes a ellas desde su cotidianidad para llevarlos a la improvisación; la sustentación que hacían con sus palabras sobre lo que hacían con el cuerpo, el poder de la argumentación reflejo de sus reflexiones; y el empoderamiento de sí mismas a través de sus exploraciones corporales, de su voz y su palabra y la validación que como grupo se ofrecieron.

Desglosando un poco estas reflexiones, consideramos que, respecto a la improvisación como una de las herramientas de la danza creativa, se convirtió para este proceso en lo que (Lynton S., 2006) expresa en su investigación sobre “La experiencia de improvisar, más que ‘hacer’ algo,

puede parecer dejar que algo se haga, seguir el dictado de una voz interior, como si el canto, la forma, la idea, la auténtica voz, ya estaba ahí, sólo esperando a ser descubierto, liberado”. (p. 5)

Este hallazgo, nos permitió comprender que, la manera única de ser de las participantes expuesta en sus narrativas, se convirtió en el faro que iluminó el camino de la improvisación. Justamente por lo que refiere en esta citación, el que ellas hayan realizado evocaciones y contado sus historias, de alguna manera despertó la capacidad de poner en el cuerpo, aquellas sensaciones que trajo consigo el recuerdo. De algún modo, se permitieron liberar su pasado al servicio del presente, del actuar con su cuerpo una serie de situaciones ya vividas.

El ejercicio propuesto en el taller 2 “Mi cuerpo sensitivo y emotivo” que proponía la realización de movimientos donde se implementaban objetos diversos (palos, pañuelos, sombreros, faldas de danza, etc.) dándoles un uso diferente, aquellas memorias del pasado sustentadas en recuerdos sensoriales y emotivos, les permitió explorar con sus cuerpos y los implementos usados, cantidad de movimientos y formas, convirtiéndose en una lluvia de ideas para las improvisaciones posteriores. La liberación de la corporalidad partió de la liberación de su mente en relación a sus recuerdos. Digamos que, estuvo ligado el hecho de la experimentación corporal al hecho de la evocación. Expresiones como: *“Yo me relajé, me transporté como a otra parte”*. *“Uno con un mismo elemento puede desarrollar varios ejercicios”*, nos señalaron claramente que el ir al recuerdo se convirtió en fuente de inspiración para usar los elementos. Nos decían, además, que con la falda, por ejemplo, jugaron a acunarla como si fuera un bebé y traían a la memoria su rol de madres; o cuando usaron el sombrero, este fue transformado en una canasta para mercar, o una batea, o un canasto para recoger café. Todas estas imágenes que recrearon corporalmente, fueron respuesta a las memorias y las sensaciones que dejaron en su momento las acciones que en su cotidianidad realizaron.

Coincidimos entonces con (Lynton S., 2006) cuando expresa que: “La creación espontánea surge desde nuestro interior y expresa nuestro ser individual y social”. (p.6), lo evidenciamos y sustentamos en estos hechos y lo relacionado con la creación colectiva, antes mencionada en nuestro anterior hallazgo.

Encontramos elementos comunes en todas ellas, los cuales fueron expuestos en sus exploraciones, el ejemplo más claro fue el hecho que a la mayoría le tocó trabajar como recolectoras de café y en minas de oro, como ellas lo nombraron *“nos tocó miniar desde pequeñas”*. Las anécdotas contadas entre taller y taller, pusieron en común los cuerpos, es decir, cada una desde sus experiencias de vida, al momento de recrear el movimiento de “miniar” lo hizo igual, evidenciando que esta acción se desarrollaba de la misma manera en su época, fue aprendida por observación y trasladada a sus cuerpos de forma semejante.

Analizamos pues que, dentro del proceso de improvisación hay fuentes de inspiración muy particulares, dado que cada sujeto vive sus experiencias de forma única, no obstante, hay fuentes de inspiración comunes a quienes participan de un proceso de exploración, debido a los acontecimientos de un momento histórico determinado, la convivencia en el mismo entorno y la

forma de vida similar, condiciones estas dadas por el desarrollo cultural y social en el que están inmersas las personas en una época determinada. En nuestro caso, estas mujeres, yaliseñas de nacimiento o radicadas desde pequeñas en el municipio, habitantes del área rural en los primeros años de su vida, y con la proximidad al trabajo del campo como la recolección de café o la minería, nos facilitaron la observación de lo particular y lo semejante en las diferentes exploraciones vividas.

Ahora bien, fueron precisamente estas experiencias las que nos llevaron a darnos cuenta de la importancia sobre la sustentación de sus exploraciones a partir de su palabra, las reflexiones, las anécdotas y las historias contadas como otra fuente de ideas en la improvisación. La capacidad para argumentar el por qué se hacía un movimiento, o por qué pensaban algo, o por qué decidían hacer de una forma u otra un ejercicio, se basó justamente en el valor que les daban a sus experiencias previas. Lo significativo en su palabra, fue el exponerla a su manera, tal cual son ellas, y la trascendencia que adquirió se basó en la validación que el grupo le otorgó, pues en muchos momentos, en la palabra de una se reconocían todas.

El ejercicio de poner en la palabra las sensaciones, las emociones y las vivencias resultó ser para el grupo (incluyéndonos), recurso invaluable del poder que encierran las memorias para la creación artística. La danza en el adulto mayor no parte de la nada, pues sus cuerpos llenos de historia son los que se representan a sí mismos.

Al momento de desarrollar el taller 5 “La puesta en escena”, en el que se retomaban los ejercicios más significativos a nivel individual y grupal, buscando tejer una historia danzada de manera colectiva, las voces expuestas evidenciaron la importancia de la memoria individual y colectiva para la creación, así como la argumentación hecha en la conversación. Algunas de sus expresiones fueron:

“Yo les propuse la historia de la minería, otra señora dijo que podíamos hacer la de recoger café, como chapoleras. Ya otras dieron otras ideas. Después de que cada una dio las idas entonces nos pusimos a armar la coreografía”.

“Las actividades anteriores nos van sirviendo, para sacar las ideas (para ella sacar las ideas es usar la imaginación, esa es la forma de expresarlo)”.

“Yo me sentí bien, me deje llevar por mis compañeras y me gustó la idea, me gusto representar como sacábamos oro”.

La experiencia cobró vida precisamente a partir de los recuerdos, de tal manera que nos hizo comprender que, para la persona mayor, su propia vivencia del pasado es la que valida su hacer presente. En cuanto a la creatividad, este recurso se convierte en primario para propiciar la idea, la imagen y la búsqueda sensible de otras maneras de expresión, es decir, si bien los movimientos dados en las diferentes exploraciones corporales fueron guiados por lo que sus cuerpos ya sabían y reconocían, las participantes también provocaron otras formas a partir de las

conocidas, dándose la oportunidad de jugar con los elementos proporcionados en los talleres y los ya explorados desde su vida cotidiana.

El gusto y el placer que se pudo encontrar en el proceso creativo para las participantes, fue dado a raíz de otorgar todo el sentido a su experiencia personal y sus recuerdos, lo cual hizo de estas exploraciones corporales una vivencia altamente significativa y de gran aporte para su vida actual. De hecho, en la socialización sobre el cómo asumieron estos ejercicios siendo personas mayores surgieron expresiones, ya antes mencionadas,, como:

“Ustedes nos ayudan a creer en nosotras mismas, que si podemos hacerlo que si somos capaces”.

“Ustedes nos han llevado paso a paso, como que cada actividad nos ha servido para aprender y sacar la creatividad”.

“Pues yo veo que, si tenemos creatividad a pesar de la edad, porque damos ideas, y hacemos esto (se refiere a la creación coreográfica que realizaron)”.

“Yo por lo menos soy muy "tapada" pa' muchas cosas (se refiere al entendimiento) porque en la casa solo era trabajo y trabajo, con este ejercicio descubrí que uno va aprendiendo”.

Estas reflexiones, nos llevaron a la comprensión sobre que el adulto mayor busca en este tipo de agrupaciones la validez de su ser, el sentirse reconocidas hace parte importante de su realización como sujetos, sus pares son quienes aportan sentido a su vida, al igual que las personas que guían su proceso artístico. Así pues, como formadores, tenemos un papel que va más allá de los objetivos propuestos en un taller o un programa, nuestro propósito al trabajar con esta población, es permitir que sus experiencias y conocimientos previos sean visibilizados y más aún sean aprovechados para los procesos creativos como fuentes de inspiración.

Como bien lo menciona (León F. & Corrales C., 2016) “Los grupos de baile folclórico de personas adultas mayores son una oportunidad perfecta de crecimiento personal y de interacción social que permite a las personas de edad avanzada adquirir conocimientos, conservar su motora fina y gruesa, y estimularse cognitivamente a través del arte y la cultura”. (p.36)

Además de recrear su vida a través de los ejercicios de improvisación, exploración y creación, es una oportunidad para continuar su aprendizaje y crecer en su autorrealización.

Desde el punto de vista de esta investigación, la memoria obtuvo un valor incalculable, pues esta fue la hacedora de las condiciones y vivencias del proceso, dado que fue a partir de allí que se recrearon expresiones cotidianas y tradicionales que las participantes traían consigo. Ahora bien, la riqueza que tienen las memorias de una comunidad es poderosa en la medida que las mismas personas así lo consideren para la transformación de su presente, es decir, en la medida que le otorguen a lo vivido en el pasado, la importancia que merece como parte de su historia, tanto individual como colectiva, esto se convierte en un faro de identidad, posibilitando que un pueblo, una comunidad y en este caso un grupo de proyección artística, se reconozca como parte de algo, y se permita encontrar en su pasado el camino para transformar su presente.

De la creatividad en lo cotidiano hacia la creatividad en la escena

Este hallazgo nos condujo a la comprensión de diferentes elementos que se pusieron en juego, no solo en la estimulación de la creatividad sino en la creación colectiva como tal.

Como ya lo mencionamos en el anterior hallazgo, partimos de sus procesos de vida y las labores que fueron comunes para todas ellas, pero también sumamos a este hallazgo la naturalidad de sus expresiones a nivel corporal, en este caso. La forma de transmitir el movimiento fue mediada por la sencillez de la acción corporal, sin pretensiones ni virtuosismos, lo cual puso en consideración la importancia que tuvo para ellas sentirse en un ambiente tranquilo y lleno de confianza, lo vital que fue sentirse validadas más que juzgadas, la fuerza que adquirió el percibirse apoyadas por las voces de las demás compañeras y la nuestra, donde fueron escuchadas. Tal naturalidad, nos permitió ver un proceso espontáneo y libre, pues si bien los ejercicios se daban bajo indicaciones para realizarlos, al momento de la exploración se dejó libre su cuerpo, su sentir y su decir.

Respecto a la danza creativa, retomamos los aportes que realizan (Rivas H. & Oporta G., 2016), sobre los elementos que esta desarrolla, expresado así: “En cualquier momento que una persona se mueve, el cuerpo usa espacio, fuerza y tiempo. Estos son los elementos principales de la danza creativa que exploran todas las posibilidades inherentes en combinaciones de estos elementos”. (p. 18)

Observamos que, en los ejercicios propuestos, la forma natural de moverse, caminar, sentarse, etc., fue el punto de partida desde donde surgieron los movimientos en las exploraciones, es decir, las calidades del movimiento en este caso, fueron dadas por las maneras en las que estas mujeres se han movido durante su vida, teniendo en cuenta además, que en esta etapa en la que se encuentran, su cuerpo tiene, por condición natural del envejecimiento y/o por condiciones patológicas, otras maneras de responder ante un estímulo. Ciertamente, se observaba un enlentecimiento en la capacidad de respuesta corporal, es decir, sus movimientos no eran tan ágiles o rápidos como podrían ser en un niño; no obstante, resaltamos que, dentro de las calidades del movimiento antes mencionadas, verificamos que la recreación y creación de algún gesto corporal llevaba en sí, un alto contenido sensitivo y emotivo, otorgándole un significado y un sentido a la razón del porqué y del para qué movernos.

Como lo citan (Rivas H. & Oporta G., 2016), “Según Mary Joyce en su metodología: todo movimiento puede ser alterado por cambios en fuerza, dependiendo en sus elementos: Ataque (percusivo o suave), Peso (pesado o liviano), Fuerza (tensa o floja), Fluidez (fluidez libre, atada o en balance)”. (p. 20)

Sobre la fuerza, de la cual los autores hacen referencia habla de la energía impresa en las acciones, damos razón a que, efectivamente, las propuestas corporales que las participantes

ofrecieron, fueron respuesta ante un estímulo que provocara fluidez o tensión, pesadez o liviandad, lo cual determinó las calidades del movimiento en cuanto a la energía precisamente. Esto lo consideramos también a partir de la forma en como ellas llegaron a los talleres, es decir, las dinámicas anímicas, fueron factor importante al momento de la exploración, en tema del manejo de la energía en relación al movimiento. Siendo así, consideramos relevante el hecho que cuando se les invitaba a realizar un ejercicio, las participantes siempre ponían en juego su energía, estado de ánimo y emociones, lo cual, conjugado con los estímulos mencionados, hacían de las búsquedas corporales una gran fuente de ideas para la improvisación y la creación.

En cuanto al manejo del espacio, fue evidente que la experiencia previa de ellas en el grupo de danza, les ha permitido tener un manejo de la espacialidad, direccionalidad y orientación muy enriquecedora, no solo en la proyección en escena sino también en su vida, pues se evidenció en los ejercicios, un alto sentido de la ubicación y del manejo del espacio personal y grupal. El tiempo, constituido en el ritmo principalmente, fue un eslabón diferente, pues el cuerpo de ellas respecto al ritmo musical manifestó sus ritmos naturales, es decir, no siempre se acercaron con precisión a la música, debido a que sus cuerpos ya vienen con unas rítmicas propias dadas por su estilo de vida y la manera en cómo han realizado sus actividades cotidianamente, sin embargo, validamos el hecho que, justamente estas maneras de percibir la música, fueron las que posibilitaron observar sus tiempos individuales y colectivos respecto a la asimilación de las exploraciones, además de comprender que, así son ellas, y eso fue precisamente, lo que nos llevó a encontrar los hallazgos metodológicos antes mencionados. Así se evidenció en el taller 4 “Creaciones colectivas” que buscaba disponer al grupo para crear corporalmente una historia a partir de canciones folclóricas conocidas, aquí se les propuso rítmicas colombianas como un torbellino de la región de Cundinamarca, ritmo sobre el cual presentaron dificultad de comprensión en su ejecución, debido a la rapidez que este sugiere en los pasos, sin embargo, al momento de proponerles otros ritmos, de la costa atlántica y de Antioquia principalmente, su ejecución varió ampliamente por la cercanía a estos desde su cotidianidad, el escuchar estas melodías anteriormente y reconocerlas, facilitó que la apropiación fuera espontánea, natural y con un alto sentido de disfrute.

La manera en cómo el adulto danza parte de su propia realidad, incluida la forma en cómo se perciben en un espacio y tiempo rítmico determinado, y en cómo dan respuesta a las propuestas sobre la combinación de estos elementos.

No fue distinto para ellas la expresión natural sobre la recreación de sus recuerdos y la materialización en un esquema coreográfico, porque ésta es una simbiosis que, como adultas mayores en la danza, no deja de existir, por el contrario se potencia aún más, dado que ellas danzaban tal como viven, tal como son, y ahí es donde radica la riqueza de estos elementos que, al momento de extraélos de su cotidianidad y ponerlos en la escena, con el complemento de lo técnico y estético, dan como resultado una mejor apropiación del sentido artístico para la proyección.

De otro lado, desde la proyección artística al momento de pensar estos ejercicios observamos que, las adultas participantes pusieron elementos que bien podríamos denominar tradicionales en el proceso de la creación colectiva, es decir, cuando ellas exploraron en las

acciones sobre la minería, expresaban que aprendieron esta labor de sus padres y ellos de sus padres, constituyéndose en una expresión tradicional de la zona, pues cumple con una de las características para que así lo sea y es el hecho de ser transmitida de generación en generación, provocando una permanencia en el tiempo en un lugar particular, donde la comunidad la acepta como propia y la hace parte de su cultura desde su diario vivir .

En el taller 5 “La puesta en escena”, debían crear una secuencia de movimientos que diera cuenta de una historia. Después de haber conversado un poco sobre diferentes temáticas de danzas de otras regiones, ellas comenzaron a contar espontáneamente lo que hacían cuando eran jóvenes, y se centraron en la historia de la minería, como les tocaba ir a "miniar" con los padres, quienes les enseñaban a hacerlo, cómo meterse al río, sacudir la batea, separar el oro, etc. Allí, las adultas mayores expusieron un ejercicio que contenía tanto los elementos cotidianos como aspectos que enmarcan una producción estética y escénica como tal, sin dejar de incluir sus maneras propias de expresión. Esto se evidenció en la utilización de los tiempos de ejecución de los pasos y figuras, en términos de conteo de pulsos, poniendo un orden en la secuencia. El manejo del espacio a partir del uso de planimetría donde se vieron líneas, círculos y filas. Los diferentes movimientos de su cuerpo en relación con los elementos como la falda y una batea imaginaria. Es decir, la creación colectiva fue mediada en primer lugar por las experiencias de vida, por las exploraciones corporales previas y por elementos como estos que la volvieron una puesta en escena reconocida como artística.

Ahora bien, el elemento principal de este hallazgo, es haber contado con las formas y ritmos individuales que, si bien se exploraron en la fuerza del colectivo, dieron una significación potente a la creación para la escena, dado que su fuerza radicó en las vivencias personales, en la historia de cada una de ellas y en la forma en cómo recordaban sus labores cotidianas. La historia que representaron es la de su tierra, su propia vida y la creatividad estaba ligada a lo que cada una vivió y donde lo vivió. Es allí donde la creación tuvo sentido y fue reconocida como importante para ellas. Como lo mencionamos en nuestros referentes conceptuales, parafraseando un poco, la proyección en la escena es una herramienta que nos permite explorar la realidad de la vida, representarla y expresar emociones del bailarín. En el caso de nuestra investigación, esto se evidenció claramente en el resultado del taller 5.

Retomando la expresión de dos de ellas: *“Yo les propuse la historia de la minería, otra señora dijo que podíamos hacer la de recoger café, como chapoleras. Ya otras dieron otras ideas. Después de que cada una dio las idas entonces nos pusimos a armar la coreografía”.* Y

“Con los elementos uno puede hacer más cosas, si tuviéramos una batea real pues llevarla a un lado, ponérsela en la cabeza, puede jugar más con eso”. (Recordando el proceso de la minería).

Entendimos en este análisis que, es la memoria corporal la que las condujo a una expresión clara en la creación colectiva, su cuerpo reconocía la manera de moverse con una batea, así la tuvieron solo en su imaginación, la posición de las manos, del torso y la forma de moverse, daba a comprender que lo que allí se representó fue el proceso de la minería. Comprendimos entonces

que, no podemos inventarnos cosas que no conocemos. Consideramos además que, la creatividad parte de ahí, de lo que tenemos, de los elementos sencillos de la cotidianidad, de cómo hemos vivido y como eso lo podemos transformar en algo “bonito” (como ellas lo mencionaban), es decir en una puesta en escena que cuente las vivencias de lo a cada uno nos ha tocado en la vida, con elementos estéticos y técnicos que la ponen en el lugar de proyección artística.

9 Conclusiones

A partir de nuestros hallazgos, concluimos en esta investigación que:

La simbiosis ocurrida entre la IAP – Investigación Acción Participativa- y la danza, fueron el escenario adecuado para el reconocimiento de las realidades vividas por parte de las participantes del grupo de danza, su reflexión y análisis, así como la transformación de las mismas a partir de las exploraciones suscitadas en cada encuentro. Reforzamos la intención de (Ortiz & Borjas, 2008), en lo que exponen sobre la IAP:

[...] seguimos el ciclo de la investigación acción participativa, donde se desarrollan procesos de observación de la realidad para generar la reflexión sobre la práctica, de planificación y desarrollo de acciones para su mejora y de sistematización de la experiencia y reflexión en y sobre la acción para la producción de conocimientos en el campo de la educación popular. Nuestro reto como investigadores en el ámbito educativo es el de desarrollar estudios, que a partir de un problema detectado y abordado en la práctica, produzcan teorías pedagógicas emancipadoras que incidan en la transformación de la acción educativa generando una praxis (práctica consciente y reflexiva)”. (p. 620)

En efecto, el desarrollo de la IAP en conjunción con la danza, nos permitió un proceso formativo de transformaciones significativas para el grupo de participantes, desde la puesta en común de sus historias de vida y en el reconocimiento y valoración de prácticas creativas en su diario vivir, para ser llevadas de manera consciente a la experiencia que ofrece la danza como mediador de los eventos cotidianos y la representación artística de los mismos.

Como aspecto fundamental del proceso fue hacernos parte de este, es decir, hacer la investigación desde las artes, nos abrió la ventana para transitar este camino con las participantes, no siendo agentes ajenos a sus vidas, ni solo observadores de unos acontecimientos determinados. La danza por sí misma, se dispuso como una metodología que, en la mira de la investigación, nos permitió el desarrollo sensible del ser, favoreciendo el proceso de las fases de este ejercicio.

El lugar del adulto mayor en la danza fue relevante por la posibilidad de ser creadoras de nuevas experiencias de vida. La danza transcurrió en ellas como un ejercicio de aprendizaje artístico y además como una adición a su desarrollo personal. Su papel entonces fue significativo en la medida en que se potenciaron sus conocimientos, se dio sentido a su experiencia previa y se valoraron sus aportes como elementos potenciadores de la creatividad para la puesta en escena.

Para estimular la creatividad en el adulto mayor en relación con la danza, fue necesario transitar el camino de la verdad, es decir, la expresión genuina y única de ellas como participantes, la honestidad y transparencia del hacer como facilitadores de la experiencia, despojarnos de pretensiones inalcanzables, transcurrir los encuentros desde lenguajes comunes y sencillos, donde todos y todas nos sintiéramos parte viva de la experiencia, afinar el vínculo de la confianza y validar

la presencia y esencia de cada una de ellas, desde el respeto y la responsabilidad del hacer y ser a su lado.

Dado que, en el tiempo actual, tener inventiva o ser creativo, pareciera ser un asunto solo de los jóvenes, resaltamos con profundo orgullo, el haber sido testigos del hecho que estas mujeres, adultas mayores, campesinas, en su mayoría analfabetas, quienes nunca antes en su vida habían pertenecido a un grupo de danza, y quienes creían que no tenían creatividad, fueron mujeres llenas de ideas, imaginación, inventiva y con capacidad creadora en el momento en que sus exploraciones individuales y grupales así lo demostraron. De esta manera, sostenemos, como docentes de este grupo poblacional, basados en nuestra experiencia anterior y en la actual, que las personas mayores son tan creativas como ellas se lo permitan y el entorno lo promueva, pues en cualquier momento de la vida se puede estimular y desarrollar procesos de creatividad para el arte, así como para la vida cotidiana.

Las comprensiones que otorga el reconocimiento del proceso de envejecimiento y la vejez a la luz de las teorías y consideraciones gerontológicas, fue un punto esencial para entender y aceptar los ritmos desde los cuales el adulto mayor aprende, desde sus necesidades e intereses, lo cual nos favoreció en la puesta en común de las reflexiones realizadas sobre sus realidades.

El camino metodológico propuesto, nos condujo a la obtención acertada de resultados que, ya reconocidos por nuestra experiencia, nos acercaron aún más a la comprensión de cómo seguir observando la danza en este grupo etario y el papel relevante que tiene en el desarrollo cultural y artístico de los lugares habitados por esta población.

La danza debe seguir preguntándose por el adulto mayor, sus metodologías y formas de poner en práctica asuntos que competen a este grupo de personas, no solo es pensar la danza para niños y jóvenes, sino crear reflexiones y contenidos metodológicos para las personas mayores, pues siendo agentes activos y participes de esta sociedad, también tienen la oportunidad de realizar aportes en la creación cultural y artística.

Respecto a las miradas alternativas sobre el lugar del adulto mayor en la danza, como parte de nuestros objetivos, resaltamos los hallazgos conseguidos a lo largo de esta experiencia, pues allí se consignaron tanto las reflexiones de las adultas participantes como nuestros análisis, lo cual se convierte en un ejercicio constitutivo sobre este objetivo. Como complemento a estas otras formas de revisar el lugar del adulto mayor en la danza proponemos:

**La posibilidad de seguir creando a lo largo de la vida. Los grupos de danza son espacios de construcción de conocimiento, de ahí la necesidad de poner en la palabra la realidad de la persona mayor, sus pensamientos, sus memorias, sus expectativas y sus vivencias personales, de tal manera que todo esto sea herramienta para la estimulación del ejercicio creativo y fuente de inspiración para la creaciones artísticas.

**Centrarse en sus capacidades, en lo que si pueden llegar a hacer, más que en sus limitaciones.

**Ver al adulto mayor como un ser que transita la vida como cualquier ser humano, que trae una historia de vida cargada de experiencias que lo hacen un ser con capacidad creadora.

**No despreciar la experiencia, la edad nos regala paciencia y sabiduría, la capacidad de ver la vida con una conciencia diferente, el adulto mayor busca aprendizajes que satisfagan su ser, es decir, llenarse de emociones positivas que le den sentido a su existencia, no necesariamente busca desarrollar habilidades corporales que lo pongan en el lugar de un ejecutante excelso de la danza, sino que él se vea en el lugar de su propia autorrealización al vencer sus dificultades, incluso mínimas, pero que al hacerlo se siente lleno y orgulloso de lograrlo.

**En los grupos de danza hay que considerar el hecho de cómo guiamos al adulto mayor, visibilizar su vivencia corporal previa, aquello que sabe, lo que siente, incluso lo que piensa, de esta manera dejarlos ser, que hagan propuestas, que se pregunten, que revisen lo que pueden hacer y lo que no, que se ayuden, que se vuelvan cómplices y amigos, que se equivoquen y aprendan de todo eso. No podemos seguir pasando por alto la voz y la presencia de ellos, ponerlos en el lugar de la creación artística para la proyección escénica, implica darles herramientas técnicas y estéticas, y al mismo tiempo dejar que su potencial creativo se expanda.

La socialización de estos hallazgos, es el paso a seguir, lo cual hacemos en el encuentro con los demás compañeros de la profesionalización y los docentes de la misma, además de la devolución del proceso de análisis a las mujeres participantes del mismo. Pretendemos que, el consecuente medio de socialización de este tema, sea su publicación en la biblioteca en línea de la Universidad de Antioquia, y continuar su propagación en diferentes espacios de conversación sobre la danza, con el fin de seguir poniendo esta temática en la mira del sector artístico y cultural en la ciudad.

Referencias

- Arbillaga, L., Elisondo, R., & Melgar, F. (2018). Espacios que proyectan hacia nuevos horizontes. La danza como puente entre la creatividad y lo cotidiano. *Estudios sobre el Arte Actual*, 6, 21-33. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6861737>
- Bustos Pinchulef, M. J. (2015). *Los Beneficios de la danza para el Adulto Mayor*. Tesis de grado, Santiago de Chile. Obtenido de <http://bibliotecadigital.academia.cl/xmlui/bitstream/handle/123456789/3290/TDAN%208.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Castillo, R. (SF). *Carolyn Carlson. Poesía en movimiento*. Obtenido de <https://gastv.mx/>: <https://gastv.mx/carloyn-carlson-poesia-en-movimiento/>
- Colmenares E., A. M. (30 de junio de 2012). Investigación-acción participativa: una metodología integradora del conocimiento y la acción . *Voces y silencio: Revista Latinoamericana de Educación*, 13(1), 102-115. Obtenido de <https://revistas.uniandes.edu.co/doi/pdf/10.18175/vys3.1.2012.07>
- Contreras O., R. (2002). Capítulo 1. *CEPAL - SERIE Políticas sociales*(58), 58-71. Obtenido de chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6024/S023191_es.pdf
- Contreras O., R. (MARZO de 2002). La Investigación Acción Participativa (IAP): revisando sus metodologías y sus potencialidades. *CEPAL - SERIE Políticas sociales* , 1-71. Obtenido de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6024/S023191_es.pdf
- Durán, L. (1991). La creatividad en la danza. *Revista mexicana de ciencias políticas y sociales*, 36(144), 65-69. doi:10.1016/51895
- Durston, J., & Miranda, F. (Marzo de 2002). Experiencias y metodología de la investigación participativa. *CEPAL - SERIE Políticas sociales*, 1-71. Obtenido de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6024/S023191_es.pdf
- Goleman, D. (enero de 2004). *Qué Hace a un Lider*. Obtenido de danielcaballo1.files.wordpress.com: <https://danielcaballo1.files.wordpress.com/2009/10/hbrla.pdf>

- Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). (2011). *Envejecimiento Activo, LIBRO BLANCO*. Obtenido de http://www.imserso.es:8088_8089libroblancoenv.pdf
- Krause, M. (Marzo de 2002). Investigación-acción participativa: una metodología para el desarrollo de autoayuda, participación y empoderamiento. *CEPAL - SERIE Políticas sociales Experiencias y metodología de la investigación participativa*(58), 1-71. Obtenido de https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/6024/S023191_es.pdf
- León F., M., & Corrales C., I. (2016). Influencia intercultural del baile folclórico en las personas adultas mayores del grupo “Alma Joven”. *Revista Nuevo Humanismo*, 4(1), 25-39. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7933943>
- Lindo de Salas, M. (2010). *La Danza, Conceptos y Reflexiones* (1 ed.). Barranquilla: Facultad de Ciencias de la Educación Universidad del Atlántico.
- Lopera C, M., & Alzate H, N. (2019). *Beneficios de la danza en personas mayores-sistematización de experiencias*. Tesis de grado. Obtenido de <https://repositorio.uco.edu.co/bitstream/handle/123456789/619/BENEFICIOS%20DE%20LA%20DANZA%20EN%20PERSONAS%20MAYORES-SISTEMATIZACION%20DE%20EXPERIENCIAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lynton S., A. (2006). Crear con el movimiento: la danza como proceso de investigación. *Reencuentro*(46). Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=34004609>
- Milana, M. (2018). El trabajo de la UNESCO sobre la educación de personas adultas y la educación como bien común: Aportes y reflexiones. *REVISTA LUSÓFONA DE EDUCAÇÃO*, 42(42), 147- 160. doi:<https://doi.org/10.24140/issn.1645-7250.rle42.10>
- Murillo, P. P. (20 de abril de 2022). La Proyección artística en la danza folclórica. (Y. Romero, Entrevistador)
- Ortiz, M., & Borjas, B. (2008). La Investigación Acción Participativa: aporte de Fals Borda a la educación popular. *Espacio Abierto*, 17(4), 615-627. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/122/12217404.pdf>
- Pérez T, S., & Griñó R, A. (2015). Danza Cretiva, el rol del material y la imaginación. *AusArt Journal for Research in Art.*, 3(1), 166-173. doi:10.1387/ausart.14380

- Pérez-Testor, S., & Griño Roca, A. (2015). DANZA CREATIVA: EL ROL DEL MATERIAL Y LA IMAGINACIÓN. *AusArt Journal for Research in Art*, 3(1), 166-173. doi:DOI: 10.1387/ausart.14380
- Rivas H., G. M., & Oporta G., J. (2016). *LA DANZA CREATIVA COMO INSTRUMENTO PEDAGÓGICO PARA LA EDUCACIÓN*. Tesis de grado, San salvador. Obtenido de <https://docplayer.es/210606505-La-danza-creativa-como-instrumento-pedagogico-para-la-educacion.html>
- Rua, L. (2017). *La autenticidad en el proceso creativo de la danza y su implicancia etica hacia el publico*. Obtenido de https://www.academia.edu/35277603/La_autenticidad_en_el_proceso_creativo_de_la_danza_y_su_implicancia_etica_hacia_el_publico
- Subsecretaría de Formación Ciudadana-Alcaldía de Medellín. (2015). *Pedagogía social y formación ciudadana*. Medellín: Subsecretaría de Formación Ciudadana edición no comercial.
- Sumozas, R., Baeza, C., & Sánchez E., P. (2020). Expresiones artísticas y creatividad en personas de la tercera edad. *Linguagens nas Artes*, 1(1), 80-92. Obtenido de <https://revista.uemg.br/index.php/linguagensnasartes/article/view/4271/3133>
- Torrents M., C., Hristovski, R., & Balagué i Serre, N. (2013). Creatividad y emergencia espontánea de habilidades de danza. *RETOS. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*(24), 129-134. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4482511>
- Torres, A. (2021). *Pensamiento divergente: el tipo de pensamiento basado en la creatividad*. Obtenido de <https://psicologiaymente.com/https://psicologiaymente.com/inteligencia/pensamiento-divergente>
- Universidad Pedagógica Nacional. (2015). *Orlando Fals Borda: Investigación acción participativa*. Obtenido de <https://www.youtube.com/https://www.youtube.com/watch?v=op6qVGOGinU>
- Zuleta, L. A. (26 de julio de 2021). Grupo de danza Adulto Mayor Yali. (M. Lopera, Entrevistador)

Anexos

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título: LA CREATIVIDAD EN EL ADULTO MAYOR PARA LA PROYECCIÓN
ARTÍSTICA-Proyecto Pedagógico



Ciudad y fecha: _____

Yo, _____ identificado(a) con CC. _____, una vez informado(a) sobre los propósitos, objetivos (Estimular la creatividad para la proyección artística, a través de la danza creativa en las adultas mayores pertenecientes al grupo de danza del Centro Vida Gerontológico del Municipio de Yalí, Antioquia, durante el ciclo comprendido entre abril a octubre de 2022) y la metodología del estudio que se llevará a cabo en este trabajo de grado, autorizo a los estudiantes de la profesionalización de Licenciatura en Danza: Mónica María Lopera Cardona con cédula de ciudadanía N° 43.589.976 y Yeisme Alquimez Romero Fuenmayor con cédula de ciudadanía N° 92.519.012, respaldados por la asesora Miriam Páez Villota, para la recolección de la información a través diferentes técnicas e instrumentos dispuestos para ello, los cuales me socializarán al momento de su ejecución. Adicionalmente se me informó que:

*Mi participación en este proceso es completamente libre y voluntaria, estoy en libertad de retirarme de éste en el momento que lo considere, así como de la información que desee compartir.

*Los datos que suministre en el desarrollo de este estudio, son de carácter confidencial y están protegidos de acuerdo a la ley 1581 de 2012 (sobre las disposiciones generales para la protección

de datos personales). En caso que se requiera el uso de los datos, de forma total o parcial, serán usados de manera exclusiva para fines del trabajo de grado. Es de anotar que no se difundirá ningún nombre y, por tanto, se asignará un código especial.

*No recibiré beneficio personal y/o económico de ninguna clase por la participación en este proyecto de grado por parte de los estudiantes, el asesor y la Universidad de Antioquia.

*Toda la información y los resultados obtenidos en el trabajo de campo, serán clasificados y guardados en papel y medio electrónico por los investigadores y serán tratados confidencialmente.

*Puesto que toda la información en este proyecto de grado es llevada al anonimato, los resultados personales no pueden estar disponibles para terceras personas como empleadores, organizaciones gubernamentales, compañías de seguros u otras instituciones, que pretendan fines lucrativos.

*Los resultados de este trabajo de grado serán socializados en un evento académico programado por la Universidad de Antioquia, para los fines antes expuestos, además de darlos a conocer a mí en un evento particular por parte de los estudiantes.

*Las imágenes en fotografía y video, así como los testimonios que requieran ser publicados y socializados, serán concertados entre las partes para efectos académicos del presente estudio.

*Con este trabajo de grado, no se generará ningún perjuicio físico, moral, psicológico, familiar e institucional que atente contra mi dignidad.

*Para la realización de este proceso en el marco del trabajo de campo, me ceñiré a los lineamientos y protocolos definidos por los investigadores. Me comprometo a tener una actitud constructiva y de respeto, que garantice la entrega adecuada de mis experiencias. En caso de presentarse dificultades de comunicación y de interacción entre los investigadores y yo, me acogeré a las indicaciones y decisiones que los estudiantes definan.

*En caso de requerirse otros encuentros adicionales para ampliar información relevante, estaré dispuesto(a) a participar de estos con previa notificación.

En caso de requerir información adicional puedo contactarme con:

Mónica María Lopera Cardona.

Celular: 314 629 3598

Yeisme Alquimez Romero Fuenmayor.

Celular: 311 327 8300

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad de manera libre y espontánea.

Firma

Encuentro 1

Café del mundo: es una forma intencional de crear una red viva de conversación en torno a asuntos que importan. Se trata que las redes informales de conversación permitan la comunicación y el intercambio de conocimientos y experiencias. Esta técnica interactiva, permite que lo cotidiano se convierta en trascendental en la medida en que se hacen conscientes aspectos importantes de un grupo o comunidad, en este caso el grupo de danza. A través de la conversación, las personas fluyen de forma espontánea y natural, expresan emociones, pensamientos, ideas, sensaciones, percepciones, imaginarios; el café del mundo logra recoger lo espontáneo de una conversación y lo coloca en el plano del diálogo consciente, es decir, a través de preguntas que orientan dicha conversación, se va motivando a que esta adquiera un carácter reflexivo de lo que se dice y se expresa, lo cual favorece el desarrollo de la comunicación dialógica en donde cada persona se convierte en un interlocutor válido, pues su palabra y expresión es tan valiosa como la de los demás. Esta técnica se desarrolla en subgrupos donde se dialoga sobre un tema específico, se deja fluir la conversación recogiendo los aspectos significativos y relevantes, luego de un tiempo determinado se hacen rotaciones de los grupos, los cuales se acercan a otro tema al cual dan respuesta a través de la conversación y el diálogo (Subsecretaría de Formación Ciudadana-Alcaldía de Medellín, 2015).

Se expone aquí las preguntas orientadoras relacionadas a la creatividad y la percepción que las integrantes del grupo tienen sobre ésta a nivel general y particular exaltando sus vivencias y conocimientos previos.

Preguntas:

Qué es la creatividad para ustedes.

Cómo se manifiesta en sus vidas.

Qué saben, piensan, conocen sobre la originalidad, la imaginación, la fluidez.

Qué significa esto para ustedes.

En el grupo de danza cuándo han experimentado su creatividad.

VALORACIÓN INDIVIDUAL DEL TALLER

FECHA:

TALLER N°:

TEMÁTICA:

OBJETIVO:

Cómo valoras el encuentro respecto al objetivo que se planteó al inicio.

Menciona tus logros y dificultades que percibiste en el taller.

Qué descubriste de ti en tus exploraciones dentro del taller.

Desde lo que observo en mis compañeras, ¿cómo me nutro en mi proceso?

Qué pensamientos te resultan sobre la temática del taller.

DIARIO DE CAMPO

TALLER N°

FECHA

TEMÁTICA DEL TALLER:

OBJETIVO:

Situaciones positivas a resaltar del taller.

Dificultades en el desarrollo del taller.

Logros alcanzados en la sesión.

Aspectos a mejorar.

Reflexión pedagógica de la sesión