



Psicología y Danza Profesional, dos disciplinas conocidas aún por encontrarse

Psychology and Professional Dance, two disciplines know even for finding

DRA. SUSANA IMBERNÓN GIMÉNEZ

CENTRO DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN (CIO) Y UNIVERSIDAD DE MURCIA

RESUMEN

El presente trabajo tiene como objetivo analizar las publicaciones que existen actualmente relacionadas con la necesidad de incorporar en la Danza Profesional un trabajo psicológico desde el punto de vista clínico y de la Salud Mental, además de acreditar si éstas son suficientes para corroborar dicha necesidad y crear a partir de este trabajo nuevas líneas de actuación que consoliden esta hipótesis. Analizaremos una muestra de 53 artículos relacionados con la Psicología, la Salud mental, la Danza (Profesional y Amateur) y la Formación Psicológica. Los resultados demuestran que a pesar de existir un porcentaje adecuado en investigaciones que demuestran los beneficios terapéuticos y psicológicos de la Danza, son insuficientes las publicaciones que relacionen estrechamente la necesidad de un trabajo y una formación psicológica en la Danza Profesional.

Como conclusión diremos que la Salud Psicológica y Mental es una necesidad en la Danza Profesional como motivación y autonomía en la profesión, por lo que es preciso integrar en la formación en danza aspectos psicológicos que provean un óptimo rendimiento en el bailarín profesional.

PALABRAS CLAVE: bienestar psicológico, desarrollo humano, danzaterapia, psicoterapia.

ABSTRACT

The purpose of this paper is to analyze the publications that currently exists related to need to incorporate in the Profesional Dance a Psychological work from the clinical and Mental Health point of view and if these are sufficient to corroborate this need. To create from this work new lines of action that consolidate this hypothesis. We will analyze a sample of 53 articles related to Psychology, Dance and Psychological Training. The results show that despite there being an adequate percentage in research that demonstrates the therapeutic and psychological benefits of dance, publications that closely related the need for work and psychological training in Profesional Dance are insufficient. In conclusion, we will say that Psychology and Mental Health is a necessity in Profesional Dance as motivation and autonomy in the profession, so it is necessary to complement dance training with psychological aspects that provide optimum performance in the professional dancer.

KEYWORDS: psychological, well-being human, development, dance therapy psychotherapy.

INTRODUCCIÓN

La Psicología y la Danza son dos disciplinas íntimamente ligadas y que se retroalimentan positivamente entre ellas. Que la Danza aporta beneficios psicológicos en el ser humano y que el bienestar psicológico beneficia al bailarín no es algo novedoso. Durante los últimos años ha habido una gran incidencia en la educación de la Danza. Cada vez son más los profesionales implicados en temas educativos, profesores, bailarines, pedagogos, neurólogos y psicólogos entre otros, los que incluyen en sus programas o intervenciones terapéuticas la actividad de Danza como una herramienta para ayudar en el desarrollo personal del ser humano a través de la psicología y el movimiento. García-Dantas, Caracuel-Tubio y Peñaloza-Gómez (2012) discuten sobre la Intervención formativa con el Profesorado de Danza e Influencia motivacional en su alumnado. Zapata (2016) describe el bienestar psicológico y social en estudiantes que practican Danza folklórica. Por otra parte, Alonso, Leo, Sánchez, Oliva y García (2011), investigaron la relación entre la autodeterminación y la fluidez disposicional en estudiantes de Danza. También Requena-Pérez, Martín Cuadrado y Lago-Marín (2015), hablan de la imagen corporal, la autoestima, la motivación y su relación con el rendimiento en practicantes de Danza.

Del mismo modo, es común encontrar en la actualidad formación pedagógica en escuelas y/o conservatorios de danza que ayude a optimizar los estudios de baile. Requena-Pérez, Martín-Cuadrado y Santiago (2015), defienden la necesidad de un planteamiento pedagógico que abarque componentes cognitivos, emocionales y motrices en la formación de la Danza, para así facilitar un

óptimo rendimiento. Estos autores hablan de la necesidad de realizar un diagnóstico previo que ayude a orientar la formación pedagógica del bailarín. Sin embargo, una formación pedagógica quedaría incompleta si no se complementara con un trabajo psicológico en el que se valore y estime los recursos psicológicos de los bailarines, ayudando a encontrar aquellos que pudieran haber quedado mermados y desarrollar otros nuevos. Y aunque cada vez son más las escuelas de danza y compañías que reconocen contar con un servicio de apoyo psicológico, aún hoy en día son insuficientes las investigaciones que existen acerca de la necesidad imperiosa de complementar la formación del bailarín en Psicología Clínica y de la Salud Mental desde la Danza Profesional. Este es el motivo por el que es relevante reflexionar sobre esta cuestión y su importancia. Sharp (2007), habla de la ayuda que supondría para los bailarines la ampliación como parte del equipo multidisciplinar de un servicio de atención psicológica.

Teorías del desarrollo humano y su implicación en la danza

Desde el punto de vista de la psicología y la psicomotricidad, se resalta la importancia del desarrollo motor para el desarrollo humano. En este sentido, Palacios y Mora (1991), se adelantaban a describir la meta del desarrollo psicomotor como el control del propio cuerpo para sacar todas sus posibilidades de acción y expresión que a cada uno le sean posibles.

Para cualquier persona, los actos más complejos de su movimiento, son en parte el resultado del aprendizaje que adquiere en su relación con el exterior y la maduración tanto morfológica como funcional de su sistema nervioso. Estos movimientos derivan de su experiencia adquirida de forma individual a lo largo de su vida, formando la base de sus relaciones intra e interpersonales.

Al igual que en el desarrollo intelectual, el bailarín llega a la asimilación de su esquema corporal cuando es capaz de hacer representaciones mentales, imágenes que puedan ser evocadas y creadas, desligándose de la acción inmediata. La última consecuencia de este progreso es lograr visualizarse a sí mismo en un espacio actuando en un tiempo, capaz de figurar su propio cuerpo por analogía con el de otro.

La Danza es un arte que utiliza lo sensoriomotor, es decir, el movimiento y las sensaciones del cuerpo como una forma de expresión, de relación y de comunicación. El bailarín, a través de sus gestos

y movimientos habla de sus emociones, sus sentimientos y sus pensamientos. Hamilton (1989) hablaba de la importancia de la educación en este aspecto. Afirmaba que cuando prestas atención interna a tu cuerpo en movimiento, obtienes una información personalizada e individualizada, información que debe ser adquirida por los bailarines, y cuanto mejor comprendan sus sentimientos y emociones mejor será su capacidad de expresión.

A través de la Danza, el bailarín comienza a relacionarse con su cuerpo y con él mismo creando esquemas mentales de la sucesión de pasos y sus emociones. Se relaciona también con otros bailarines en el espacio escénico y desde el exterior con su público. Esto es, por medio del baile, el danzante crea relaciones intra e interpersonales.

Desde el punto de vista de la psicología, diversas teorías del desarrollo evidencian la importancia del movimiento para el Ser Humano. Piaget (1969) y Wallon (1974) resaltaban la psicomotricidad como la base del desarrollo cognitivo y de la personalidad. Vayer (1977) decía que el Yo corporal es la base de la personalidad. Enunciaba que únicamente el niño que domina el uso de su cuerpo puede aprender los elementos del mundo y establecer relaciones con él. Por otra parte, Le Boulch (1984b), defendía tres etapas del desarrollo corporal: etapa de cuerpo vivido, etapa de discriminación perceptiva y etapa del cuerpo representado. Estas etapas no pasan desapercibidas en el bailarín, quien para llegar a la máxima representación ha de vivir su propio cuerpo con vida propia, discriminar el entorno y representarse en su mayor capacidad de expresión. Freud (1924) descubrió la relación entre el movimiento y los códigos del lenguaje, de lo que defendía el movimiento del menor como una manera de desarrollo y de relación afectiva. Ajuriaguerra (1983), propuso una reeducación de los problemas mentales a través del movimiento. Este autor afirmaba que la imagen mental es una consecuencia de los sentimientos y las sensaciones del cuerpo.

Entendiendo la importancia del movimiento desde el punto de vista de las distintas teorías, es fácil comprender la relevancia de la Psicología en el mundo de la Danza, más en concreto en la Danza Profesional. Trabajar el movimiento desde el enfoque psicológico, conociendo y siendo conscientes de los beneficios y la repercusión de quién lo practica, puede ser una herramienta de éxito que ayude a optimizar el rendimiento del bailarín.

Necesidad de un trabajo psicológico en la danza profesional. Evidencia o controversia.

La Danza es una disciplina ligada a la historia de la humanidad. Ya en la antigua Grecia se llamaba *Danza hablada* al teatro. Cualquier tipo de danza lleva en sí misma la expresión de emociones y sentimientos. Desde siempre el baile se ha utilizado con propósito religioso, social o de salud. A través de la Danza el bailarín debería poder expresar la máxima representación de su ser, posibilitando el desarrollo de su persona de una manera global alcanzando el bienestar personal, entendido éste como la suma de bienestar psicológico y social. Existen estudios que defienden los beneficios que por medio del movimiento se obtienen en áreas del desarrollo como son la física, la afectiva, la psicológica y la cognitiva-mental.

Desde el punto de vista físico tenemos a Ferrer (s.f), quién demostró que la Danza aportaba beneficios en el volumen y la resistencia cardiovascular entre otros. Investigadores del Instituto de Neurociencias (UBNeuro) en la Universidad de Barcelona (2015), observaron que el baile mejoraba aspectos cognitivos como: la atención, la orientación espacial, la memoria, la función ejecutiva, la organización temporal, el control inhibitorio, el tiempo de reacción, el rendimiento académico y la creatividad. Apreciándose además cambios en las estructuras cerebrales de los ganglios basales, el hipotálamo, la corteza pre frontal y la sustancia gris entre otros, responsables estas áreas del movimiento.

A nivel afectivo, el Instituto de Neurociencia y Psicología; Investigadores de Glasgow University en Reino Unido (2014) describen como eje central de las emociones 4 estados básicos. Estos son: alegría, miedo, rabia y tristeza. Estas emociones se expresan en cualquier tipo de danza (clásica, contemporánea, española, flamenco, folklórica, urbana, latina...). La Danza es una de las primeras manifestaciones artísticas de la historia que implica la ejecución del movimiento al ritmo de la música y que permite expresar sentimientos y emociones. En este sentido la Danza está completa cuando se ejecuta no solo con el cuerpo y sus movimientos en el espacio, sino cuando se representa en las estructuras rítmicas y el carácter expresivo que la compone.

A pesar de que estos beneficios son defendidos por profesionales tanto en el ámbito de la Danza como en el ámbito de la Psicología, esta reflexión es controvertida desde el punto de vista de la Danza Profesional. Para el bailarín profesional el bienestar es en ocasiones contradictorio, dada

la cantidad de presiones a las que está sometido: mayor riesgo de lesiones y enfermedad, exigencias estéticas y profesionales, creencia de que pueden bailar hasta una cierta edad o la inseguridad profesional entre otras. Sánchez-Oliva (2014) habla de tres pilares básicos en la práctica de la danza desde una perspectiva psicológica: la motivación, la ansiedad y el estado de *Flow*, entendido esto último como un estado disposicional para un rendimiento óptimo. El fallo de uno de estos tres pilares supone un motivo por el que el bailarín pierde su sensación subjetiva de autonomía y deseos de continuar. A mediados del siglo pasado, Winnicott (1965) afirmaba que la madurez está relacionada con la vinculación afectiva, la identificación personal, la separación y el acceso a la autonomía. Para este autor hablar de autonomía suponía el proceso de separación y distinción de las figuras de apego. Afirmaba que el proceso de alcance de la autonomía nunca acaba, puesto que siempre estamos destinados a diferenciarnos de los otros, Winnicott (1968). Esta falta de autonomía y distinción de las figuras de autoridad genera en el bailarín una sensación de dependencia que se contradice con lo que el desarrollo humano persigue. El desarrollo humano es el estado de mayor nivel subjetivo de bienestar desde el punto de vista psicológico.

Es en este punto donde la Danza y la Psicología se encuentran. Sofío (2019), analizó los procesos artísticos y psicoanalíticos a través de las danzas de Morgan y Warhol las cuales tomó como ensayos clínicos, desde el psicoanálisis de Herrán y Freud investigando qué disciplina es relevante para el campo artístico. El objetivo es caminar en una misma dirección y posibilitar el desarrollo integral del danzante. Trabajar los aspectos básicos del ser humano es un requerimiento necesario en cualquier persona, cuanto mayor será en el bailarín profesional. En este sentido, realizar una labor psicológica en la Danza Profesional es de suma importancia para poder garantizar en el bailarín el máximo desarrollo de su persona y de esta forma optimizar la máxima expresión y representación de su carrera profesional. Aportando recursos de afrontamiento que favorezcan la adaptación y la relación con uno mismo y con el exterior.

La Psicología es entendida como una manera de sentir, de pensar y de comportarse de una persona o una colectividad. Es la ciencia que estudia los procesos mentales, las sensaciones, las percepciones y el comportamiento del ser humano, en relación con uno mismo y el medio ambiente físico y social que lo rodea. En la Danza esto es discutible. Existen estudios que hablan de las

exigencias por las que el bailarín pasa y que provoca en él estados de desconfianza personal, miedo e insatisfacción que no coinciden con un buen planteamiento psicológico de éste. Es por este motivo por lo que desde hace unos años se resalta la importancia de un trabajo psicológico en los bailarines no solo desde el punto de vista de la psicología deportiva como una herramienta para trabajar aspectos motivacionales, creativos, de distensión, relajación corporal, autocontrol y autoconfianza. También desde el punto de vista de la Psicología Clínica y de la Salud Mental, cuyo fin sería alcanzar un grado de satisfacción personal que conllevara a un estado subjetivo de sublime desarrollo personal. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define el estado de bienestar como el estado por el que el sujeto es consciente de sus propias capacidades para afrontar las tensiones de la vida, trabajar de forma fructífera y hacer contribución a su comunidad (OMS, 2011). El trabajo psicológico del bailarín debe tener como punto de partida un estado de salud que le permita alcanzar un desarrollo integral como ser humano y optimizar su carrera profesional.

MÉTODO

El objetivo del presente estudio era analizar los trabajos publicados que evidencian la importancia de una Formación Psicológica en la Danza Profesional y si éstos son suficientes para corroborar dicha necesidad. Se realizó una búsqueda bibliográfica de trabajos empíricos con contenido temático relacionado con la Danza Profesional y/o Amateur, la Psicología Clínica y de la Salud Mental, y los beneficios psicológicos en Danza Profesional que motivan o no la continuidad de la profesión en las siguientes bases de datos: Pubmed, Web of Science y Google Scholar. Se utilizaron palabras clave como: *Salud Mental, Danza Amateur, Psicología Clínica, Danza Profesional, Formación Psicológica en Danza, beneficios psicológicos en la Danza y Danzaterapia*. Inicialmente se localizaron 96 artículos. Todos ellos publicados en revistas reconocidas de habla hispana como *Revista de Psicología del Deporte, Cuadernos de Psicología del Deporte, Estudic Escenics, Ciencia y Futuro, Revista Internacional de Ciencias del Deporte, Dialnet, Psicología y Educación y Papeles del Psicólogo* entre otras, comprendidas entre los años 2000 y 2020. El criterio de selección de los estudios fue relacionar la Danza con la Salud Mental, la Psicología, la Formación Psicológica y Otras disciplinas médicas y/o sociales desde el punto de vista de la necesidad formativa y/o terapéutica en psicología para la danza y los beneficios psicológicos de ello. Finalmente se seleccionaron 53 artículos de estas revistas.

Las variables cualitativas estudiadas han sido: Danza Profesional, Danza Amateur, Psicología, Salud Mental, Formación Psicológica y Otras disciplinas terapéuticas.

Las variables cuantitativas analizadas son: publicaciones en Psicología y Danza (Profesional o Amateur), publicaciones en Salud Dental y danza (Profesional o Amateur), publicaciones en Formación y Danza, publicaciones en Danza y Otras disciplinas terapéuticas.

RESULTADOS

Para el análisis estadístico de la muestra se han exportado los datos a una Tabla Excel. Se han utilizado los métodos descriptivos básicos de las variables cualitativas (Psicología, Danza profesional, Danza Amateur, Salud Mental, Formación y Otras disciplinas). El número de casos de cada variable y el porcentaje se han obtenido mediante la prueba chi-cuadrado.

El objetivo principal del análisis estadístico era el de cuantificar el número de publicaciones existentes y su porcentaje según las variables cualitativas. Para ello, se establecieron los siguientes cruces:

- Psicología y Danza Profesional (PyDP)
- Psicología y Danza Amateur (PyDA)
- Salud Mental y Danza Profesional (SMYDP)
- Formación y Danza (F)
- Otros beneficios terapéuticos (Otros)

Otros cruces analizados han sido:

- Publicaciones que relacionan Psicología y Danza (Profesional o Amateur)
- Salud Mental y Danza (Profesional o Amateur)
- Formación y Danza
- Otros

El objetivo principal de la investigación es cuantificar las publicaciones existentes que reivindican la necesidad de incorporar en la Danza Profesional ya sea en Formación o en la Profesión, de una instrucción psicológica que ayude al profesional a obtener un estado de plena satisfacción personal, mejorar su rendimiento profesional y la decisión de continuar bailando. Otro objetivo es el de, a partir de los datos encontrados, emprender nuevas líneas de actuación en apoyo a esta cuestión.

En la tabla 1 se muestra el descriptivo de las variables del estudio, así como los porcentajes de cada una de ellas. Los resultados demuestran que existen estudios suficientes que relacionan la práctica de la Danza con beneficios de aspecto psicológico tanto en la Danza Profesional como en la Amateur, además de beneficios en otras patologías neuropsicológicas, sociales y/o médicas. En contraste con esto, son pocos los trabajos publicados que evidencien la necesidad de una Formación en Psicología para la Danza Profesional. Tampoco hay estudios suficientes que justifiquen la necesidad de trabajar desde la Psicología Clínica y de la Salud Mental para optimizar el rendimiento de los bailarines y aumentar su *Flow* disposicional.

Variable n (%)	Danza Profesional	Danza Amateur
Psicología	12 (22.64)	8 (15.09)
Salud Mental	4 (7.55)	0 (0.00)
Formación	2 (3.77)	0 (0.00)
Otros	4 (7.55)	23 (43.40)

Tabla1. *Análisis descriptivo de las variables y porcentajes estadísticos.*

En la Figura 1 se aprecia las diferencias en los porcentajes de artículos encontrados para los beneficios en la Danza Profesional, en la Danza Amateur, la Salud Mental, la Formación y Otros. Se ve con claridad como los relacionados con los beneficios que aporta practicar Danza y en Otras disciplinas científico-médicas superan a los que tiene como objetivo demostrar la necesidad de Formación o trabajo terapéutico psicológico en la Danza Profesional.

■ PyDP ■ PydDA ■ SMyDP ■ F ■ Otros

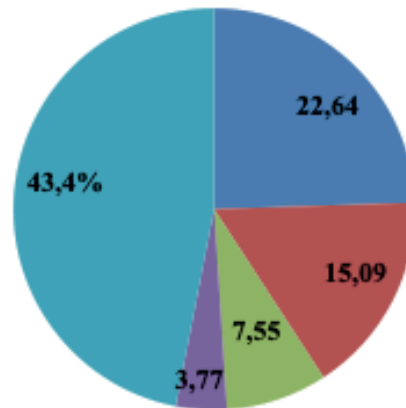


Figura 1. Comparativo de porcentajes en trabajos publicados según las variables psicología y danza profesional, psicología y danza amateur, salud mental y danza profesional, formación y danza y otros.

La tabla 2 nos informa con carácter descriptivo del número de publicaciones relacionadas con la Psicología y la Danza ya sea Profesional o Amateur, trabajos con un corte más psicoanalítico y de Salud Mental ligados a la Danza, de Formación y trabajos de Otras disciplinas. Una vez más vemos como aquellos que relacionan aspectos formativos con la Danza y los que discriminan la Salud Mental en la Danza son significativamente inferiores.

	DP	DA	Total	(%)
Psicología	12	8	20	37,74
Salud Mental	4	0	4	7,55
Formación	2	0	2	3,77
Otros	4	23	27	50,94

Tabla 2. Comparativo de trabajos que relacionan la danza profesional y amateur con la psicología, la salud mental, la formación y otros campos.

La figura 2 muestra con claridad la desventaja anteriormente descrita según porcentajes de trabajos publicados relacionados con las variables estudiadas.

■ Otros ■ Psicología ■ Formación ■ Salud Mental

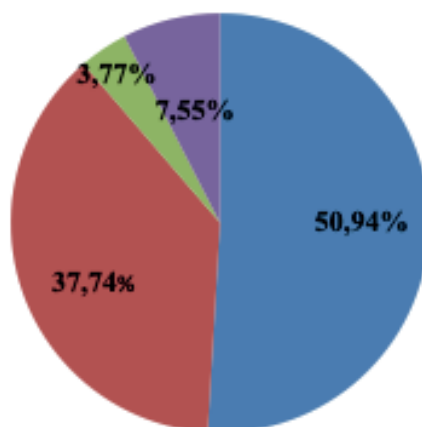


Figura 2. Comparativo de trabajos según variables psicología, salud mental, formación y otros.

DISCUSIÓN

Se encontraron 53 publicaciones que relacionaban la danza con variables psicológicas donde el 43,40% de los trabajos relacionaban los beneficios de la Danza con disciplinas médicas y/o sociales, beneficios psicológicos y la Danza Profesional con un 22,64% de los trabajos, la Danza Amateur con un 15,09%, la Formación en algún aspecto psicológico en Danza Profesional con un 3,77% y la necesidad de Psicología Clínica o de Salud Mental en la Danza Profesional con un 7,55%. Los resultados demostraron que existen diferencias en los porcentajes de trabajos que relacionaban la Danza (Profesional o Amateur) con la Psicología, trabajos que relacionan la Danza con beneficios terapéuticos, los relacionados con Formación y Danza y aquellos que hablan de la necesidad de un trabajo en Psicología de la Salud Mental y Danza Profesional, viéndose los de carácter formativo y estos últimos en notable desventaja (3,77% para F y 7,55% para SMyDP, frente a 22,64% en PyDP, 15,09% en PyDA y 43,40% en Otros). Así mismo se encontraron 20 trabajos que suponen un porcentaje de 37,74% de trabajos que relacionan la Psicología con la Danza Profesional o Amateur, 4 (7,55%) para la Salud Mental y la Danza, 2 (3,77%) relacionados con la Formación de aspectos psicológicos en la Danza y 27 (50,94%) en Otros trabajos relacionados con la medicina y los beneficios del baile.

Balaguer, Castillo, Duda, Queded y Morales (2011) demostraron como aspectos que están

relacionados con la percepción de la autonomía ofrecida por el profesor de danza era una variable que promovía la decisión de seguir formándose en Danza Profesional. También Heredia (2012) aseveró que existe una importante consistencia en los contenidos y los sentidos de subjetividad de los bailarines de danza clásica en su vida profesional que supone la presencia de rasgos de alineación profesional. El psiquiatra Greben (2002), describe a los bailarines como seres inteligentes, con múltiples talentos y altamente motivados. Sin embargo, destaca de ellos la costumbre de recibir directrices y correcciones que los lleva a considerar que cualquier persona con autoridad les puede enseñar algo. El hecho de vivir así desde pequeños les hace a veces no sentirse lo suficientemente autónomos e independientes y considerar la Danza no un medio de vida, sino su propia vida, algo que puede llegar a desorientarlos tras la pérdida de ésta, viéndose amenazado su bienestar personal (Sanahuja, 2009). En nuestro estudio se ha encontrado que de 53 casos solo 2 que se corresponden con el 3,77% de los trabajos publicados hacen referencia a aspectos de Formación y su importancia en la docencia de la Danza Profesional. En este sentido, García-Dantas, Caracuel-Tubio y Peñaloza-Gómez (2012), demostraron que profesores que recibían Formación en la variable psicológica llamada influencia motivacional, mejoraban su docencia y los alumnos se veían beneficiados en su práctica docente.

Solo se han encontrado 4 (7,55%) publicaciones que dejan entrever la importancia de la Salud Mental en el ejercicio profesional de la Danza para su óptimo rendimiento. Amado, Leo, Sánchez, Sánchez y García (2011), encontraron en su investigación que los practicantes de Danza con mayores niveles de autodeterminación y mayor satisfacción en su relación con los demás y consigo mismos, tienen una mayor disposición a experimentar un rendimiento mejor.

La Atención Psicológica en la Danza es un hecho que debería estar ligada como un trabajo más añadido a la técnica. Sanahuja (2009), evidenció el estrés, la desconfianza, el miedo escénico y la ansiedad entre otros aspectos, a la que están sometidos los bailarines profesionales fundamentalmente después de una lesión. Y como solo unos pocos habían recibido atención psicológica externa, no siendo fácil el acceso a esta atención dentro de la compañía a la que pertenecían.

Sánchez-Oliva (2014) explica en su libro como a pesar de que cada vez son más los equipos técnicos que incluyen la figura del psicólogo del deporte como pieza importante para trabajar en conjunto con entrenadores, médicos y preparadores físicos, todavía queda mucho por realizar para la reivindicación de la importancia del psicólogo en las Artes Escénicas como es el caso de la Danza. A lo que justifica diciendo que una de las causas puede ser la falta de conocimiento y transferencia en la práctica de esta disciplina. Este es uno de los motivos por los que uno de los objetivos de este trabajo es crear nuevas líneas de actuación que aporten el conocimiento necesario para concienciar de la necesidad imperiosa de un trabajo clínico psicológico en la Danza Profesional.

CONCLUSIONES

Los datos han demostrado la insuficiencia de publicaciones que hablen de la importancia de realizar un trabajo psicológico desde el punto de vista clínico y de la Salud Mental en la Danza Profesional. La Danza es una disciplina hermanada con otras con carácter multidisciplinar. Si bien, es fácil encontrar la relación de ella desde el punto de vista metodológico, técnico y/o pedagógico, desde la psicológica del deporte o desde el punto de vista de la salud. Sin embargo, es fácil que pase desapercibido el trabajo psicológico con carácter clínico o terapéutico que en su práctica profesional debe de estar presente a diario. A pesar de que cada vez hay más trabajos que aportan información sobre los beneficios psicológicos de la Danza y viceversa, aún hoy en día no hay estudios suficientes que conciencien a las instituciones privadas o públicas dedicadas a la Formación o el Ejercicio Profesional en Danza de la necesidad de trabajar y formar en conjunto a la técnica en Aspectos Psicológicos. Las exigencias de la Danza Profesional son en gran medida responsables de estados de desconfianza, inseguridad e inquietud entre otros, por los que los bailarines pasan a lo largo de su carrera profesional, tal es el caso, que en muchos de ellos se convierten en parte de su persona hasta el punto de perder la conciencia de quienes son como ser humano y como persona global, siendo esta falta de autonomía uno de los motivos de pérdida de motivación y abandono de la profesión tal y como demostró Heredia (2012). Tomar conciencia de esto es algo que debería estar incluido con carácter obligatorio en los planes de formación de la Danza Profesional, así como en las compañías de baile, ya sean estatales o privadas. Cuidar la salud psicológica del bailarín no es algo opcional, es algo prioritario. La Danza es la expresión a través del movimiento y el ritmo. Una herramienta que ayuda a comunicar emociones y sentimientos a través del trabajo corporal. Un ser humano en salud psicológica

es la expresión máxima de su persona, la cual queda reflejada en su estado corporal y su manera de relacionarse e interactuar con él mismo y con el medio. Si bien este trabajo supone un comienzo para futuras líneas de investigación que ayuden a que psicología y danza se encuentren. Hablar de Danza Profesional es hablar de Psicología. Hablar de Psicología es hablar de Danza Profesional.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Ajuriaguerra, J. (1983). *Manual de psiquiatría infantil*. Barcelona: Massón.
- Amado, D., Leo, F.M., Sánchez, P.A., Sánchez, O. y García, T. (2011). Interacción de la teoría de la fluidez de la autodeterminación en la fluidez disposicional en practicantes de danza. *Cuadernos de psicología del deporte*, 11 (1):7-17. , Disponible en: <https://dialnet.unirioja.net>. (Consulta: diciembre de 2019)
- Balaguer, I., Castillo, J., Duda, J.L., Quested, E. y Morales, V. (2011). Predictores socio-contextuales y motivacionales de la intención de continuar practicando: un análisis desde la SDT en danza. *Revista internacional de ciencias del deporte*, 7 305-319. Disponible en: www.cafud.com. (Consulta: enero 2020)
- Ferrer, R. (s.f). *El baile como medio para mejorar la condición física y la salud*. En Gustems, J. (ed). Arte y Bienestar. Investigaciones aplicadas (pp103-109). Universidad de Barcelona.
- Freud, S. (1924). *Ensayos sobre la vida sexual y la teoría de las neurosis*. Buenos Aires: Editorial Americana.
- García-Dantes, A., Caracuel-Tubio, J.C. y Peñaloza-Gómez, R. (2012). *Intervención formativa con el profesorado de danza e influencia motivacional en su alumnado*. Cuadernos de psicología del deporte, 13 (2):9-20. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.net> . (Consulta: diciembre 2019)
- Greben, E. (2002). Career transition in profesional dancers. *Journal of dance Medicine and Science*, 6 (1): 14-19. Disponible en: <https://researchgate.com>. (Consulta: diciembre 2019)
- Hamilton, H. (1899). Personality, stress, and injuries in profesional ballet danza. *The American Journall of Sport Medicine*, (17): 263-267. Disponible en: [https://ncbi.nlm.nih.gov.pudmed.com](https://ncbi.nlm.nih.gov/pudmed.com). (Consulta: diciembre 2019)
- Heredia, M.E. (2012). Estudio de la subjetividad de los bailarines de danza clásica en sus etapas formativa, profesional y de retiro. *Revista intercontinental de psicología y Educación*, 14 (1): 169-188. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id.=80224034009>. (Consulta: diciembre de 2010)

- Instituto de Neurociencias, UBNeuro (2015). Universidad de Barcelona. Disponible en: www.neurociencias.ub.neuro. (Consulta: diciembre 2019)
- Instituto de Neurociencias y Psicología, Glasgow, Reino Unido (2014). Disponible en: www.psicologaiymente.com. (Consulta: diciembre 2019)
- Le Boulch (1984a). *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Iberoamérica. Paidós.
- Le Boulch, J. (1984b). *Educación psicomotriz en la escuela primaria*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Organización Mundial de la Salud. Disponible en: www.who.int (Consulta: diciembre 2019)
- Palacios, J., y Mora, J. (1991). Desarrollo físico y psicomotor a los largo de los años preescolares. *Revista psicológica del desarrollo y la educación en la edad escolar*, (1): 133-142. La Habana: Editorial Félix Valera. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.com>. (Consulta: noviembre 2019)
- Piaget, J. (1969). *El nacimiento de la inteligencia del niño*. Ed. Madrid: Aguilar.
- Requena-Pérez, C.M., Martín-Cuadrado, A.M. y Lago-Marín, B.S. (2015). Imagen corporal, autoestima, motivación y rendimiento en practicantes de danza. *Revista de Psicología del Deporte*, 24 (1): 37-44. Disponible en: www.psycynet.apa.org. (Consulta: diciembre 2019).
- Sanahuja, M. (2009). Algunos aspectos psicológicos en los profesionales de la danza. *Estudis Eccénics*, 36; 436-447. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.com>. (Consulta: diciembre 2019)
- Sánchez-Oliva, I. (2014). *Otra forma de abordar un mundo tan complejo como es la danza*. En amado, D. (2013). *La danza entendida desde una perspectiva psicológica*. Sevilla: Wanceulen.
- Sharp, L. (2007). *Psychological considerations in enchancing dance performance*. En Solomon, R., Solomón, J. (eds). *Proceedings of the 17th Annual Meeting of the Interbational Association for Dance Medicine and Science*. (pp 352-355) Canberra, Australia: Eugene, OR IADMS.
- Sofio, F. (2019). Proceso artístico y proceso psicoanalítico: pensando en Morgan, Warhol, Herrann y Freud. *Psicol.USP*, 30 (1): 1-12. Disponible en: www.scielo.com (Consulta: enero 2020)
- Vayer, P. (1977). *El niño frente al mundo en la edad de los aprendizajes escolares*. Barcelona: Editorial Científico-Médica.
- Wallon, H. (1974). *Los orígenes del pensamiento en el niño*. Buenos Aires: Nueva visión.

Winicott, D. (1965). *Los procesos de la maduración y el ambiente facilitador*. Barcelona: Paidós.

Winicott, D. (1968). *La interpretación en psicoanálisis*. Barcelona: Paidós.

Zapata, A.A. (2016). *Bienestar psicológico y Bienestar social en estudiantes universitarios que realizan danzas folklóricas*. (Tesis Doctoral). Universidad católica de Perú.

