

"Imaginarios y realidades" El cuerpo como un dispositivo creativo que aumenta la autoestima del estudiante

Lima Meneses, Ana Laura

2023-06

<https://hdl.handle.net/20.500.11777/5774>

<http://repositorio.iberopuebla.mx/licencia.pdf>



“IMAGINARIOS Y REALIDADES”

**EL CUERPO COMO UN DISPOSITIVO CREATIVO QUE AUMENTA LA
AUTOESTIMA DEL ESTUDIANTE**

Ana Laura Lima Meneses

Preparatoria Ibero Tlaxcala

Décimo Cuarto Coloquio Interinstitucional de Profesores

Primavera 2023

“IMAGINARIOS Y REALIDADES”

EL CUERPO COMO UN DISPOSITIVO CREATIVO QUE AUMENTA LA AUTOESTIMA DEL ESTUDIANTE

Resumen:

El presente documento habla acerca del cuerpo como un espacio creativo y de autoconocimiento a través de la práctica de las Artes Escénicas, con un enfoque humanista-constructivo y poético, generando consciencia y un manejo reflexivo desde las emociones para lograr una mayor autoestima en el estudiante, adquiriendo una comunicación desde lo sensible y empático.

Palabras clave: *Cuerpo, autoconocimiento, artes escénicas, humanismo, emociones.*

La realidad

En pleno 2023 vivimos en mundo fracturado, ausente, carente de sensibilidad y empatía, donde la lucha diaria consiste en sobrevivir, en lograr un día sin ansiedad, sin depresión, en el que el ser humano tenga motivos para justificar su existencia. Suena radical, pero es una realidad latente que cada vez genera más eco en nuestra sociedad y en nuestros jóvenes.

El suicidio es un problema de salud pública en el mundo y también en nuestro país. Existe un aumento significativo del reporte de casos a través del tiempo; diagnosticar una depresión no es sencillo, la sociedad ha normalizado el estrés, las fobias, la ansiedad, el distanciamiento social, provocado por diversas causas relacionadas con la falta de autoestima y autoconocimiento, lo que evita la resolución de conflictos y una visión del mundo desde diferentes posturas. Las últimas cifras que arroja el INEGI son las siguientes, en 2021 sucedieron 8451 fallecimientos por lesiones autoinfligidas en el país, lo que representa una tasa de suicidio de 6.5% por cada 100 mil habitantes y esto va en aumento.

No podemos negar que todo ha cambiado a partir de esta realidad, que somos diferentes y que muchos de nuestros alumnos se encuentran en “modo asocial”, en una lucha diaria por

sobrevivir, porque se enfrentan a dolores impensables; generando una juventud introvertida e inactiva social y culturalmente. Por ello, trabajar desde el aula con las emociones, resulta igual de trascendente que hacerlo con temas académicos.

En estos momentos, las artes escénicas son una herramienta que, mediante la expresión, la creatividad, la contemplación y el encuentro con el otro, favorece los procesos de autoconocimiento, lo cual resulta una de las mejores formas de mantener un pensamiento resiliente.

José Martí (1853) llegó a considerar que el proceso educativo del hombre de nuestra América debía iniciarse por los sentimientos y más precisamente por los estéticos para garantizar una verdadera formación integral.

Por eso es urgente que el Sistema Educativo Nacional realice una revisión en los contenidos ya que, demuestra dar prioridad a la educación en el pensamiento, pero no en la emoción.

Hoy en día vivimos bajo varios estereotipos en cuanto al cuerpo se refiere, lo que ha llevado a la sociedad a vivir buscando la imagen ideal, el 90% de las personas ve su cuerpo con desagrado. La lista de complejos por el físico es larga, al igual que los rasgos de nuestra apariencia física por los que nos podemos preocupar y obsesionar. Ya sea basado en algo real o imaginado, los complejos suelen estar muy relacionados con nuestro autoconcepto, el canon de belleza de la sociedad en la que vivimos y nuestras experiencias en la infancia y la adolescencia.

El cuerpo, en el contexto cultural y social en el que habita el joven estudiante, es esa línea semántica que brinda el vínculo con el mundo; a través de él entra la vida, se absorben las costumbres y las prácticas; también es un mecanismo de expresión y sensación, es decir, forma parte de la construcción de connotaciones en colectividad.

La importancia del ser humano por lo que es y piensa, mediante el autoconocimiento afirmado desde la corriente humanista-constructivista de Piaget (1975), y Vygotsky (1979) dota de herramientas que generan un interés hacia la observación y manejo en este caso del cuerpo como un instrumento de expresión generando consciencia y un uso reflexivo desde las emociones, propiciando un conocimiento consciente desde lo sensible.

La palabra cuerpo es de origen latín *corpus* refiriéndose a la figura del cuerpo humano, Aristóteles (384 A.C.), afirmaba que el cuerpo era apreciado como una realidad del hombre, sin el cual no puede ser entendido como hombre. Como tal, el cuerpo fue elevado a la más alta consideración de lo humano.

Rudolf Von Laban (1879), coreógrafo, filósofo y arquitecto, dio origen a las teorías para análisis de movimiento del cuerpo que han inspirado a varios creadores escénicos hasta ahora, fundador de la Notación Laban y del sistema Effort & Shape. Laban, describe el movimiento cualitativa y cuantitativamente y observó el proceso del movimiento en todos los aspectos de la vida, así como los patrones de movimiento desde las artes marciales hasta en las personas con discapacidad física o mental. Perfeccionó y desarrolló un método para experimentar, ver, describir y anotar movimiento, hasta que las implicancias funcionales y expresivas quedaran en total evidencia. Es aplicable a la danza, los deportes, el teatro, la danza terapia, la psiquiatría, la antropología y la sociología, entre otras áreas. En las artes escénicas posibilita la observación exhaustiva para ampliar el espectro del vocabulario en expresividad y funcionalidad. Para lo terapéutico, posibilita una mayor comprensión de los sutiles cambios del manejo del cuerpo y las consecuencias en el significado y la adaptación al medio ambiente.

Una educación con consciencia y trabajo corporal permitirá al estudiante, no solo poder expresarse, buscará la interiorización, la conciencia de sí mismo, la aceptación del propio cuerpo y del compañero, etc., sentarán las bases de un individuo crítico y autónomo, capaz de integrarse en la sociedad de una manera activa. La Educación tiene como objetivo fundamental el desarrollo del estudiante en todas y cada una de las facetas de su personalidad, como son el desarrollo cognitivo o intelectual, el afectivo, emocional, estético y de la creatividad, y si sumamos el desarrollo de su conciencia corporal tendremos un proceso integral.

La expresión corporal es una conducta que existe desde siempre en todo ser humano. Es un lenguaje pre-verbal, extra verbal y paralingüístico por medio del cual el ser humano se expresa a través de sí mismo, reuniendo en su cuerpo el mensaje y el canal, el contenido y la forma, pues él es cuerpo y no tiene cuerpo (Patricia Stokoe 1919).

Imaginarios

Es a partir del propio movimiento que se provoca la interacción social, cuando el alumno aprende a conocer su cuerpo y a utilizarlo como herramienta de expresión y de intervención en el medio, la conciencia y uso corporal ayuda en la formación del concepto de sí mismo y contribuye también al descubrimiento y control del propio cuerpo y de su acción sobre la realidad.

A partir de estos procesos llevados a cabo mediante las artes escénicas donde el joven genera un lugar seguro para compartir experiencias y buenas prácticas a través de su mundo creativo, imagina y crea realidades alternas desarrollando un compromiso con la Pedagogía Ignaciana, fomentando su autoconocimiento, su tolerancia al fracaso, aceptándose, comprometiéndose consigo mismo y con la sociedad, desarrollando sensibilidad e inclusive empatía; formamos seres con la capacidad de ver al otro y trabajar para los demás, resilientes, es decir, con la capacidad de anteponerse a las distintas adversidades que se les presentan en la vida diaria permitiéndose desarrollar conductas positivas ante dicha acción.

Parfraseando a Pina Brausch (1940) en su discurso con motivo del Premio Kyoto 2007 “La fantástica posibilidad que tenemos en el escenario es que podemos hacer cosas allí que usted no puede y no debe en la vida normal. A veces solo podemos aclarar algo al enfrentar lo que no sabemos. Y a veces las preguntas que tenemos nos llevan a experiencias que son mucho más antiguas, que no solo son de nuestra cultura y que no se tratan solo aquí y hoy. Es como si recuperáramos un conocimiento que siempre tenemos, pero que no conocemos y está presente. Nos recuerda algo que es común a nosotros. Nos da una gran fuerza”.

Que los jóvenes encuentren en su cuerpo su expresión, su motor y su forma de comunicarse con el mundo, imaginando y soñando. Ahí es donde cuentan sus más profundos secretos, lo que duele, lo que no les permite avanzar; pero al hablarlo a través del cuerpo y su poética liberan sus almas.

“No me interesa como se muevan las personas, sino lo que les hace moverse” Pina Brausch

Referencias

- Arnheim, R. (1993) *Consideraciones sobre la educación artística*. Madrid: Paidós
- Pavis, P. (1998). *Diccionario de teatro*. Barcelona: Paidós.
- Piaget, J. (1975) *Aprendizaje y estructuras del conocimiento*. Madrid: Ediciones Morata, S.A.
- Rogers, C. (2011). *El proceso de convertirse en persona*. Madrid: Paidós Ibérica.
- Stanislavsky, C. (2013). *Un actor se prepara*. México: Diana.
- Vygotsky, Lev S. (1979). *Aprendizaje y desarrollo intelectual en la edad escolar*. Madrid: Akal.