



UNIVERSIDAD PERUANA  
**CAYETANO HEREDIA**  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

RESILIENCIA DESDE LAS  
EXPRESIONES ARTÍSTICAS  
ESCÉNICAS EN JÓVENES DE 18 A 24  
AÑOS DEL 2015 HASTA EL 2020

TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

JHON HOLSEN FIGUEREDO ARRATEA

LIMA – PERÚ

2022

# RESILIENCIA DESDE LAS EXPRESIONES ARTÍSTICAS ESCÉNICAS EN JÓVENES DE 18 A 24 AÑOS DEL 2015 HASTA EL 2020

INFORME DE ORIGINALIDAD

ASESOR: BRIGITTE AGUILAR

FECHA: 07/12/2021

LA INVESTIGACIÓN ALCANZA INDICES  
DE SIMILITUD ACEPTABLES. *AA*



## FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Peruana Cayetano Heredia Trabajo del estudiante	3%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Cesar Vallejo Trabajo del estudiante	<1%
4	lume.ufrgs.br Fuente de Internet	<1%
5	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1%
6	repositorio.usfq.edu.ec Fuente de Internet	<1%
7	repositorio.urp.edu.pe Fuente de Internet	<1%
8	www.funlam.edu.co Fuente de Internet	<1%

## **MIEMBROS DEL JURADO**

Mg. Carolina Jesusa Mayorca Castillo

**Presidente**

Mg. Rita Selene Orihuela Anaya

**Vocal**

Mg. Diana Lourdes Diaz Moreno

**Secretaria**

**ASESOR DE TESIS**

Mg. Brigitte Ana Lucia Aguilar Salcedo

## **DEDICATORIA**

Dedicada a mi familia y amigos  
por ser un pilar en mi superación personal.

Así como a todas las personas que me  
motivaron a ser mejor cada día.

## **AGRADECIMIENTOS**

Agradezco el apoyo de mi asesora y docentes durante el desarrollo de esta investigación. Así como a mi familia y amigos que han sido soporte e inspiración para seguir constante en esta etapa formativa de mi vida profesional.

## TABLA DE CONTENIDO

### RESUMEN

### ABSTRACT

<b>1. INTRODUCCIÓN</b> .....	1
<b>2. ANÁLISIS DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL</b> .....	5
<b>2.1. CONCEPTUALIZACIÓN Y ALCANCE DEL TEMA</b> .....	5
2.1.1. HISTORIA DEL ESTUDIO DE LA RESILIENCIA.....	5
2.1.1.1. ESCUELA ANGLOSAJONA .....	5
2.1.1.2. ESCUELA EUROPEA .....	6
2.1.1.3. ESCUELA LATINOAMERICANA.....	6
2.1.2. CONCEPTO DE LA RESILIENCIA .....	7
2.1.3. ENFOQUES DE LA RESILIENCIA .....	8
2.1.3.1. ENFOQUE PSICOANALÍTICO .....	9
2.1.3.2. ENFOQUE SISTÉMICO .....	9
2.1.3.3. ENFOQUE POSITIVO.....	10
2.1.4. FACTORES DE LA RESILIENCIA.....	11
2.1.4.1. FACTORES DE RIESGO.....	11
2.1.4.2. FACTORES DE PROTECCIÓN.....	11
2.1.5. RESILIENCIA Y SALUD MENTAL.....	13
2.1.6. RESILIENCIA Y ARTES ESCÉNICAS.....	15
2.1.6.1. ARTES ESCÉNICAS .....	15

2.1.6.2. FACTORES DE LA RESILIENCIA INFLUENCIADAS POR LAS ARTES ESCÉNICAS .....	16
2.1.6.3. ENFOQUES SOBRE LAS ARTES ESCÉNICAS Y LA RESILIENCIA.....	18
2.1.6.4. TEORÍAS QUE RELACIONAN ARTES ESCÉNICAS Y RESILIENCIA.....	20
2.1.7. EFECTIVIDAD DE LAS ARTES ESCÉNICAS PARA FORTALECER LA RESILIENCIA.....	25
<b>2.2. MÉTODOS DE ESTUDIO DEL TEMA.....</b>	<b>28</b>
<b>2.3. ESTUDIOS SOBRE EL TEMA.....</b>	<b>37</b>
2.3.1. LA CONSTRUCCIÓN DE LA RESILIENCIA A TRAVÉS DE ACTIVIDADES ARTÍSTICAS EN CONTEXTOS DE VULNERABILIDAD ..	37
2.3.2. DESARROLLO DE PROGRAMAS BASADO EN LAS ARTES ESCÉNICAS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA RESILIENCIA.....	40
2.3.3. LAS ARTES ESCÉNICAS Y LA RESILIENCIA COMO PRÁCTICAS DEL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL.....	43
2.3.4. EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE RESILIENCIA DESDE LAS ARTES ESCÉNICAS .....	46
2.3.5. ESTRATEGIAS DE LAS ARTES ESCÉNICAS QUE FORTALECEN LA RESILIENCIA.....	49
2.3.6. APORTES DE LAS ARTES ESCÉNICAS A LA PSICOTERAPIA .....	52
<b>2.4. REFLEXIONES TEÓRICAS SOBRE EL TEMA .....</b>	<b>54</b>
<b>2.5. IMPACTO TEÓRICO Y SOCIAL .....</b>	<b>67</b>



<b>3. CONCLUSIONES.....</b>	<b>76</b>
<b>4. REFERENCIAS.....</b>	<b>85</b>

## RESUMEN

La resiliencia es un término que surgió en la fisicoquímica, su aplicación en las ciencias sociales tomó relevancia en investigaciones de niños y adultos que afrontaban situaciones de estrés, traumas y riesgos. En ese sentido, la aplicación de las artes escénicas para el fortalecimiento de la resiliencia se muestra como una alternativa novedosa. Asimismo, en Latinoamérica, existe cada vez más evidencia científica de la viabilidad e importancia del uso de las artes escénicas para el fortalecimiento de la resiliencia. Sin embargo, no se cuenta con una revisión actualizada de investigaciones, por ser relativamente nuevo. Por lo que, se plantea el desarrollo de una investigación documental que analiza críticamente los estudios de la resiliencia desde las artes escénicas durante los últimos cinco años, capaz de favorecer el desarrollo científico sobre la materia. En ese sentido, se realizó una revisión cualitativa interpretativa, de tipo documental, utilizando investigaciones sobre la resiliencia desde las artes escénicas en jóvenes de Latinoamérica entre los años 2015 y 2020.

**Palabras claves:** *resiliencia, artes escénicas y jóvenes*

## **ABSTRACT**

Resilience is a term that emerged in physical chemistry, its application in the social sciences took relevance in research of children and adults facing situations of stress, trauma, and risks. In that sense, the application of the performing arts to strengthen resilience is shown as a novel alternative. Likewise, in Latin America, there is increasing scientific evidence of the viability and importance of using the performing arts to strengthen resilience. However, there is no up-to-date review of research, as it is relatively new. Therefore, the development of a state of the art that critically analyzes the studies of resilience from the performing arts during the last five years, capable of favoring scientific development on the subject, is proposed. In this sense, a qualitative interpretative review, of a documentary type, was carried out using research on resilience from the performing arts in young people in Latin America between 2015 and 2020.

**Keywords:** *resilience, performing arts and youth*

## **1. INTRODUCCIÓN**

El término resiliencia se acuñó en la década de los 70 en la fisicoquímica para caracterizar elementos con la capacidad de recuperar su estado original después de deformarse al ser sometidos a presión (Alejo et al., 2015). En relación con el comportamiento humano, la resiliencia es un proceso dinámico que facilita la adaptación a situaciones adversas y/o traumáticas con una recuperación satisfactoria y fortalecedora (Dantzer et al., 2018).

En base a ello, la pandemia del SARS-CoV-2 se visualiza como un contexto que ha generado adversidad en la población, siendo afectada la resiliencia, ocasionando diversos problemas de salud mental en nuestro país, ya que, en la ciudad de Lima, 7 de cada 10 peruanos han visto afectado su salud mental, mostrando un incremento significativo de casos de ansiedad y estrés a causa de la pandemia del coronavirus (Garay, 2020). En adición, la situación de aislamiento social producida por la pandemia ha generado mayores niveles de estrés e ira (Shanahan et al., 2020).

A partir de lo anterior, Rojas (2010, citado en García, 2016) menciona que la resiliencia es afectada por dos factores de vulnerabilidad: (1) atravesar sucesos traumáticos y (2) sufrir de enfermedades físicas y/o psicológicas que debiliten la fuerza vital. Por ende, la situación de aislamiento social vulneró la resiliencia de la población; dado que, según Carvalho et al., (2016) las personas con menor resiliencia presentan mayores niveles de ansiedad, depresión, irritabilidad e impulsividad, ello denota que sus capacidades para la expresión de emociones, miedos y temores está mermada, lo cual evidencia la afección de su salud mental y carencia de factores protectores y/o herramientas para promoción de su resiliencia.

En ese sentido, una manera efectiva para el fortalecimiento de la resiliencia es el uso de las expresiones artísticas escénicas, como bien lo menciona Boris Cyrulnik, quien

señala que “todas las formas de arte son un factor de resiliencia” (Banrepcultural, 2017). En esa línea, el teatro, la danza y el circo son expresiones artísticas escénicas que implican el uso del cuerpo, su fisicalidad y requieren de un espacio (Fediuk y Prieto, 2016). De ese modo, actúan como factores de resiliencia, ya que fortalecen factores individuales y contextuales, funcionando, así como herramientas potenciadoras de la resiliencia en diversos contextos (Torres et al., 2020). En esta misma línea, es importante reconocer el uso de las artes escénicas desde dos ámbitos: como herramienta socioeducativa y como herramienta psicoterapéutica. Por un lado, la primera concibe a las artes escénicas como herramientas de acompañamiento socioeducativo para el desarrollo de habilidades frente a las adversidades mediante talleres artísticos (Paczkowski, 2020; citado en Cabrera *et al.*, 2022); mientras que la segunda sustenta que estas artes pueden ser utilizadas en contextos psicoterapéuticos, desarrollándose terapias especializadas como la danza movimiento terapia y el psicodrama (Moreno, 2022).

El uso de las expresiones artísticas escénicas, en relación con el concepto de la resiliencia impacta positiva y directamente en la vida de las personas: ayuda en la reducción de la ansiedad y depresión (Barzilay et al., 2020). Asimismo, favorece el fortalecimiento de factores protectores como autoestima, habilidades sociales, capacidad de resolución de problemas, sentido del humor, optimismo, autogestión emocional, sentido/calidad de vida, creatividad y empatía (Castillo y Gallego; 2018, citado en Castaño y Jiménez, 2021; Díaz et al., 2018). Todo ello, partiendo del uso de las artes escénicas como herramienta socioeducativa.

En ese sentido, el aporte de la presente investigación tiene una implicancia práctica, puesto que la información generada permite ser base de conocimiento para la formulación de proyectos psicosociales de promoción y prevención enfocados en el fortalecimiento de la resiliencia desde las artes escénicas como herramienta socioeducativa. Asimismo, se

concibe una nueva visión del constructo psicológico de la resiliencia desde la perspectiva de las artes escénicas, lo que da lugar a la concepción de nuevos modelos teóricos e instrumentos que expliquen la resiliencia desde las artes como la danza o el teatro.

Por lo tanto, el objetivo general es “conocer el impacto teórico de la resiliencia en el ámbito de las expresiones artísticas escénicas en jóvenes de 18 a 24 años del 2015 hasta el 2020 en Latinoamérica”. A partir de esto se generan los siguientes objetivos específicos:

- Identificar modelos teóricos e instrumentos sobre la resiliencia desde las expresiones artísticas escénicas en jóvenes de 18 a 24 años del 2015 hasta el 2020 en Latinoamérica
- Estudiar la evolución de la resiliencia desde las expresiones artísticas escénicas en jóvenes de 18 a 24 años del 2015 hasta el 2020 en Latinoamérica
- Generar nuevas interpretaciones y posturas críticas en torno a la resiliencia desde las expresiones artísticas escénicas en jóvenes de 18 a 24 años del 2015 hasta el 2020 en Latinoamérica
- Analizar investigaciones sobre la resiliencia desde las expresiones artísticas escénicas en jóvenes de 18 a 24 años del 2015 hasta el 2020 en Latinoamérica

Finalmente, respecto a la justificación, según la Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2018), en América Latina se gasta alrededor del 0,5% del presupuesto de salud en servicios de salud mental, lo cual refleja la poca relevancia que se le da al tema de la salud mental. Por otro lado, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) presentó un informe europeo que analiza una revisión actual de más de 900 publicaciones sobre la relación entre la salud y las actividades artísticas, en el que se incluye artes escénicas, artes visuales, literatura, cultura y artes online. Sin embargo, este informe aborda la salud en general y las actividades artísticas para Europa, por lo

cual se considera necesario ahondar en el tema de salud mental, sobre todo de la resiliencia y las actividades que favorezcan su desarrollo, porque la actual pandemia ha generado cambios radicales en la vida humana, lo que muestra una necesidad de generar conocimiento acerca de las herramientas de soporte para afrontar la “nueva normalidad”. En ese sentido, Grajales (2018; como se citó en Llanos-Zuloaga, 2020) refiere que las actividades artísticas posibilitan la reinserción y recuperación, porque el arte es una herramienta necesaria para la resiliencia, dado que posibilita la transformación social de personas en situación de vulnerabilidad, en riesgo o en exclusión social; por ende, es importante el conocimiento sobre el estado actual de la resiliencia desde las expresiones artísticas escénicas.

## **2. ANÁLISIS DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL**

La revisión de la presente investigación requiere conocer la conceptualización de “resiliencia”, y expresiones artísticas escénicas, por lo cual, a partir de este punto se nombrará como “artes escénicas”. Asimismo, se mencionarán teorías que vinculen a la resiliencia y las artes escénicas.

### **2.1. CONCEPTUALIZACIÓN Y ALCANCE DEL TEMA**

#### **2.1.1. HISTORIA DEL ESTUDIO DE LA RESILIENCIA**

Para la comprensión del concepto de la resiliencia se presenta una revisión de tres escuelas de pensamiento: Escuela Anglosajona, Escuela Europea y Escuela Latinoamericana (Matamala et al., 2012, citado en Rivera, 2022). En esa línea, la presente investigación se acopla a la escuela latinoamericana, porque se gesta desde un modelo sistémico, es decir, toma en consideración la importancia de contexto, siendo un elemento importante en Latinoamérica, por la variedad de elementos socioculturales.

##### **2.1.1.1. ESCUELA ANGLOSAJONA**

De acuerdo con Fernandes y Bermúdez (2015), el estudio de la resiliencia se divide en dos generaciones. La primera generación se centró en la adaptación positiva de personas que atravesaron adversidad durante su infancia, mediante la identificación de factores de riesgo y protección que influyen en el desarrollo resiliente de niños, basándose en características personales y útiles para la superación de adversidades, considerando a la resiliencia como un rasgo de personalidad. Asimismo, según García y Domínguez (2013; citado en Hendrie, 2019), incluía factores protectores personales (acercamiento social, humor positivo y estable ritmo biológico) y factores cognitivos (alto coeficiente intelectual, empatía, autoestima alta,



alta motivación al logro, autosuficiencia, autonomía, resolución de problemas y baja desesperanza). Por otro lado, la segunda generación, brinda importancia la dinámica de factores individuales, familiares y sociales, de esa manera la resiliencia inicia a ser considerada como un proceso. Asimismo, la resiliencia se plantea como variable acorde a las circunstancias personales y contextuales, enfatizando en la investigación sobre la interrelación dinámica entre factores de riesgo y protección.

#### **2.1.1.2. ESCUELA EUROPEA**

Se desarrolla en la última década del siglo XX, destacando autores como Cyrulnik, Manciaux y Vaniestendael. En esta escuela conciben a la resiliencia como consecuencia de la interacción individuo y su entorno/contexto (político, económico, social y humano). Asimismo, de acuerdo con Espinoza et al. (2012, citado en Rivera, 2022) la escuela europea difiere de la anglosajona, porque considera que los seres humanos tienen un rol más activo, ya que poseen recursos necesarios para comprender los desafíos y construir su propia vida.

#### **2.1.1.3. ESCUELA LATINOAMERICANA**

Surge a mediados de los noventa, aportando el concepto de resiliencia comunitaria, modificando al sujeto, la postura del observador, criterios de observación y el fenómeno. Entonces, esta escuela, además de incluir la resiliencia individual, considera cómo los colectivos humanos y las comunidades enfrentan vivencias adversas, enfocándose en la promoción de la resiliencia a nivel del trabajo grupal, ampliando los procesos resilientes hacia la comunidad. Finalmente, esta escuela fomenta la adquisición de la resiliencia en los miembros de una comunidad a través de actividades en los distintos contextos de los individuos como las instituciones educativas, centros de salud y comunidades.

### **2.1.2. CONCEPTO DE LA RESILIENCIA**

De acuerdo con Bustos (2017, citado en Aguilar et al., 2019), etimológicamente proviene del latín “resilire”, que significa “rebotar”. Actualmente no existe una definición unívoca; en ese sentido, Aguilar et al., (2019) desarrolla una revisión de 32 definiciones, señalando que, a pesar de las múltiples conceptualizaciones, desde diferentes enfoques, se puede identificar los siguientes elementos compartidos:

- **Atribución:** la resiliencia puede atribuirse a organismos desde nivel individual hasta grupal, no siendo exclusivamente de las personas, sino también de comunidades y de todo ser vivo (Aguilar et al., 2019).
- **Esencia:** las definiciones consideran a la resiliencia como capacidad, proceso de adaptación, característica, propiedad, condición, habilidad, resistencia, o potencial (Aguilar et al., 2019).
- **Condición:** las definiciones de la resiliencia mencionan que requiere de una condición para su promoción/desarrollo, señalándose condiciones como la adversidad, estrés, exposición a ambos; y, en menor medida, problemas, angustias, factores de riesgo, traumas, riesgos, tensión, destrucción (Aguilar et al., 2019).
- **Objetivo:** dentro de las definiciones refieren principalmente a la adaptación, seguida de enfrentar o responder, así como superar o sobreponer. También refieren a recuperación, equilibrio, mantenimiento, éxito, proporción de recursos, comportamiento funcional. En todas las definiciones, el concepto contiene un enfoque positivo; es decir, se orientan a retornar a un estado anterior o superior (Aguilar et al., 2019).

- Recursos: los principales recursos son factores de riesgo, factores protectores, individuo, entorno o atributos personales, señalando la interacción de estos elementos necesarios para la resiliencia. En este punto, destaca la interacción individuo-entorno; por lo tanto, el individuo se ve influenciado e influye en su entorno tanto negativa como positivamente. En ese sentido, el entorno se muestra como un recurso imprescindible, por ser una fuente de elementos para la resiliencia, por lo cual la resiliencia puede ser promovida cuando el individuo sea responsable de otros y pertenecer al entorno de los demás, mediante relaciones de calidad y aceptación (Aguilar et al., 2019).

A partir de todo lo anterior, la definición de la resiliencia optada para la presente investigación es la desarrollada por Aguilar et al., (2019), quien la denomina un proceso dinámico con la capacidad de ser impulsada en cualquier organismo al estar expuesto a adversidades depende de factores internos y externos, lo cuales pueden ser factores de riesgo y protección. Asimismo, al ser dinámica, un organismo que presentó resiliencia en un evento determinado no garantiza que sea resiliente en otro evento.

En base a la definición presentada, la presente investigación considera este concepto como un proceso dinámico dependiente de la interacción constante entre factores de riesgo y protección, considerando al entorno como un elemento importante en la configuración de la misma.

### **2.1.3. ENFOQUES DE LA RESILIENCIA**

Previo a la mención de los enfoques, hay que puntualizar que los términos “trauma” y/o “adversidad” son fundamentales para la resiliencia, por ende, para sus enfoques. En ese sentido, se explican los enfoques psicoanalítico, sistémico y

positivo; en base a ello, para esta investigación se utiliza el enfoque sistémico, porque plantea tener en cuenta los diferentes sistemas donde se desenvuelve el sujeto para la identificación de las habilidades que contribuyan a su adaptación.

#### **2.1.3.1. ENFOQUE PSICOANALÍTICO**

Según Jiménez (2018, citado en Sosa y Salas, 2020) en este enfoque es necesario la presencia de adversidad para el desarrollo de la resiliencia. En adición, Freud considera que el sufrimiento amenaza desde tres espacios: del propio cuerpo, desde el exterior y desde los vínculos, siendo el último el que causa mayor sufrimiento en el individuo, por ende, tiene vital importancia los vínculos para el desarrollo de la resiliencia, así como los factores influyentes en el factor anímico de las personas. Asimismo, según Fraga (2016, citado en Lazo, 2021) la concepción del trauma es fundamental para el psicoanálisis en relación con la resiliencia, ya que está ligada al Yo y los mecanismos de defensa que utiliza el individuo para defenderse de la angustia. En ese sentido, acorde con Griffa (2013, citado en Lozada y Otero, 2016) la capacidad resiliente del individuo depende de la fortaleza y debilidad del Yo, dado que representa el carácter y es afectado por la adversidad, estableciéndose así un Yo resiliente, que integra flexibilidad y resistencia.

#### **2.1.3.2. ENFOQUE SISTÉMICO**

De acuerdo con este enfoque, la resiliencia es un proceso cambiante que suscita en cualquier periodo de vida y en cualquier situación adversa, y requiere de la interacción de características personales y sociales, por ello plantea tener en cuenta diferentes sistemas donde se desenvuelve el sujeto para la identificación de las habilidades que contribuyan a la adaptación del sujeto, ya que un cambio

en el sujeto contribuirá a modificaciones en su entorno familiar y social (Ballesteros y García, 2005; citados en Puentes et al., 2015). Asimismo, plantea la existencia de sistemas interconectadas, los cuales son abiertos y de influencia bidireccional, con tendencia al crecimiento (Jiménez, 2018, citado en Sosa y Salas, 2020). En ese sentido, el ser humano reestructura constantemente su medio ambiente, y, a la vez, son influenciados por su medio. Por lo cual, la resiliencia es una capacidad que surge de la interacción del sujeto y su medio, considerando a los agentes externos (familia, amigos, contexto social) como fundamentales.

### **2.1.3.3. ENFOQUE POSITIVO**

En este enfoque se centra en las características positivas de las personas, teniendo como objetivo la mejora de la calidad de vida de individuos a partir de las fortalezas y cualidades trabajar la prevención de trastornos mentales. En relación con la resiliencia, mencionan que el trauma es la forma normal y genérica de reacción ante situaciones adversas, pero que las respuestas son individuales e independientes en cada individuo, ya que atravesar por un trauma conduce al aprendizaje y crecimiento que puede ser beneficioso para el sujeto (Carretero, 2010, citado en Aguilar et al., 2019).

En ese sentido, definen a la resiliencia como una capacidad para mantener el funcionamiento adaptativo de las funciones físicas y psicológicas en la adversidad. Asimismo, es el resultado de un proceso dinámico y evolutivo cambiante ante diversas circunstancias, la situación, el contexto y la etapa vitalicia, siendo, en consecuencia, fruto de la interacción entre individuo y su entorno (Carretero, 2010, citado en Aguilar et al., 2019). Adicionalmente, Fortunato y Schwartz (2019) señalan que para la psicología positiva la resiliencia implica procesos que conllevan a la

superación de adversidades y puede ser indicador de “nivel de vida saludable”, siendo la capacidad humana de adaptación que se desarrolla a lo largo del ciclo vitalicio.

#### **2.1.4. FACTORES DE LA RESILIENCIA**

A continuación, se presentan los factores dinámicos implicados en el proceso de la resiliencia, los cuales son importantes considerar para el fortalecimiento de la resiliencia desde las artes escénicas.

##### **2.1.4.1. FACTORES DE RIESGO**

Según Leonidas et al. (2021) son obstáculos individuales y ambientales que incrementan la vulnerabilidad del individuo para resultados negativos en su desenvolvimiento, también están asociados a eventos negativos de vida, con énfasis en los eventos estresantes de vida, los cuales se pueden clasificar en los siguientes: físicas (enfermedades), socioculturales (divorcio, pérdida de empleo) y sociales estructurales (recursos, papeles sociales). Asimismo, de acuerdo con Leonidas et al. (2021) los factores mencionados no pueden considerarse una condición de riesgo *a priori*, dado que serán factores de riesgo dependiendo de la subjetividad del individuo y la manera que perciba la situación.

##### **2.1.4.2. FACTORES DE PROTECCIÓN**

De acuerdo con Genise et al., (2018), son factores sociales y personales que brindan un efecto protector contra los factores de riesgo, promueven la resiliencia y contribuyen al estado homeostático de la persona. Asimismo, de acuerdo con Leonidas et al. (2021) se pueden clasificar en los siguientes:

- a. **Factores individuales:** también conceptualizados como pilares de la resiliencia, considerados las bases fundamentales de la resiliencia (Melillo, 2007; citado en Torres y Caicedo, 2016), siendo los siguientes:

- **Habilidades relacionales:** habilidad para construir lazos íntimos con otras personas, útil para la propia necesidad de afecto y la posibilidad de conectarse a otros. Asimismo, según Cyrulnik (2003, citado en Losada y Otero, 2016) cuando un entorno proporciona una estructura afectiva para relacionarse genera que se extienda a otros contextos.
- **Creatividad:** capacidad de crear belleza y orden partiendo del caos y desorden. Asimismo, de acuerdo con Alvarez (2018) este pilar es una manera de huir de las exigencias del mundo exterior, así como un proceso que forma ideas para la creación de algo nuevo.
- **Humor:** encontrar lo cómico en situaciones trágicas propias. Asimismo, es la capacidad de disfrutar experiencias de vida, se relaciona con el disfrute y la relajación, permite disminuir sentimientos negativos de manera transitoria y permite el soporte de situaciones adversas (Mellido, 2001, citado en Alvarez, 2018).
- **Autoestima:** base de todos los pilares, consecuencia del cuidado afectivo y facilita el dar una respuesta sensible. Asimismo, según Alvarez (2018) este pilar aumenta el desarrollo de habilidades y fomenta la defensa de los propios derechos.
- **Iniciativa:** supone la autoexigencia en diversas tareas cada vez más complejas. Toman aprendizajes del presente para la creación de oportunidades futuras; es decir, permite una visión a largo plazo.
- **Introspección:** cuestionarse a sí mismo y responderse honestamente ante diversas situaciones. Asimismo, según Alvarez (2018) este pilar es una función mental que facilita crear el autoconocimiento de uno mismo, así como una conducta coherente.

- Moralidad: aptitud para extender el deseo personal de bienestar a toda la humanidad y compromiso con los valores. Además, según Alvarez (2018) indica creencias claras, compromiso y apoyo para todos.
  - Independencia: establecer límites y el medio, manteniendo distancia emocional y física sin aislarse.
- b. **Factores contextuales:** refieren a factores familiares para un acorde soporte socioemocional (cohesión, estabilidad, respeto, apoyo y soporte) y factores ambientales como la infraestructura física (accesibilidad a inmuebles y espacios recreacionales), infraestructura social (espacios de diálogo), infraestructura cívica (participación política), infraestructura económica (acceso a empleos).

En base a todos los factores de protección mencionados, cabe puntualizar que el fortalecimiento estos factores es muy importante para una alta resiliencia en la población, por lo cual en la promoción de la resiliencia debe tomarse en cuenta el ámbito individual y contextual.

### **2.1.5. RESILIENCIA Y SALUD MENTAL**

De acuerdo con la organización Mundial de la Salud (OMS, 2014; citado en Galderisi et al., 2015) la salud mental es “estado de bienestar en el que el individuo conoce sus propias capacidades, puede enfrentar las tensiones de la vida, puede trabajar de productivamente y tiene la capacidad de aportar a su comunidad”. En base a ello, según Páez (2020), la promoción de la resiliencia genera salud mental, porque aporta una visión optimista de las condiciones adversas, generando una connotación positiva de los eventos, una mayor vinculación con uno mismo, con los demás y con el entorno, con estrategias propositivas y adecuadas, por lo cual superar una crisis implica asumir lo adverso como oportunidad y no como pérdida.



Asimismo, Páez (2020) manifiesta que la resiliencia tiene gran relevancia en la salud mental, porque permite afrontar la existencia desde una cosmovisión activa y optimista, con excelentes niveles de emocionalidad positiva. En ese sentido, Perugache et al. (2016) refiere que la resiliencia es efectiva para el incremento de la salud mental, explicando que es una alternativa para el desarrollo de la salud mental, porque permite una mayor tolerancia, así como el mejor manejo y alivio de la consecuencia psicológicas, fisiológicas, sociales y conductuales provenientes del trauma.

Del mismo modo, de acuerdo con Kemper et al. (2015), los niveles altos de resiliencia ejercen un factor protector ante el desarrollo de síntomas psiquiátricos en personas que atraviesan eventos estresantes de vida, ya que las personas resilientes utilizan estrategias de afrontamiento más efectivas y niveles mayores de afecto positivo, lo que correlaciona con bajos niveles de estrés y una mejor salud mental. En ese sentido, los factores de la resiliencia como visión positiva, autoeficacia y humor, aportan considerablemente a la salud mental, ya que disminuyen sintomatologías de estrés, ansiedad y depresión (Fernández y Bretones, 2020).

Por otro lado, el fortalecimiento de la resiliencia también aporta a la salud física, y, de acuerdo con Asensio et al. (2017) la resiliencia tiene un efecto positivo sobre la salud física, porque aporta a la disminución de infartos, control glicémico, disminución de niveles de colesterol, lo cual se relaciona positivamente con el bienestar subjetivo y la calidad de vida. Por ende, la resiliencia es un factor protector de la calidad de vida a nivel de la salud mental (Vinaccia y Quicenco, 2011; citado en Asensio et al., 2017), así como un factor predictor para una buena salud mental, física y social (Badu et al., 2020), contribuyendo favorablemente a la promoción de la salud (Hurley et al., 2017).

Por todo lo mencionado, podemos afirmar que la resiliencia influye favorablemente a la salud mental, así como a la salud física. Entonces, es una variable importante en la actualidad, porque desde sus factores contribuye al bienestar y calidad de vida de población.

## **2.1.6. RESILIENCIA Y ARTES ESCÉNICAS**

A continuación, se define lo que son las artes escénicas y posteriormente se muestra evidencia sobre la influencia de su práctica en el fortalecimiento de factores protectores intrapersonales e interpersonales de la resiliencia, demostrando así su gran importancia en el campo del estudio del fortalecimiento de la resiliencia.

### **2.1.6.1. ARTES ESCÉNICAS**

En principio es importante conocer la definición de las artes. Así como la conceptualización de las artes escénicas. En vista a lo mencionado, el arte es una práctica y construcción social, inseparable del contexto socio histórico. Asimismo, es una forma de producción cultural que opera como mediador de las experiencias humanas a través del tiempo y espacio. En ese sentido, las creaciones artísticas cambian acorde a los contextos, constituyendo una forma de producción de la cultura, que poseen un valor simbólico y alcance perspectivo, provocando sensaciones y sentimientos (España, 2016; citado en Paradas y Paradas, 2020). Adicionalmente, la Institución de Educación Superior Alborán (IESA, 2016) refiere que las artes escénicas son manifestaciones socioculturales y artísticas que requieren para su expresión y comunicación técnicas teatrales sobre el escenario. Asimismo, su finalidad es la exhibición pública frente a espectadores y sus fines artísticos son la creación de belleza a través de la armonización de elementos en una estructura, por ende, las artes escénicas comprenden el estudio de prácticas artísticas que

comprenden la interpretación (teatro, la danza y la musicalidad), así como formas de espectáculo (circo, performance, etc.), teniendo como fin la exhibición pública.

En ese sentido, las artes escénicas comprenden elementos fundamentales:

- Espacio-tiempo: elementos estructurales y expresivos.
- Acción: física o verbal, se fundamenta en el movimiento
- Estructura y sus componentes: texto, personaje, conflicto y situación.

Asimismo, las artes escénicas comprenden elementos comunes:

- Dramaticidad: presentación de una determinada situación, utiliza elementos técnicos como acto, cuadro, mutis, acotación y escena.
- Teatralidad: representación de la obra dramática, contiene los elementos de actores, vestuario, música, dicción, maquillaje, iluminación, escenografía, interpretación y ambientación.

#### **2.1.6.2. FACTORES DE LA RESILIENCIA INFLUENCIADAS POR LAS ARTES ESCÉNICAS**

De acuerdo con Castillo y Gallego (2018, citado en Castaño y Jiménez, 2021) las intervenciones con artes escénicas desarrollan los siguientes factores resilientes:

- Autoestima: el papel de las artes escénicas es el fortalecimiento de la autopercepción positiva, lo que permite el reconocimiento de habilidades y fortalezas mediante la práctica de actividades artísticas para aplicarlas en la vida cotidiana (Domínguez y Castillo, 2017).
- Autonomía: la práctica de artes escénicas genera iniciativas para la toma de decisiones al momento de desarrollar nuevas actividades, contribuyendo a la gesta de nuevos proyectos.
- Habilidades sociales y capacidades para la resolución de problemas: el practicar artes escénicas potencia las habilidades sociales, facilita la

interacción social, genera comunicación asertiva, apoyo social y alternativas para la resolución de conflictos, mejorando la toma de decisiones y las relaciones interpersonales (Cárdenas *et al.*, 2017).

- Optimismo y sentido del humor: la práctica de artes escénicas propicia a orientar de actitudes positivas frente a diversas situaciones, ya que la práctica de arte proporciona motivación para la práctica de baile y música, generando una visión optimista ante las adversidades.
- Sentido y calidad de vida: el desarrollo de artes escénicas ayuda a encontrar nuevas perspectivas, estilos y formas de vida, en consecuencia, permite a los sujetos distanciarse de las dinámicas de riesgo, planteando nuevos objetivos de vida, lo que conlleva al crecimiento personal (Mundet *et al.*, 2017).
- Responsabilidad: la práctica de artes escénicas aporta a la adquisición de nuevas responsabilidades y compromisos, lo que se desplaza a diversos ámbitos de la vida de los juveniles.
- Control de emociones y comportamiento: en este factor las artes escénicas cumplen el papel de fomentar el autoconocimiento y canalizar emociones, mediante la identificación de límites y la liberación de tensión emocional por la práctica de actividades artísticas.
- Creatividad: las artes escénicas estimulan habilidades creativas como flexibilidad, fluidez, originalidad y elaboración (Manzano y Caballero, 2019).
- Empatía: las actividades grupales que implican las artes escénicas desarrollan el cuidado del otro, así como una mayor comprensión de otras realidades (Motos, 2017).

### 2.1.6.3. ENFOQUES SOBRE LAS ARTES ESCÉNICAS Y LA RESILIENCIA

En este apartado, se describen tres enfoques que vinculan las artes escénicas y la resiliencia: psicoanalítico, gestáltico y la mediación artística. En base a ello, el enfoque escogido como base teórica para la presente investigación es el enfoque de la mediación artística, dado que, sustenta que la resiliencia se estimula a través de producciones artísticas, detallando que la implementación de este tipo de talleres posibilita la superación de dificultades, desarrollando capacidades individuales y grupales (Paczkowski, 2020; citado en Cabrera *et al.*, 2022), reflejando a las artes escénicas como herramientas socioeducativas.

A. **Enfoque psicoanalítico:** En este enfoque, la resiliencia se ve potenciada mediante las creaciones artísticas escénicas, dado que, estas creaciones se centran en el mundo interno del sujeto, siendo estas representaciones reflejo inconsciente de las vivencias y experiencias del creador, ello permite la movilización de traumas y recuerdos, por lo cual estas artes no solo son una herramienta para representar contextos históricos, sino que son útiles para dinamizar traumas. Asimismo, es importante el “proceso creativo”, considerada vital para el ser humano, porque dota de recursos y perspectivas, lo que le permite innovar y facilita nuevas maneras de expresión del trauma (Solano, 2019). En ese sentido, las representaciones escénicas posibilitan la resiliencia porque permiten la representación simbólica de situaciones individuales relacionadas con el trauma del paciente, por ello, estas artes son consideradas útiles en el contexto psicoterapéutico para generar un efecto catártico; es decir, la encarnación de personajes abole la separación entre el cuerpo y el inconsciente; evocando sucesos almacenados en la memoria que develan ideas, sentimientos, emociones, dirigiendo así nuevas formas de conocimiento, lo que dota mayores posibilidades

de respuesta del sujeto ante el trauma, generando así una mayor resiliencia (Grumann, 2016).

**B. Enfoque Gestáltico:** las artes escénicas, bajo la cosmovisión gestáltica refiere que las representaciones de uno mismo o ajenas develan aspectos desconocidos de la personalidad, de ese modo la resiliencia se fortalece desde la representaciones escénicas y/o corporales, dado que, el hecho de encarnar diferentes posibilidades genera un proceso de auto- reafirmación y autoconocimiento, por lo cual estas artes permiten asimilar lo doloroso de la vida a partir de experiencias escénicas, por eso este proceso emerge ajustes creativos para transformar el trauma y la crisis, generando *awareness*, por lo cual, la representación escénica es el proceso de sanación; es decir, a partir de las experiencias escénicas que la persona fomentará la resiliencia (Durán, 2018). Asimismo, estas representaciones son mecanismos de liberación que generan una ruptura con el pasado y una autoconstrucción del futuro, de ese modo, las representaciones aportan al fortalecimiento de la resiliencia, porque configuran nuestros pensamientos, lo que permite expandir la vivencia interna y concebir otra percepción externa, planteando una correlación entre la percepción del propio cuerpo y el propio *Self* (Ospina y Gil, 2015; citado en Lépez et al., 2018).

**C. Enfoque de la mediación artística:** sustenta que la resiliencia se estimula mediante producciones artísticas, explicando que el desarrollo de talleres posibilita la superación de dificultades, dado que, las creaciones artísticas permiten representar simbólicamente el trauma para transformarlo. Asimismo, desarrolla capacidades humanas como creatividad, introspección, humor, independencia, habilidades sociales, iniciativa y espiritualidad. En ese sentido, los talleres sustentados en la mediación artística muestran a las artes escénicas como

promotor de la resiliencia; es decir, las expresiones dramáticas, juegos teatrales, movimientos corporales, expresiones simbólicas y puestas en escena son vislumbradas como herramientas de transformación individual y colectivo, espacios lúdicos, espacios de vínculo y fuentes de reflexión (Paczkowski, 2020; citado en Cabrera *et al.*, 2022).

#### **2.1.6.4. TEORÍAS QUE RELACIONAN ARTES ESCÉNICAS Y**

##### **RESILIENCIA**

En este apartado, se presentan dos teorías que vinculan a las artes escénicas y la resiliencia: teoría de la mediación artística y teoría de la espiral psicodramática. En ese sentido, la teoría seleccionada para la investigación es la teoría de la mediación artística, porque muestra que la relación entre el arte y la resiliencia suscita en relación a 3 dimensiones: el arte y lo creativo, espacio relacional y taller de creación, señalando que estas dimensiones influyen en la percepción y bienestar de los participantes, mostrando a la resiliencia como parte de todo el proceso de creación, fortaleciendo a la resiliencia desde sus factores, ello lo diferencia ampliamente del modelo de la espiral psicodramática, ya que este último no indica qué factores de la resiliencia se ven potenciados mediante las artes escénicas.

##### **A. La teoría de mediación artística**

Paczkowski (2020, citado en Cabrera *et al.*, 2022) desarrolla un modelo de la relación existente entre el arte y la resiliencia, mostrando que la mediación artística refleja al arte como herramienta, a los talleres de arte como espacios lúdicos, de reflexión y de vínculo, que desarrollan las capacidades intrapersonales e interpersonales. Asimismo, demuestran que la relación entre las artes y la resiliencia

se organizan en tres dimensiones, las cuales influyen en la percepción y el bienestar de los participantes.

a. Dimensión del arte y de lo creativo: refiere a la percepción del arte por los participantes hasta transformarse en una herramienta útil y que influya en sus vidas para sobrellevar trastornos que padecen, mejorando su actitud respecto a sus problemas, comprende la comprensión del arte como forma de expresión y comunicación, desde una perspectiva simbólica, así como las experiencias artísticas como práctica, como una opción para la vida y herramienta imprescindible para la salud mental; esta dimensión se divide en las categorías:

- Expresión: descrita como expresar lo que el participante siente.
- Comunicación: compartir las ideas con los demás.
- Creatividad: proposición libre acorde a la imaginación de cada participante.
- Alternativa: representar los problemas desde otra perspectiva.

b. La dimensión “El espacio relacional”: espacio para el desarrollo personal, autoconocimiento y autosuperación. También incluye el acompañamiento de un mediador artístico con características de afecto, sin agobio ni presión en los procesos de creación artística, donde no se trata a las personas como enfermas. Asimismo, tiene como primordiales relaciones interpersonales basadas en la tolerancia y respeto, generando intercambio de creaciones, que facilita la normalización y dignificación, lo que genera sentido de pertenencia al grupo; esta dimensión cuenta con las categorías:

- Intrapersonal: expresión de emociones, autoconocimiento, autosuperación, motivación, inclusión.



- Mediadores artísticos (educadores): afecto, confianza y aceptación por parte de los educadores.
  - Interpersonal: socialización, afecto, escucha, apoyo social, sentido del humor.
- c. La dimensión “El taller de creación” es un espacio de acceso cultural, lo que conduce a la inclusión y normalización, facilitando la producción de arte dejando de lado la enfermedad. Asimismo, es un espacio de producción flexible que promueve la participación, también es un espacio para la promoción de la libertad de expresión, centrándose en el proceso creativo individual y es útil para la promoción del empoderamiento y la superación de vida mediante el arte; contiene las siguientes categorías:
- Inclusión: no se utilizan etiquetas, sin juzgar a los participantes sea cual sea su enfermedad.
  - Libertad: la participación no es obligatoria, no hay exigencia hacia los participantes, se permite experimentar con relación a las creaciones artísticas.
  - Participación: se socializan los trabajos desarrollados, se desarrollan actividades grupales.
  - Empoderamiento: aprendizaje de técnicas, autosuperación y autovaloración.

A raíz de todo lo mencionado sobre el modelo teórico, se representa de la siguiente manera:

Figura 1: Modelo de la relación arte-resiliencia de María Paczkowski



## **B. Modelo de la espiral psicodramática**

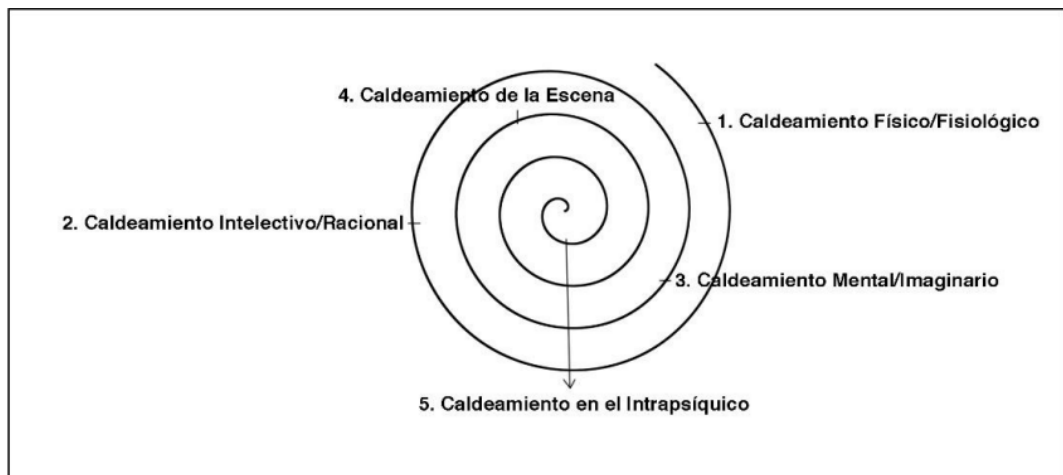
De acuerdo con Dos Santos y Gandolfo (2014, citado en Knobel, 2021) el objetivo de la espiral es la representación de la sesión psicodramática, partiendo de niveles reales e imaginarios, hasta favorecer momentos catárticos de integración revolucionaria, resolutoria o evolutiva. Asimismo, considera como elemento primordial a la espontaneidad, siendo el proceso de caldeamiento expresión operativa de esta. También, añade que la sesión psicodramática se divide en tres partes: caldeamiento, dramatización y compartir la experiencia.

En base a ello, este modelo plantea el desarrollo de un puente intrapsíquico entre el presente y el pasado para la reparación de traumas suscitados en otros momentos de la vida, por lo cual se configura en 5 fases:

- Fase 1. Caldeamiento (inespecífico) sensorio-corporal (físico/fisiológico): refiere a estiramientos, gritos, contorsiones, respiración, danzas, gestos.
- Fase 2. Caldeamiento (inespecífico) racional/intelectual (ideas y pensamiento):

- Fase 3. Caldeamiento (inespecífico) mental/imaginativo (imagen y fantasía): representación mental de lugares agradables como playas, islas, montañas, escenas eróticas.
- Fase 4. Caldeamiento (específico) escénico: elección y representación de la escena imaginada.
- Fase 5. Caldeamiento (específico) intrapsíquico: conexión entre el pasado y el presente.

Figura 2: Espiral Psicodramático para caldeamiento



El modelo de espiral psicodramático guarda gran relación con la salud mental, ya que contribuye a la integración del sí-Mismo y la integración social (Manzini, 2016). Asimismo, las intervenciones basadas en el psicodrama muestran efectos positivos en la resiliencia, ya que genera cohesión de grupo, generando empatía y fomenta la creatividad (Lizano, 2017; citado en Ponce y Tarazona, 2020).

### **2.1.7. EFECTIVIDAD DE LAS ARTES ESCÉNICAS PARA FORTALECER LA RESILIENCIA**

Por un lado, las metodologías “tradicionales” para intervenciones en el fortalecimiento de la resiliencia muestran falencias, poca efectividad o incluso efectos adversos, como se refiere a continuación:

Primero, de acuerdo con Cerquera y Pabón (2015), las intervenciones informativas o psicoeducativas tienen poca efectividad para la mejora de la resiliencia y calidad de vida, ya que existe poca o nula participación de los miembros. Asimismo, indican que las intervenciones de activa participación presentan mayor eficacia que las intervenciones con metodologías centradas en la adquisición de conocimientos.

Segundo, según Sánchez (2016) desarrolló una intervención terapéutica breve desde el enfoque cognitivo conductual y estrategias del enfoque humanista, los resultados muestran que la intervención no tuvo una efectividad significativa en el aumento de los niveles de resiliencia, sugiriendo que para el fortalecimiento de la resiliencia sea necesario uso de metodologías que impliquen participación y mayor tiempo de duración, desde la habitualidad cotidiana y el diario vivir.

Tercero, Kunzler *et al.* (2020) desarrolla una revisión sistemática sobre la efectividad de intervenciones psicológicas para fomentar la resiliencia, estas intervenciones están basadas en la atención plena, autocompasión, terapia cognitiva conductual, psicología positiva, combinaciones e intervenciones no específicas que objetivaban fomentar los factores de la resiliencia (autoestima, apoyo social, espiritualidad, etc.). En los resultados señala que hay evidencia baja de que las intervenciones revisadas sean efectivas para el fortalecimiento de la resiliencia, ya que en muchos casos estas intervenciones presentan efectos adversos, porque

incluyen el confrontamiento directo de los participantes con sus problemas individuales, teniendo el potencial de dañar a ciertos pacientes.

Por otro lado, las intervenciones que utilizan metodologías artísticas, específicamente las artes escénicas, difieren de las metodologías tradicionales, por las siguientes razones:

Primero, desarrollan significativamente factores de la resiliencia, como se muestra en la intervención de Perugache *et al.* (2016), el uso de estrategias de las artes escénicas como juego de roles, narrativa oral, expresión corporal, talleres vivenciales, teatro participativo y expresiones artísticas mejoran de manera significativa la resiliencia de niños y adolescentes. Los resultados indican que el uso de metodologías artísticas aumentó significativamente los factores de la resiliencia como la empatía, autocontrol, resolución de conflictos, sentido de vida e independencia, ya que en las actividades escénicas no solamente desarrollan representaciones y símbolos, sino que generan espacios de comunicación, expresión y creación de nuevas formas de entender la realidad (Martínez, 2018).

Asimismo, las intervenciones que utilizan las artes escénicas mejoran otros factores de la resiliencia como autoestima, autonomía, habilidades sociales, capacidades para la resolución de problemas, optimismo, sentido de humor, sentido de vida, responsabilidad, control de emociones (Castillo y Gallego, 2018, citado en Castaño y Jiménez, 2021) resignificado de las experiencias (Zapata, 2017; Mundet *et al.*, 2017), reducción de factores estresantes (Tobón, 2012, citado en Barca *et al.*, 2018), fortalecimiento de redes de apoyo (Ospina, 2017), cambio en la dinámica de comunicación (Tello, 2017); competencia, conexión, cuidado y confianza (Motos, 2017); creatividad (Manzano y Caballero, 2019). Lo anterior nos muestra que las metodologías artísticas permiten mejorar aspectos personales y sociales de la persona,

así como su entorno, ello se debe a que esta metodología artística es una herramienta pedagógica adaptable a diferentes contextos, lo cual muestra su flexibilidad para la intervención en diferentes poblaciones (Blanco et al., 2015) como en el caso de jóvenes con discapacidades físicas (Loiselle et al., 2019), y población penitenciaria (Smigelsky et al., 2016), siendo algunos ejemplos.

Segundo, según Paczkowski (2020, citado en Cabrera et al., 2022), las artes escénicas son posibilitadoras de resiliencia, ya que contienen los siguientes elementos:

- Aprendizaje sensible: el trabajo artístico promueve la subjetividad y procesos inconscientes basados en la espontaneidad, no está orientado a la exigencia de las producciones artísticas sino a producciones espontáneas de descarga motriz desde una conexión entre ideas y desarrollo.
- Libertad: orientado a la libertad y comodidad del participante, sin límite de técnicas o materiales, ello genera la liberación humana, promoviendo estados de consciencia que hace posible la visibilización de su realidad.
- Representación simbólica: La promoción de la resiliencia sucede mediante una constante búsqueda de alternativas creativas, como respuestas simbólicas ante la adversidad.
- La transformación creativa: las personas poseen la posibilidad de transferir su mundo interno a través de las obras que desarrollan, por lo cual, las artes escénicas demandan proceso de creación que conllevan al desarrollo personal, de esta manera se conectan con el arte, su desarrollo y su bienestar emocional.

- Enfoque contextual: el proceso artístico cobra importancia el acompañamiento centrado en la experiencia humana, por ende, las actividades se enfocan en la persona y no en la enseñanza de técnicas.

Tercero, las intervenciones que incluyen las artes escénicas difieren de las intervenciones convencionales, ya que, las prácticas artísticas escénicas son componentes fundamentales de ser humano y de su historia, también reflejan las capacidades humanas, favoreciendo las habilidades motoras y sensoriales, y el pensamiento, contribuyendo a la promoción de la resiliencia (Llanos, 2020). Asimismo, es una vía para la transmisión de sentimientos mediante representaciones escénicas desde las experiencias del sujeto, orientando a la búsqueda de nuevas formas de adaptación al entorno (Banrepcultural, 2017).

A partir de todo lo mencionado, podemos evidenciar que la aplicación de intervenciones que utilizan las artes escénicas presenta mayores beneficios en el fortalecimiento de la resiliencia en comparación a las intervenciones convencionales. Por ende, en el presente trabajo se desarrolla la revisión del constructo de la resiliencia desde la visión de las artes escénicas en jóvenes de 18 a 24 años en Latinoamérica desde el año 2015 hasta el 2020, la revisión incluye revistas científicas especializadas sobre ciencias de la salud, Psicología del comportamiento, y revistas sobre Psicología y arte en los idiomas español, inglés y portugués.

## **2.2. MÉTODOS DE ESTUDIO DEL TEMA**

Sobre el tema de investigación existen estudios de diversos enfoques, tanto longitudinales como transversales. Respecto al enfoque cuantitativo, se han realizado bajo diseños cuasiexperimentales y correlacionales; mientras que desde el enfoque cualitativo prevalecen estudios bajo diseños narrativos.

En relación con lo anterior, los estudios cualitativos con diseño narrativo en su mayoría buscan conocer el desarrollo de la resiliencia en jóvenes o colectivos juveniles que hacen práctica de las artes escénicas, como el teatro y la danza, en contextos de vulnerabilidad; utilizando como instrumento la observación y entrevistas semiestructuradas.

Entre las investigaciones, destaca Magalhães *et al.* (2017), en Brasil, en el estudio titulado "narrativas corporizadas de superación: ¿un camino para la recuperación?", con el objetivo de analizar las narrativas de superación, desde el paradigma de la corporeidad. Se trata de un estudio cualitativo que utilizó información de un ensayo clínico aleatorizado. Utilizando como instrumentos entrevistas semiestructuradas individuales, elaborado por los autores, (a Graça, un caso con esquizofrenia) y grupos focales (con los trabajadores de la institución psiquiátrica). Posteriormente, desarrollaron un análisis temático, identificando categorías: sentimiento del propio cuerpo y de sí, vivencia del espacio-tiempo, relación con el otro, experiencias de superación y enfermedad. En los resultados, los autores indican la práctica de danza contribuyó a establecer vínculos y generó sentido de pertenencia, ya que posibilita el reconocimiento de su cuerpo y de sí. Finalmente, los autores proponen que las narrativas corporizadas se consideren como principio metodológico para el análisis de las narrativas y como un camino intrínseco de superación para la reconstrucción/construcción de sí, del cuerpo y del sentido de pertenencia al mundo, porque mediante la práctica de danza la persona representa experiencias emocionales, ello estimula la imaginación y la creatividad, elementos claves para la autosuperación, lo que muestra el proceso de fortalecimiento de la resiliencia en la paciente.

Asimismo, Romero (2015) en Costa Rica, en el estudio titulado "la recreación en fomento de la resiliencia" revisa la información existente que relaciona resiliencia



y recreación, planteando dos objetivos: primero, identificar los tipos de actividades recreativas y las características de los programas recreativos que fomentan la resiliencia; y segundo, fundamentar teóricamente el papel de la recreación en la promoción de la resiliencia y sus dimensiones. Utiliza como instrumento una ficha de recolección de datos elaborado por el mismo autor, clasificando las actividades recreativas en recreación artística, social, al aire libre, intelectual, educativa, pasatiempos, turística, espiritual, voluntariado y física. En relación con los resultados, las actividades de recreación más utilizadas en los estudios revisados son las actividades al aire libre y la recreación física, siendo en menor cantidad las actividades artísticas, educativas y voluntariado. Respecto a la recreación artística, la autora señala que la práctica de artes escénicas facilita la expresión de emociones e ideas; ello promueve dimensiones de la resiliencia.

Por otro lado, otro de los enfoques más comunes son los estudios cuantitativos, estas investigaciones se orientan a la indagación de correlaciones de la resiliencia con otros constructos (autoeficacia, motivación, bienestar, etc.), se desarrolla en personas que habitan en contextos vulnerables y que practican artes escénicas como teatro, baile o danza.

En ese sentido, Retiz (2016, citado en Durand *et al.*, 2020), en Perú, en la investigación “Resiliencia, bienestar y expresiones artísticas en jóvenes en situación de pobreza”, con el objetivo de describir la relación entre resiliencia, bienestar y práctica artística en jóvenes que viven en pobreza y pobreza extrema, desarrollado con 202 participantes de entre 18 y 25 años; de los cuales 122 practicaban expresiones artísticas como danza, teatro, circo y pintura; y 80 no practicaban actividades artísticas. Utilizaron como instrumentos las escalas “Resilience Scale for Adults” (RSA); Flourishing Scale (FS) y Scale of Positive and Negative Experience (SPANE).

Asimismo, los resultados indican que las personas que practican actividades artísticas presentan mejores puntajes en RSA, FS y SPANE que aquellas que no. Posteriormente, la autora concluye que los jóvenes que habitan en contextos de pobreza y practican artes presentan mayor bienestar y resiliencia frente a los que no; es decir, las artes escénicas desarrollan respuestas resilientes, dado que permiten la expresión de emociones, refuerza el empoderamiento, promueve el autoconcepto positivo y conductas prosociales, y desarrolla habilidades sociales.

Asimismo, Lazier (2016), en Brasil, en el estudio “Análisis del nivel de resiliencia, autoeficacia y motivación entre bailarines alumnos y profesionales” tiene como objetivo de analizar la resiliencia, la autoeficacia y motivación en 135 bailarines, de los cuales 112 participantes eran estudiantes de danza, 23 bailarines profesionales. Utilizaron como instrumentos la escala de resiliencia de Wagnild and Young, escala de autoeficacia general percibida de Schwarzer y Jerusalem, escala de autoeficacia para bailarines y la escala de motivación para el deporte II. Los resultados señalan que los bailarines presentan altos niveles de resiliencia en factores como independencia y determinación, así como niveles altos en autoeficacia y motivación. Finalmente, el autor concluye que los alumnos más resilientes y auto-eficaces presentan mayor motivación intrínseca para la práctica de danza. Asimismo, los alumnos y profesionales de danza presentaron mayores niveles en las dimensiones de amistad, desarrollo personal, satisfacción y significado de vida; es decir, según el autor, tanto estudiantes como bailarines profesionales presentaban un perfil psicológico positivo.

Los instrumentos desarrollados en el tema han sido elaborados según los enfoques de investigación. En el ámbito cualitativo normalmente se hace uso de entrevistas semiestructuradas elaborado por los propios investigadores. En el ámbito

cuantitativo, cabe precisar que se indagó en la búsqueda de instrumentos sobre resiliencia que se aplique en la población juvenil practicante de artes escénicas, pero solo existen instrumentos que miden la resiliencia, también se encontró una escala de autoeficacia aplicada en bailarines.

Existen diversos instrumentos para medir la resiliencia, pero, actualmente, el más utilizado, validado y estandarizado en la población juvenil en este tema tanto a nivel nacional como internacional es la “Escala de Resiliencia”.

La “Escala de Resiliencia” fue desarrollada por Gail Wagnild y Heather Young en Estados Unidos en el año 1993, con el objetivo de medir los niveles de resiliencia en adolescentes, jóvenes y adultos. Su aplicación puede ser de manera individual o colectiva y tiene una duración estándar de 40 minutos. Asimismo, cuenta con la escala tipo Likert y la consigna principal es marcar con una X en el casillero que más refleje su manera de ser. Su calificación se basa en un puntaje global, que se obtiene de la suma de los puntajes de la escala, con el valor menor de 25 y el máximo de 175; donde un mayor puntaje representa mayor resiliencia.

Respecto a las características psicométricas, originalmente fue desarrollada en una muestra de 1500 adultos mayores varones y mujeres de 53 a 95 años. Se compone de 25 ítems dividida en 5 dimensiones. Asimismo, en la confiabilidad obtuvo valores de 0.91 en el coeficiente alfa de Cronbach y la validez se evidenció en los valores 0.37 a 0.75 en las correlaciones ítem-test. Finalmente, el análisis factorial de los componentes se desarrolló mediante la rotación *oblimin* hallando dos factores:

- Competencia personal o factor I (17 ítems): indica perseverancia, decisión, autoconfianza, independencia, invencibilidad, poderío e ingenio.

- Aceptación de uno mismo y de la vida o factor II (8 ítems): integra adaptabilidad, flexibilidad, balance y una perspectiva de vida estable.

Estos factores consideran las siguientes dimensiones:

- **Ecuanimidad** (ítems 7, 8, 11 y 12): muestra una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, tomar las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante las adversidades.
- **Perseverancia** (ítems 1, 2, 4, 14, 15, 20 y 23): Persistencia ante el desaliento, poseer autodisciplina y deseo de logro.
- **Confianza en sí mismo** (ítems 6, 9, 10, 13, 17, 18 y 24): Capacidad para creer en las capacidades personales.
- **Satisfacción personal** (ítems 16, 21, 22 y 25): Entender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.
- **Sentirse bien solo** (ítems 3, 5 y 19): Nos da significado de libertad y que somos únicos e importantes.

Posteriormente fue adaptado y traducido psicométricamente en el contexto peruano por Novella (2002, citado en Yvana-Yupanqui, 2018) en una muestra de 324 estudiantes de 14 a 17 años en el colegio nacional de mujeres “Teresa Gonzales de Fanning” en el distrito de Jesús María, en la ciudad de Lima. Encontró que la confiabilidad mediante el método de consistencia interna, obteniendo un coeficiente alfa de Cronbach de 0.89 y una consistencia interna de 0.875; también demostró validez de constructo con correlaciones entre 0.18 y 0.63 en la prueba ítem-test. Asimismo, mediante análisis factorial reconfigura el factor I con 20 ítems y el factor II a 5 ítems.

Del mismo modo, Castilla *et al.* (2016) desarrollaron un análisis psicométrico de esta escala, fue administrada a 332 participantes, mujeres (65.7%)

y varones (34.3%), en personas de 17 a 64 años (M= 23.87). Obtuvo correlaciones item-test significativas ( $p < 0.001$ ) y una consistencia interna elevada (0.898), considerándose adecuada.

- Instrumento original: tabla 1

**Tabla 1:** “Escala de Resiliencia” de Wagnild y Young (1993, citado en Truan *et al.*, 2020)

Ítem	1	2	3	4	5	6	7
1. Cuando planifico algo lo realizo.							
2. Soy capaz de resolver mis problemas.							
3. Soy capaz de hacer las cosas por mí mismo sin depender de los demás.							
4. Para mí es importante mantenerme interesado(a) en algo.							
5. Si debo hacerlo, puedo estar solo(a).							
6. Estoy orgulloso(a) de haber podido alcanzar metas en mi vida.							
7. Generalmente me tomo las cosas con calma.							
8. Me siento bien conmigo mismo(a).							
9. Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10. Soy decidido(a).							
11. Soy amigo(a) de mí mismo.							
12. Rara vez me pregunto sobre la finalidad de las cosas.							
13. Considero cada situación de manera detallada.							
14. Puedo superar las dificultades porque anteriormente he experimentado situaciones similares.							

- 
15. Soy autodisciplinado (a).
  16. Por lo general encuentro de que reírme.
  17. La confianza en mí mismo(a) me permite atravesar momentos difíciles.
  18. En una emergencia soy alguien en quien pueden confiar.
  19. Usualmente puedo ver una situación desde varios puntos de vista.
  20. A veces me obligo a hacer cosas que me gusten o no.
  21. Mi vida tiene sentido.
  22. No me aflijo ante situaciones sobre las que no tengo control.
  23. Cuando estoy en una situación difícil, generalmente encuentro una salida.
  24. Tengo suficiente energía para lo que debo hacer.
  25. Acepto que hay personas a las que no les agrado.
- 

Fuente: Castilla *et al.* (2016)

En segundo lugar, la “Escala de Autoeficacia para Bailarines (AEBAI)”, fue elaborada por Silva *et al.* (2015) en Brasil, con el objetivo de medir la autoeficacia en bailarines adolescentes y jóvenes. Su aplicación puede ser individual o colectiva, no tiene un tiempo estándar de duración. Utiliza una escala tipo Likert, donde el bailarín puntúa del 0% (sin confianza) al 100% (confianza absoluta) la confianza en sus capacidades para realizar ciertos comportamientos. El puntaje final es el promedio de los ítems, por lo que los bailarines pueden presentar una autoeficacia de 0 a 100.

Respecto a las características psicométricas, fue aplicada en 410 bailarines brasileños, edades de 10 a 19 años en festivales de danza nacionales e internacionales. La validez de contenido fue evaluada por seis jueces, obteniendo un índice de Kappa de 88.87%, para la confiabilidad realizaron un análisis de consistencia interna a través de análisis factorial exploratorio, lo cual reveló dos factores: autoeficacia física ( $\alpha=0,82$ ) y la autoeficacia psicológica ( $\alpha=0,81$ ). Consta de 15 ítems dividido en las dimensiones:

- **Autoeficacia física** (ítems 1, 2, 3, 4, 5, 6 y 7): refiere al dominio de aspectos relacionados con los movimientos corporales y técnicos del baile.
- **Autoeficacia Psicológica** (ítems 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 y 15): refiere al dominio de aspectos subjetivos como la creatividad, control de emociones, concentración e imaginación.

Asimismo, cabe resaltar que actualmente no existe adaptaciones al idioma castellano, siendo la única versión el instrumento original brasileño. Por otro lado, tampoco existe una versión adaptada ni estandarizada en otros países latinoamericanos.

**Tabla 2.** Escala de autoeficacia para bailarines (EABIE)

Ítems	Confianza 0-100
1. Habilidad para saltar	
2. Habilidad para girar	
3. Habilidad de apoyo (equilibrio)	
4. Habilidad para realizar arqueado (Flexión de la columna para atrás)	

- 
5. Habilidad para bailar adagio (secuencias lentas)
  6. Habilidad para realizar coreografías que exijan agilidad
  7. Habilidad para realizar coreografías que exijan flexibilidad
  8. Habilidad para terminar movimientos
  9. Habilidad de bailar de bailar dentro del ritmo
  10. Habilidad de ser expresivo en el escenario
  11. Habilidad para decorar coreografías
  12. Habilidad para concentrarse en el escenario
  13. Habilidad para controlar el nerviosismo
  14. Habilidad para centrar la atención en los movimientos
  15. Habilidad para imaginar mentalmente la coreografía antes  
de entrar en el escenario
- 

Fuente: adaptado de Silva *et al.* (2015)

### **2.3. ESTUDIOS SOBRE EL TEMA**

Los apartados siguientes recopilan información de diferentes investigaciones, las cuales están agrupadas en categorías.

#### **2.3.1. LA CONSTRUCCIÓN DE LA RESILIENCIA A TRAVÉS DE ACTIVIDADES ARTÍSTICAS EN CONTEXTOS DE VULNERABILIDAD**

Primero, Soares y Brandão (2017), en Brasil, en el 13° Congreso Internacional da Rede Unida, presentan la investigación titulada “Juventud, actividad teatral y reducción de vulnerabilidad”, desarrollada bajo un enfoque cualitativo con diseño de teoría fundamentada, plantea como objetivo conocer el potencial promotor de las transformaciones en el contexto de la vulnerabilidad y el aumento de la resiliencia relacionada con las actividades



artísticas inherentes a la práctica teatral, a partir de las experiencias de un grupo teatral. La muestra se compone de 11 adolescentes/jóvenes de 16 a 21 años pertenecientes a un grupo teatral aficionado de Manaus. La investigadora elabora 6 talleres de juegos teatrales (JT), estos juegos giran en torno a las temáticas juventud, vulnerabilidad, resiliencia y uso de recursos teatrales. Para la recolección de datos utiliza conversatorios grabados en audio y video después de cada taller sobre las experiencias, aprendizajes y aplicabilidad a la vida cotidiana de la actividad. En relación con los resultados, los autores elaboran categorías sobre indicadores de resiliencia a partir del teatro como: autoconocimiento y autovaloración, resignificación de los eventos adversos, creatividad para afrontar la adversidad, control emocional para solucionar conflictos, nuevos modos de resolución de conflictos, humor, fortalecimiento de vínculos sociales, sentido de autoeficacia y proyecto de vida.

Segundo, Monárrez (2017; citado Rosas y Salguero, 2020) en “Procesos juveniles identitarios frente a la violencia” analiza dos colectivos juveniles de arte urbano de la ciudad de Juárez en estado de Chihuahua, en México, con el objetivo de comprender cuáles fueron las herramientas utilizadas para afrontar contextos de violencia atravesada durante los últimos años. Los participantes fueron individuos de entre 10 y 30 años de las agrupaciones Fearless Crew (de baile urbano: break dance) y Circocolectivo (de artes circenses), porque pertenecen a territorios marcados por la disputa del poder entre el crimen organizado y un estado autoritario. A partir de ello, la investigación se desarrolló a través del diseño etnográfico, utilizaron como instrumentos las entrevistas semi- estructuradas elaboradas por el propio autor, grupos de discusión y análisis de redes amicales. Posteriormente, los

resultados indican que los jóvenes atravesaron carencia de oportunidades laborales y educativas, también narraron experiencias violentas en el ámbito familiar, escolar, barrial, pero el baile y las artes circenses fueron herramientas de resiliencia que contribuyeron a la regeneración del tejido social. En conclusión, las prácticas artísticas de las agrupaciones les permitió generar ambientes positivos para la transformación de sus vidas y expresar sus emociones e ideas.

Tercero, Meneses *et al.* (2019), en el estudio titulado “El teatro popular: herramienta comunitaria para el fortalecimiento del humor social en contextos de violencia urbana”, plantearon como objetivo analizar la incidencia del teatro popular en el fortalecimiento del humor social como estrategia de afrontamiento en escenarios de violencia urbana, mediante un estudio cualitativo con diseño investigación-acción. La muestra estuvo conformada por 150 personas habitantes de los barrios Cementerio central y Sol de Oriente de entre 10 y 83 años. Utilizaron como instrumentos y técnicas el grupo focal, la cartografía social, talleres teatrales y la observación participante. En los resultados, se crean categorías como “comunicación y participación cívica”, “creatividad y capacidad expresiva”, “la autorrealización individual”, y “la transformación social y la educación”. En la conclusión, los autores mencionan que el teatro fortalece las redes de apoyo, promueven la autoeficacia comunitaria y recuperan la capacidad de afrontamiento ante la violencia urbana, constituyendo una herramienta de resiliencia comunitaria que permite el control social desde la crítica, el sarcasmo y los chistes.

En cuanto a las investigaciones de esta categoría, Meneses *et al.*, muestra a las actividades artísticas como herramientas de resiliencia comunitaria frente a la violencia urbana. En cambio, tanto Soares y Brandão como Monárrez, muestran a las artes escénicas como actividades que desarrollan indicadores de resiliencia a nivel personal en contextos vulnerables. En ese sentido, podemos notar que las artes escénicas impactan de manera significativa en el desarrollo de la resiliencia, tanto a nivel personal como a nivel comunitario.

Entonces, a raíz de los resultados encontrados en este apartado, la implementación de espacios comunitarios para práctica de artes como baile, teatro o circo se hacen necesarios para el desarrollo de comunidades resilientes, sobre todo en zonas con altos índices de violencia. Asimismo, las artes escénicas podrían ser utilizadas como herramientas de intervención en el desarrollo de talleres para la reducción de estrés, manejo del control de impulsos y la mejora de la autoestima.

### **2.3.2. DESARROLLO DE PROGRAMAS BASADO EN LAS ARTES ESCÉNICAS PARA EL FORTALECIMIENTO DE LA RESILIENCIA**

Primero, Dezzi (2016) en “Arte y resiliencia” con la propuesta de investigar la capacidad de resiliencia desarrollada en un grupo de adolescentes en situación de riesgo social de la escuela 4-064 intendente Juan Kairuz de la provincia de Mendoza (Argentina) a través de un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y con diseño cuasiexperimental. La muestra estuvo compuesta por 62 adolescentes de 15 a 18 años; 31 alumnos pertenecen al proyecto resiliencia en el arte y los sujetos restantes conformaron el grupo control. Utilizaron como instrumento la escala de resiliencia de Wagnild y Young. Posteriormente, para

el análisis de resultados utilizaron el programa SPSS statistics para obtener la media, el rango, la desviación estándar y T de student. Seguidamente, en los resultados se muestra que en los dos primeros factores existe mayor resiliencia en los sujetos de grupos cuasiexperimental, mientras que en el factor evitación cognitiva muestra que no existe mayor resiliencia en ninguno de los grupos. Finalmente, la autora concluye que la capacidad de resiliencia del grupo cuasiexperimental es alta y el grupo control presenta una capacidad moderada, siendo el más desarrollado el factor auto- eficiencia. Asimismo, el estudio afirma que existe “relación” entre la resiliencia y la práctica de actividades artísticas, y que estas últimas influyen en el incremento de la capacidad resiliente.

Segundo, Lizano (2017, citado en Ponce y Tarazona, 2020) en “Psicodrama y resiliencia”, desarrolla una investigación cuantitativa experimental con el objetivo de establecer una correspondencia entre la aplicación de terapia psicodramática y el aumento de la resiliencia en mujeres adolescentes víctimas de abuso sexual de la ciudad de Quito, Ecuador; y para obtener a la población que cumpla los criterios buscaron en los registros de las dependencias policiales que cuentan con las denuncias realizadas y en grupo de redes sociales donde se visibilizan esas situaciones. Seguidamente, aplicaron el inventario de exploración clínica de Caballo y Salazar para definir a la muestra, obteniendo la participación final de 40 mujeres de 18 a 24 años, de las cuales, a partir de un muestreo aleatorio simple por medio del software SPSS, 20 formaron el grupo control y 20 el grupo experimental que recibió 6 sesiones de 1 hora semanal de psicodrama, utilizó técnicas trabajadas en el teatro como la inversión de roles, el soliloquio, el doblar, la proyección hacia

el futuro, el espejo y la dramatización. Para la obtención de datos utilizaron la Escala de Resiliencia Mexicana (RESI-M), mediante el método pretest y posttest; y para establecer la correlación se usó la comparación de medias (T de student) para muestras independientes. Los resultados indican que la media del grupo experimental fue mayor al del grupo control, lo que demuestra que el psicodrama ayuda en la mejora de la resiliencia en personas víctimas de abuso sexual. Finalmente, la autora concluye que el psicodrama tiene efecto positivo sobre la resiliencia en estos casos, porque trabaja en grupo, fomenta la creatividad y genera empatía.

Tercero, Grajales (2018; como se citó en Llanos, 2020) en Colombia, en el estudio titulado “el arte como posibilitador de resiliencia”, con el objetivo de vislumbrar al arte como posibilitador de resiliencia. Desarrolla una investigación cualitativa de tipo narrativo para narrar reflexiones sobre sus experiencias como voluntario en el proyecto “Enraizarte”, que se aplicó en la institución educativa Pio XII, la institución educativa intercultural Dokabú y 15 escuelas indígenas con un total de 1582 beneficiarios de 5 y 18 años. Utiliza como técnica la revisión bibliográfica, para elaborar tópicos como “arte como posibilitador de resiliencia”, “expresiones resilientes”, “resiliencia artística”. En los resultados indica que este proyecto desarrolló intervenciones psicosociales con enfoque sistémico, diferencial y de derechos, tomando en cuenta conocimientos de las comunidades indígenas y afrocolombianas, integrando expresiones culturales como la danza y la oralidad, por lo que logró desarrollar recursos personales, familiares y comunitarias. Finalmente, concluye que el arte no debe ser visto solamente como un espacio de

esparcimiento, sino como un instrumento para la transformación individual y colectiva.

En esta categoría, los tres autores coinciden en que los programas que utilizan a las artes escénicas incrementan la resiliencia; dado que, fomentan la creatividad, generan empatía, desarrollan liderazgo y posibilitan la transformación individual y colectiva. Asimismo, las actividades artísticas se vislumbran como herramientas importantes en el desarrollo de programas vivenciales, e incluso en psicoterapia, para la construcción de personas empoderadas y líderes.

De las investigaciones de este apartado, Grajales (; como se citó en Llanos, 2020), a diferencia de los demás autores, incluye aspectos culturales de la comunidad a intervenir. Esto es importante tomar en cuenta, dado que el Perú es un país pluricultural que necesita de intervenciones diferenciadas, acordes a las vivencias culturales de cada ciudad o provincia. Entonces, las intervenciones que tomen en cuenta las actividades artísticas también deben de considerar el contexto cultural de los participantes, caso contrario, podría no tener efectos significativos.

En base a todo lo anterior, se puede afirmar que hay influencia de las prácticas artísticas sobre la resiliencia, como se muestra en las investigaciones de Dezzi y Lizano. No obstante, esta relación es especulativa, porque no se cuenta con datos estadísticos que puedan demostrarlo.

### **2.3.3. LAS ARTES ESCÉNICAS Y LA RESILIENCIA COMO PRÁCTICAS DEL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL**

Primero, Cáceres y Santamaría (2018) en el estudio titulado “la arteterapia como camino de transformación espiritual”, desarrollan un estudio

cualitativo descriptivo, presentado una revisión sobre el abordaje de la arteterapia y la espiritualidad, con el objetivo de describir el significado que el arte brinda al espíritu para lograr la transformación integral. Utiliza como técnica la revisión bibliográfica. En ese sentido, conceptualizan la espiritualidad, la arteterapia en el campo de la intervención (mostrando el ser humano como ser integral), arteterapia interpersonal y la conexión arteterapia-espiritualidad. En las reflexiones finales, sostienen que la práctica de arte permite el desarrollo creativo, ello despierta la conciencia centrada en el presente, lo que lo conecta con la realidad y conduce a la integralidad y autenticidad del ser humano. Asimismo, indican que el producto artístico permite descubrir los propósitos de vida, razón por la cual la práctica del arte es considerada como medio de transformación individual y comunitario a través de la estimulación de la creatividad e imaginación; defendiendo que la relación terapéutica, el acto creativo y el Self auténtico son pilares de la intervención individual y colectiva. Adicionalmente, señalan, desde un enfoque humanista, el trabajo artístico centrado la atención en la búsqueda de significado y son útiles en casos de estrés, ansiedad y sufrimientos, producto de diversas enfermedades.

Segundo, Botero y Rocha (2017) en el estudio titulado “prácticas de cuidado de la salud mental juvenil: experiencias desde Porto Alegre, Brasil y Medellín, Colombia” bajo un enfoque cualitativo narrativo se presenta una reflexión sobre la violencia y exclusión social en jóvenes latinoamericanos, con el objetivo de comprender la configuración de las prácticas de cuidado de la salud mental juvenil en las dos ciudades. El autor utiliza como metodología “la narrativa de sí” para describir experiencias y reflexiones sobre las prácticas

de cuidado de la salud mental, al ser coordinador del “proyecto Ícaro” en Colombia y voluntario en “Acompanhamento Terapêutico na Rede Pública y Programa de Educação Tutorial-Conexões” en Brasil. Utiliza como técnicas los biogramas autobiográficos y diarios de campo. En relación con los resultados, el autor señala que los conflictos sociales, la injusticia y la exclusión social son indicadores comunes en los jóvenes de ambas ciudades. Asimismo, en Medellín, así como en Porto Alegre, la salud mental juvenil se configura como procesos en red, que contiene una dimensión estructural (servicios formales de salud mental) y dimensión micropolítica (redes de apoyo, espacios de socialización, vivencias adversas), que poseen tres características esenciales: disponibilidad, continuidad y cotidianidad. En la conclusión, los autores señalan que un concepto presente es la “resistencia” de las juventudes para la creación de iniciativas colectivas ante las adversidades. Asimismo, mencionan que elementos como la danza, la música, entre otras artes, permitieron a las juventudes responder ante las adversidades de la vida cotidiana, la exclusión social y la violencia.

Tercero, Souza *et al.* (2018) en Brasil, en el estudio titulado “Palco y resiliencia: narrativas de artistas de teatro de Mossoró- RN” con el objetivo de verificar el significado del teatro en la vida de los participantes. Se desarrolló bajo un diseño hermenéutico, la muestra estuvo conformada por 5 actores de teatro de Mossoró. Para la obtención de datos se utilizó como instrumentos entrevistas abiertas que fueron grabadas en audio bajo el consentimiento del participante. Posteriormente, utilizan el análisis de contenido para la sistematización e interpretación de las entrevistas transcritas. En los resultados, los autores afirman que los entrevistados conciben al arte teatral



como una actividad que potenció su persona, posibilitó su autoafirmación y desarrolló nuevos modos de ser y estar en el mundo. En la conclusión, los autores resaltan que los relatos muestran el arte teatral como práctica que potencia al ser humano y permite procesos de resiliencia, porque posibilita su autoafirmación, conduce al autoanálisis y desarrolla la capacidad creativa para enfrentar conflictos.

En esta categoría, tanto Souza *et al.*, como Botero y Rocha, estarían considerando que el simple hecho de la práctica de artes como baile y teatro mejoró la resiliencia de los participantes. Asimismo, Botero y Rocha, añaden la importancia de que estas prácticas artísticas necesitan de la participación de servicios formales de salud por parte del gobierno. En cambio, Cáceres y Santamaría (2018), plantea que el teatro y la danza son posibles herramientas de intervención en el ámbito terapéutico desde la psicología humanista.

En ese sentido, en los estudios citados se pueden visibilizar buenas prácticas de salud mental desde las artes escénicas que pueden ser aplicados para el diseño de programas de intervención en grupos de personas con depresión o duelo, desde un enfoque humanista con el objetivo de brindar sentido de existencia y paz, todo ello regulado bajo normativas seguras que respeten la integridad y autonomía de las personas.

#### **2.3.4. EVOLUCIÓN DEL CONCEPTO DE RESILIENCIA DESDE LAS ARTES ESCÉNICAS**

Primero, Balanzó *et al.* (2019) en Colombia, en una investigación titulada “Circo y teatro para la transformación social: Repertorios de conocimiento y acción en la construcción de entornos protectores y la promoción de derechos de los niños, niñas y adolescentes”, con el objetivo de

comprender los procesos de gestión del cambio a través del arte en contextos postguerra desarrollado por el programa Circópolis. Se desarrolla un estudio cualitativo, bajo el enfoque “posturas de campos” para analizar la información recolectada, utilizan las técnicas: diagnóstico del contexto, el diagnóstico psicosocial, grupos focales y bitácoras. Es así como muestran las estrategias de acción utilizadas por Circópolis: Componentes formación (desarrollar habilidades para la vida), movilización social (búsqueda de participación sobre su percepción del entorno, incluye: caravanas de lanzamiento, teatro foros, funciones de acompañamiento, encuentros con la comunidad/docentes/familias y ferias/fiestas municipales libre del consumo de drogas), divulgación pedagógica (comunicar los aprendizajes a la comunidad) y sistematización (disposición del proyecto a las entidades interesadas). En relación con los resultados, el programa generó cambio como mayores niveles de autoestima, mayor autonomía, asertividad, pensamiento crítico, empatía, liderazgo, resolución de conflictos, estilo de vida saludable y resiliencia; ya que promueve derechos, mediante la enseñanza y producción colaborativa, con el uso de metáfora y experiencias locales.

Segundo, Llanos (2020) en Perú, en el estudio titulado “Arte, creatividad y resiliencia. Recursos frente a la pandemia” desarrolla una revisión documental sobre el arte y sus perspectivas, la creatividad, la resiliencia y la resiliencia en tiempos de Covid-19, basándose en la revisión bibliográfica, con el objetivo de detallar conceptos ligados a la resiliencia. En relación con los resultados, la autora señala que el arte y la creatividad configuran las bases para procesos educativos, sociales y políticos; también indica que las diversas expresiones artísticas como música, circo, teatro,

pintura, danza, entre otras, cumplen un papel trascendental en la transformación personal y social desde los inicios de la civilización. En la conclusión, indica que, actualmente, la resiliencia desde de las prácticas artísticas es fundamental para el desarrollo personal, porque constituye un recurso importante para la resolución de conflictos y potencia los mecanismos para afrontar la crisis, traumas e incertidumbres de la vida cotidiana.

Tercero, Torres *et al.* (2020) en “Educación artística y superación de las vulnerabilidades: el teatro como herramienta en el trabajo con sujetos con discapacidad”, con el objetivo de organizar información sobre los tópicos como “las disciplinas artísticas en personas con discapacidad”, “el autoconcepto en la expresión artística”, “las dinámicas teatrales como posibilitadoras de inclusión”, y “el teatro como proceso de autoconocimiento y producto artístico”. El estudio se basa en la revisión bibliográfica, a raíz del cual, los autores concluyen que la práctica de actividades artísticas promueve espacios de autoexploración, expresión, aceptación e inclusión, esto desarrolla actitudes como autoconcepto y autoestima saludable. Asimismo, afirma que el teatro refuerza una identidad empoderada, hecho que posibilita el crecimiento personal y grupal, incluyendo a todos los integrantes según sus capacidades.

En esta categoría, tanto Torres *et al.*, como Llanos, consideran a las actividades artísticas como herramientas para el desarrollo personal y social, sobre todo en aspectos de la resiliencia y la creatividad. Asimismo, Torres *et al.*, añade el concepto de “inclusión en las artes escénicas”, haciendo notar en su revisión de la importancia de la participación de todas las personas, tomando en cuenta las condiciones de discapacidad. En cambio, Balanzó *et al.*

(2019) menciona que para las artes escénicas como el circo son herramientas de intervención pedagógica que requieren de facilitadores e instructores especializados para el desarrollo de la habilidades y competencias.

En ese sentido, las intervenciones comunitarias podrían integrar técnicas de las artes escénicas para la creación de distintos programas enfocadas en el desarrollo personal y social, tomando en cuenta las habilidades y necesidades su población.

Asimismo, en relación con esta categoría, el concepto de la resiliencia en las artes escénicas históricamente se relaciona con el desarrollo de la creatividad, pero en la actualidad el concepto de resiliencia en las artes escénicas abarca metodologías pedagógicas que contribuyen al desarrollo personal y que son necesarias para las prácticas inclusivas.

### **2.3.5. ESTRATEGIAS DE LAS ARTES ESCÉNICAS QUE FORTALECEN LA RESILIENCIA**

Primero, Comparini *et al.* (2015) en “el juego dramático con las mujeres de una comunidad: revelar competencias de desarrollo humano y social”, objetiva investigar las percepciones femeninas que experimentaron una intervención psicodramática en grupo sobre efectos y cambios que suscitaron en el proceso, mediante un enfoque cualitativo, de tipo fenomenológico. El método fue la aplicación de un programa de 10 sesiones grupales de 120 minutos cada uno, con una muestra de 12 mujeres de una comunidad de São Paulo, que atraviesan condiciones de riesgo social, con edades entre 20 y 68 años, siendo 5 madres y 7 abuelas. Los resultados se desarrollaron a partir de entrevistas semiestructuradas individuales 8 meses después de finalizar el programa, después elaboraron categorías “experiencia

del arte y juego”, “vínculos y amistad”, “promoción de la salud y bienestar” y “cambios en las relaciones interpersonales”. Seguidamente, los resultados señalan que los juegos psicodramáticos estimulan la espontaneidad, ello estimula la expresividad y afectividad, promueve logro de aprendizajes, cambios personales, autoimagen y cambio en la perspectiva de vida, también mejora las relaciones interpersonales, promocionando la salud y bienestar.

Segundo, Freitas *et al.* (2017) en su investigación “teatro-debate: una modalidad de teatro espontáneo”, refiere como objetivo presentar las potencialidades del teatro espontáneo (teatro-debate), para ello, la investigación conceptúa sobre “teatro espontáneo” y “teatro-debate(T-D)”, también relata una experiencia de una sesión de T-D en espacio con público no psicodramatista desde un enfoque cualitativo, de tipo documental y biográfico. El método utilizado es la revisión bibliográfica sobre la temática del teatro espontáneo. En la conclusión los autores mencionan que el T-D puede ser utilizado en situaciones grupales para generar transformación mediante la acción colectiva, también indican que el teatro espontáneo fue desarrollado por Jacob Levy Moreno hace 100 años y es utilizado para el desarrollo de las relaciones sociales, a través de la intervención en la espontaneidad y creatividad. Asimismo, el T-D es una modalidad del teatro participativo sobre debates acerca de temas elegidos por los participantes; inicia a manera de debate y después en representación escénica.

Tercero, Bernardes (2011, citado en Chica *et al.*, 2019) en “influencia del baile recreativo en el estado de ánimo y autoestima de personas adultas”, objetiva determinar si existen diferencias en el estado de ánimo y autoestima en personas que practican baile recreativo y personas que no, desde una

investigación cuantitativa descriptiva, ex post facto, mediante un diseño comparativo de 3 grupos independientes y no experimental. La población estuvo conformada por personas entre 20 y 65 años, obtenidos mediante muestreo no probabilístico, con una muestra final de 200 personas, de dividieron en grupo 1 (personas que practican baile recreativo, 2 horas semanales como mínimo), grupo 2 (personas que realizan ejercicio físico, al menos 3 horas semanales) y grupo 3 (personas sedentarias); utilizaron los instrumentos de inventario de depresión de Beck, Escala de Autoestima de Rosenberg. Los resultados indican que existen diferencias significativas entre las personas que practican baile o ejercicio físico y personas sedentarias en las puntuaciones de la autoestima y el estado de ánimo, ya que el baile y los ejercicios benefician a la calidad de vida y a la resiliencia, mediante el uso de hábitos recreativos y lúdicos.

En base a los estudios citados, Comparini *et al.*, (2015) y Freitas et al., (2017) coinciden en el uso de intervenciones grupales como estrategia para la aplicación de teatro, enfocados en el desarrollo de la creatividad y espontaneidad, ello promueve la expresividad y las relaciones interpersonales, porque fortalece los vínculos y la amistad, impulsando las acciones colectivas. Por otro lado, Bernardes (2011, citado en Chica *et al.*, 2019) señala que las personas que practican el baile recreativo por más de 2 horas semanales presentan mejores niveles de autoestima y estado de ánimo, ya que el baile es un hábito recreativo que reduce el estrés y favorece a la expresión de emociones, beneficiando así a la calidad de vida, aunque no refiere si son prácticas grupales o individuales. Por ende, podemos evidenciar la importancia de las intervenciones grupales enfocadas en la creatividad y

espontaneidad fortalecen la expresividad y las relaciones interpersonales, promocionando la salud y el bienestar, lo cual muestra al teatro debate y la práctica de baile recreativo como importantes para el fortalecimiento de la resiliencia.

### **2.3.6. APORTES DE LAS ARTES ESCÉNICAS A LA PSICOTERAPIA**

Primero, Strauch (2017) en “resignificación de la muerte en el enfoque psicodramático: pérdidas y ganancias del luto” presenta como objetivo analizar las contribuciones del psicodrama y sociodrama al proceso de luto en intervenciones individuales y grupales. En base a ello, el artículo es cualitativo y versa sobre la revisión de conceptos como la muerte, contextos del duelo, aportes de la metodología socio-psicodramática, utilizando casos clínicos, uno de psicodrama bipersonal y experiencia psicodramática temática, centrados en el juego de roles. En relación con los resultados, la catarsis más profunda en psicodrama proviene de la experimentación de realidades suplementarias; es decir, de representar escenas terapéuticas, mediante un diálogo entre el protagonista y la persona que ha muerto, lo que permite el aprendizaje de otra perspectiva. Asimismo, señala la importancia de las fases en el proceso de elaboración y resignificación del duelo: abrazo, fortalecer, revisita, realización simbólica y resignificado. Finalmente, resalta la importancia de la reflexión colectiva a través de realidad suplementaria mediante escénicas psicodramáticas compartidas es fundamental en el proceso de duelo.

Segundo, Gomes (2018) en “el psicodrama en el tratamiento de las dependencias de conducta patológica de jugar y de comprar” plantea como objetivo presentar el mecanismo de evolución de la dependencia de la conducta patológica de compra y juegos. Se desarrollan sesiones semanales

de hora y media de psicoterapia grupal, en personas de edades comprendidas entre 25 y 69 años, durante año y medio, cada paciente fue evaluado y monitoreado por psiquiatras, ya que presentaban grados de ansiedad y depresión. Las técnicas psicodramáticas utilizadas fueron concretización en imagen, inversión de roles, doble, espejo, soliloquio y psicodrama interno. En relación con los resultados, las técnicas utilizadas posibilitan la interconexión con la psicodinámica dependiente, contribuyendo a la reducción o extinción de la conducta compulsiva, porque permite el autocuestionamiento y reconocimiento de diferencias entre dificultades/necesidades de la adquisición, confrontando la satisfacción inmediata y compulsiva; en consecuencia, suscita una reconexión entre la vida y la ampliación de repertorios, enfatizando en la espontaneidad y creatividad, revelando sensibilidades y sentimientos como alegría, confianza, etc., por ende, muestra al psicodrama como práctica eficiente para el tratamiento de estas conductas patológicas.

Tercero, Reyes (2019) en “hacer agua de limón: aplicación del método Core Danzaterapia con personas con VIH” presenta como objetivo fue analizar las transformaciones en la percepción corporal que experimentan personas con VIH por medio de la danzaterapia. La investigación presenta un enfoque cualitativo de tipo etnográfico, utilizando como instrumentos la observación y las entrevistas (elaboradas por los mismos autores) para conocer los cambios emocionales y corporales de los participantes, en relación con ello, desarrollaron 12 sesiones de Core danzaterapia con un grupo de 7 personas, de entre 30 y 45 años. Por ello, primero se plantea el estímulo (emoción, sentimiento), después una reflexión y posteriormente el trabajo



corporal mediante la exploración danzada, este trabajo exploratorio permite la construcción de significados y cambios actitudinales, conlleva a la independencia y reflexión sobre la experiencia del movimiento, generando proceso creativo. Asimismo, la danzaterapia integra mente-cuerpo, originando cambios físicos y psicológicos, aportando a la calidad de vida de personas con VIH, considerando a la danza como herramienta para la resiliencia, porque desde la subjetividad y movimiento corporal construye el proceso emocional.

En base a los estudios citados, las investigaciones de Strauch (2017), Gomes (2018) y Reyes (2019), muestran la efectividad de las intervenciones desde el psicodrama y la danzaterapia, en casos de duelo, conductas patológico y calidad de vida en personas con VIH, respectivamente. Todas las investigaciones de esta categoría enfatizan en las intervenciones desde la espontaneidad y la creatividad, indicando que la catarsis profunda parte del aprendizaje de otras perspectivas, lo que amplía los repertorios de respuesta, facilitando el autoconocimiento y reconocimiento de dificultades. Por ende, podemos evidenciar que las intervenciones desde el psicodrama permiten el autoconocimiento y reflexión de las propias conductas mediante realidades suplementarias, lo que la hace eficiente para la intervención en los casos de duelo y conducta patológica. Asimismo, podemos vislumbrar que las intervenciones desde la danzaterapia permiten la construcción de significados y cambios actitudinales, lo que los hace viables en las intervenciones que buscan la mejora de la calidad de vida como en los casos de personas con VIH.

## **2.4. REFLEXIONES TEÓRICAS SOBRE EL TEMA**

En este capítulo se revisarán los resultados obtenidos en los apartados previos, así como también, aquellas cuestiones que discrepen de la literatura

revisada. En ese sentido, a lo largo de los siguientes párrafos se procurará dar explicaciones críticas a los hallazgos de los estudios citados.

En primer lugar, sobre la relación entre la resiliencia y la salud mental, de acuerdo con Páez (2020) la promoción de la resiliencia genera salud mental, ya que posibilita una visión optimista de las condiciones adversas, generando mayor vínculo con uno mismo y con los demás, dado que en la resiliencia genera estrategias adecuadas para superar las crisis, lo que permite visibilizar la adversidad como una oportunidad. Asimismo, Asencio et al., (2017) muestra que la resiliencia tiene efecto positivo en la salud física y mental, mejorando el bienestar subjetivo y la calidad de vida, porque aporta a la disminución de infartos, aporta al control glicémico y a la disminución de los niveles de colesterol.

En base a ello, Martínez *et al.* (2021) estaría de acuerdo con lo anterior, dado que desarrolla una investigación sobre la resiliencia en enfermeros mexicanos y los factores sociodemográficos y de salud mental asociados, para ello desarrollan un estudio transversal en 556 enfermeros, utilizaron como instrumento el cuestionario general de salud-28 y el inventario de resiliencia. Los resultados muestran bajos niveles de resiliencia en jóvenes, solteros y con menor nivel educativo, también muestra que los predictores de resiliencia fueron niveles bajos de depresión, bajos niveles de disfunción social, búsqueda de información sobre salud mental y alto nivel educativo.

A partir de ello, podemos afirmar que las intervenciones en los atributos de la resiliencia, mejorar favorablemente la salud mental, ya que promover el humor, la actitud positiva, optimismo, autoeficacia y perseverancia dotan a las personas de herramientas que le permiten percibir la adversidad de una forma distinta, por ende, tendrá mayor posibilidad de superar con éxito las situaciones

adversas. Asimismo, podemos evidenciar que los bajos niveles de depresión, baja disfunción social, búsqueda de información sobre salud mental y alto nivel educativo son predictores de resiliencia, ello se debe a que los atributos de la resiliencia permiten afrontar satisfactoriamente situaciones de adversidad, facilitando así la adaptación social, así también la información constante sobre temas relacionados de la salud mental aporta al conocimiento de mejores estrategias para enfrentar los retos en la vida cotidiana.

En segundo lugar, los factores de la resiliencia influenciadas por la práctica de artes escénicas son autoestima, autonomía, habilidades sociales, capacidad para la resolución de problemas, optimismo, humor, sentido de vida, responsabilidad y autocontrol (Castillo y Gallego, 2018; citado en Castaño y Jiménez, 2021), creatividad (Manzano y Caballero, 2019), relaciones interpersonales (Cárdenas et al., 2017), autoeficacia (Meneses et al., 2019), calidad de vida (Mundet et al., 2017); ya que las artes escénicas permiten la expresión de conflictos, tensiones, angustias e incertidumbres de la persona, mediante reflexiones, autoanálisis y aprendizajes aplicables a la vida cotidiana. Asimismo, al ser actividades colectivas, contribuye a la superación de la vergüenza, facilitando la apertura y expresión de ideas/emociones desde la flexibilidad, fluidez, originalidad y elaboración.

En relación con lo anterior, la American Psychological Association (APA, 2018) estaría de acuerdo, ya que refiere que los factores más importantes de la resiliencia son las relaciones de confianza, realizar planes realistas, visión positiva de uno mismo, autoconfianza, habilidades comunicativas, resolución de problemas, autocontrol. Asimismo, refiere a diez formas de fortalecer la resiliencia, siendo estas establecer buenas relaciones, evitar percibir las crisis

como obstáculos insuperables, aceptación del cambio constante, direccionar hacia las metas, llevar a cabo acciones decisivas, buscar oportunidades para el autodescubrimiento, cultivar una visión positiva de uno mismo, evitar magnificar los eventos dolorosos, no perder la esperanza y autocuidado.

En base a lo mencionado, podemos afirmar que practica de las artes escénicas aporta al desarrollo de los factores de la resiliencia, estos factores permiten una adaptación positiva de la persona a diversas situaciones, en ese sentido, la práctica de las artes escénicas posibilita la resiliencia y, en consecuencia, el bienestar y la calidad de vida. Asimismo, de acuerdo a las formas de fortalecimiento de la resiliencia que menciona la APA, estas pueden ser realizadas desde la práctica de artes escénicas y están estrechamente relacionadas con los factores de la resiliencia que pueden ser fortalecidas mediante la práctica de teatro o danza, de esa manera estas artes son posibilitadoras de la resiliencia, porque fortalecen los factores intrapersonales e interpersonales necesarios para la resiliencia, siendo un elemento importante para las intervenciones que tengan como objetivo el fortalecimiento de la resiliencia.

En tercer lugar, se presentaron los enfoques: psicoanalítico, gestáltico y de la mediación artística; siendo este último que guarda relación con el tema, ya que sustenta que la resiliencia se estimula mediante producciones artísticas, explicando que el desarrollo de talleres posibilita la superación de dificultades, dado que, las creaciones artísticas permiten representar simbólicamente el trauma para transformarlo. Asimismo, desarrolla capacidades humanas como creatividad, introspección, humor, independencia, habilidades sociales, iniciativa y espiritualidad. En ese sentido, los talleres sustentados en la mediación artística

muestran a las artes escénicas como promotor de la resiliencia (Paczkowski, 2020; citado en Cabrera *et al.*, 2022).

Adicionalmente, Flores *et al.*, (2021) sostiene que, en el proceso de mediación artística, las artes escénicas son herramientas de promoción de la salud y de la inclusión socio-comunitaria; ya que fomenta cultura, espacios seguros de empoderamiento y resiliencia (Mundet *et al.*, 2017), lo que facilita el desarrollo personal desde el aprendizaje a través del sentir, actuar y pensar. Asimismo, se considera una herramienta de acompañamiento del proceso de creación artística con objetivos socioeducativos (Moreno, 2016).

En base a todo lo mencionado, podemos afirmar que las expresiones dramáticas, juegos teatrales, movimientos corporales, expresiones simbólicas y puestas en escena pertenecientes a la danza, teatro y circo son vislumbradas como herramientas de transformación individual y colectivo. En ese sentido, las artes escénicas cobran un papel significativo en el fortalecimiento de la resiliencia; dado que, la persona asume un rol participativo en las creaciones artísticas, lo cual le permitirá representar aquellos sentimientos, emociones y pensamientos limitantes, lo que causará nuevas perspectivas de vida en su actuar sentir y pensar.

En cuarto lugar, respecto a los modelos teóricos sobre el tema. Por un lado, la teoría de la mediación artística muestra que la relación entre el arte y la resiliencia suscita en 3 dimensiones: el arte y lo creativo, espacio relacional y taller de creación, señalando que estas dimensiones influyen en la percepción y bienestar de los participantes, muestra a la resiliencia como parte de todo el proceso de creación, fortaleciendo a la resiliencia desde sus factores. Por otro lado, la teoría de la espiral psicodramática plantea la representación de una sesión psicodramática, que refleja los niveles reales e imaginarios para favorecer la

catarsis, siendo elemento imprescindible la espontaneidad, dividiendo las sesiones en caldeamiento, dramatización y compartir la experiencia, ello posibilita un puente intrapsíquico entre el pasado y el presente, facilitando la recuperación de traumas del pasado, mostrando a la resiliencia como fruto de la superación del trauma y el aprendizaje de nuevas perspectivas de vida.

En base a ello, Moreno (2022) plantea diferencias entre las intervenciones que sustentan sus bases en la mediación artística y en la arteterapia. El primero, refiere al acompañamiento socioeducativo del proceso creativo, a individuos, grupos y comunidades, cuyo objetivo es mejorar el bienestar, inclusión social, desarrollo comunitario para una cultura de paz. El segundo, refiere a la psicoterapia por el arte, objetiva mejorar la salud mental, superación de los problemas psicológicos y aliviar malestar psíquico, bajo esta base surgen terapias específicas como el psicodrama y DMT. Asimismo, el autor menciona que para la mejora de la situación personal y/o social, dependerá de la formación profesional y de los objetivos de las intervenciones, del rol del profesional, del planteamiento de las sesiones y del encuadre.

En base a los elementos citados, podemos afirmar que para el fortalecimiento de la resiliencia desde las artes escénicas existen dos posturas, la mediación artística, que utiliza las artes escénicas como herramientas para el acompañamiento socioeducativo en distintos contextos para contribuir al bienestar; y, la arteterapia, que utiliza a las artes escénicas para el proceso psicoterapéutico y mejora de la salud mental. En ese sentido, en la presente investigación se considera que las artes escénicas utilizados como herramientas en la arteterapia brinda más beneficios al fortalecimiento de la resiliencia que desde la mediación artística, por ende, la aplicación de las artes escénicas en

contextos terapéuticos requiere de una especialización en este tipo de artes. Así también, hay que puntualizar que, si bien se encuentra mejores beneficios desde la arteterapia, cabe puntualizar que la mejora del individuo o grupo dependerá también del objetivo que plantee el profesional, el rol que tome en la intervención, el encuadre y el planteamiento de las sesiones.

En quinto lugar, sobre la efectividad de las artes escénicas para el fortalecimiento de la resiliencia, se refleja las diferencias entre las intervenciones tradiciones y las intervenciones que utilizan las artes escénicas. En ese sentido, se muestra que las intervenciones psicoeducativas, intervenciones terapéuticas breve, intervenciones basadas en atención plena son poco efectivas para el fortalecimiento de la resiliencia, en algunos casos presentan efectos adversos (Cerquera y Pabón, 2015; Sánchez, 2016; Kunzler *et al.*, 2020), mientras que el caso de las intervenciones que utilizan estrategias basadas en artes escénicas mejora factores de la resiliencia desde espacios de creación simbólica (Martínez, 2018); asimismo las artes escénicas fortalecen la resiliencia por presentar los elementos de aprendizaje sensible, libertad, representación simbólica, transformación creativa y enfoque contextual (Paczkowski, 2020; citado en Cabrera *et al.*, 2022).

En adición a ello, Chmitorz *et al.* (2018) señala que actualmente existen tres tipos de intervenciones para el fortalecimiento de la resiliencia. Uno, antes de la exposición al factor estresante; es decir, se capacita de manera preventiva para la exposición a factores estresantes que experimentarán los participantes, luego del desarrollo de la intervención se realiza la exposición al estresor, posterior a ello, se evalúa la eficacia de la intervención en la prevención de disfunciones mentales. Segundo, durante la exposición a factores estresantes; es decir, los

programas de desarrollan en individuos que están expuestos a factores de riesgo en modo de prevenir disfunciones mentales posteriores, desarrollan evaluaciones de seguimiento que permiten evaluar los efectos del entrenamiento. Tercero, después de la exposición al factor estresante; es decir, desarrollado posterior de factores generalmente impredecibles en modo de prevención o tratamiento de las disfunciones mentales y los efectos se evalúan antes y después de la intervención.

En base a lo mencionado, las intervenciones que utilizan las artes escénicas pueden ser aplicadas en los tres tipos de intervenciones para el fortalecimiento de la resiliencia; como, por ejemplo, el uso del teatro para prevención de trastornos mentales (Bellavista y Mora, 2019), aplicación de psicodrama para tratamiento de ansiedad y depresión (Nuñez et al., 2022) y psicodrama en mujeres víctimas de violencia (Lizano, 2017; citado en Llanos, 2020). Asimismo, podemos afirmar que las intervenciones tradiciones no poseen efectos significativos en la resiliencia (Morelato *et al.*, 2019). Mientras que intervenciones que utilizan las artes escénicas poseen efectos significativos y benéficos para la resiliencia, asimismo no presenta efectos adversos, siendo importante acorde al principio de la bioética de beneficencia y no maleficencia.

En sexto lugar, sobre los aportes de las artes escénicas a la psicoterapia. Primero, su posibilidad de desarrollar intervenciones grupales de manera lúdica, promoviendo la expresividad, la mejora de las relaciones interpersonales, permitiendo acciones colectivas a través del fortalecimiento de vínculos y amistades. Segundo, se muestran como herramientas para la intervención de casos de duelo (Strauch, 2017), conductas patológicas de juego y compra (Gomes, 2018) y mejora de la calidad de vida en pacientes con VIH (Reyes, 2019), ya que parten desde espontaneidad y la creatividad, enfatizando que la catarsis parte desde el



aprendizaje de otras perspectivas, lo que genera otras formas de respuesta en futuras adversidades. Asimismo, tiene efecto porque posibilitan la movilización del trauma, permiten la expresión de conflictos, crisis, tensiones, angustias e incertidumbres de la vida cotidiana, lo cual conlleva a la construcción de paz, mediante la estimulación de la creatividad, la empatía, la imaginación, el autoanálisis y el trabajo en grupo.

Adicionalmente, de acuerdo con American Dance Therapy Association (ADTA, 2015) y Herranz (2018); existen diferencias sobre la aplicación de las artes escénicas como terapéuticos (arteterapia) y como recursos de intervención (mediación artística). Los primeros son campo de la psicoterapia que implica la formación clínica, entrenada para intervención en contenidos emocionales, trabaja directamente la relación entre psicoterapeuta y cliente, trabaja a partir del repertorio del paciente y permite el procesamiento de contenidos emocionales que aparecen en las sesiones, como el caso del DMT, biodanza, y psicodrama. En cambio, los segundos hacen referencia a actividades que puede ser desarrolladas en escuelas o comunidades por un facilitador que va a promover el trabajo en grupo a través de propuestas estructuradas, pero los contenidos emocionales que susciten no son explorados clínicamente, como en el caso del teatro social, teatro-debate, baile recreativo.

A partir de todo lo mencionado, es importante detallar que la simple práctica de artes escénicas no aliviará la sintomatología de una persona que presente disfunciones mentales graves, ya que es importante la intervención de terapeutas especialistas que contribuyan a sobrellevar la problemática del paciente; y como lo señala Rodríguez (2020): la aplicación de actividades artísticas no promueve la resiliencia por si sola, sino que requiere la guía de

terapeutas especialistas, por lo que es importante la especialización de profesionales de la salud mental si quieren incluir las artes escénicas en sus intervenciones. Es decir, las intervenciones que utilicen las artes escénicas desde la mediación artística aportan a la resiliencia, pero en casos no se presente sintomatología clínica se requiere de una derivación a psicoterapeutas capacitados para manejar los contenidos emocionales.

En ese sentido, podemos evidenciar que las intervenciones desde las artes escénicas poseen gran efectividad en la intervención, promoción y prevención de diversas enfermedades, tanto de salud física como mental, lo que directamente estas intervenciones se vislumbran como herramientas imprescindibles para fomentar la resiliencia, en diversas poblaciones como niños, adolescentes, adultos, adultos mayores. Asimismo, las terapias desde las artes escénicas muestran gran flexibilidad y adaptabilidad a distintos contextos, por ende, las terapias como danza movimiento terapia y psicodrama poseen gran efectividad en las intervenciones terapéuticas, por lo cual son importantes a tomar en cuenta para el fortalecimiento de la resiliencia, así como los factores necesarios para el bienestar psicológico de las personas y sociedades.

En séptimo lugar, Grajales (2018, citado en Llanos, 2020) sostiene que las intervenciones con enfoque sistémico, diferencial y de derechos, que integran las expresiones culturales de la comunidad de intervención, logran desarrollar recursos de resiliencia a niveles personales, familiares y comunitarios, por lo que considera a las artes como instrumentos de resiliencia para la transformación individual y colectiva, dado que, según el autor, a través del arte se generan espacios de esparcimiento colectivos que integra a diferentes personas, lo que les

permite compartir ideas que reflejan la realidad de una sociedad, colectivo o comunidad, lo cual impulsa una cohesión entre sus miembros.

En ese sentido, Bang y Wajnerman (2020), estarían a favor de lo anteriormente mencionado, dado que, en su investigación titulada “arte y transformación social: la creación artística colectiva, entre lo colectivo y lo comunitario”, las autoras plantean seis características del proceso de creación artística colectiva para la transformación social. Primero, la perspectiva crítica, porque el proceso creativo colectivo instrumentaliza la reflexión sobre las problemáticas que atraviesan los participantes, para promover una toma de posición activa ante la realidad. Segundo, la interrelación entre la estética y la política; porque existe una riqueza en cada lenguaje artístico: movimientos, gestos, formas, sonoridades, palabras, acogiendo diversos géneros y modalidades (estético); y, porque como el simple hecho de ser participante se ejerce derechos vinculados con procesos de participación comunitaria y ciudadana (político). Tercero, la transformación social, basados en la modificación de estructuras subjetivas a nivel individual, grupal, organizativa y comunitaria, ello se plantea con intencionalidad en las intervenciones, partiendo de la posibilidad que tiene el arte para manifestar y descubrir ideas. Cuarto, aspectos metodológicos, estos pueden desarrollarse de diversas formas, a raíz carácter colectivo, pero buscando articular la diversidad en sus múltiples dimensiones. Quinto, el sujeto y la subjetividad, se busca la sensibilización en busca de sujetos activos en la transformación de su realidad de manera conjunta, donde está implicada el desarrollo de la creatividad. Finalmente, el convivio; es decir, las presentaciones artísticas a la comunidad, estas generan un encuentro particular, que produce novedad y sorpresa, en la relación entre obra, artista y público. Entonces, podemos

notar que los elementos mencionados por Bang y Wajnerman hacen posible una transformación colectiva desde las artes, tal como lo señala Grajales al indicar que las artes transforman a nivel individual y comunitario.

Asimismo, Garzón y Meza (2019) amplían lo mencionado por Grajales, dado que en su investigación “La Eskina del barrio: una experiencia de transformación social juvenil”, detallan cinco estrategias de una organización juvenil colombiana que ha generado transformación social en su comunidad. Primero, identidad cultural, se establece procesos de identificación mediante el arte y sentido de pertenencia, denominado dentro de la organización como “cultura urbana”. Dos, la participación, mediante la organización desarrolla agentes activos comprometidos con el grupo y con la comunidad. Tres, formación, se desarrollan actividades educativas gratuitas de música, comercialización y producción. Cuatro, construcción de territorio, mediante la búsqueda de la expresión y reconocimiento de su contexto social, político y cultural, lo que los direcciona a buscar cambios importantes en su comunidad. Cinco, tejido social, dado que propone a través de los talleres discursos de paz y convivencia, dotando de herramientas a jóvenes para la construcción de proyectos de vida. Entonces, podemos notar que tanto Grajales, como Bang y Wajnerman, y, Garzón y Meza, señalan elementos complementarios para el desarrollo de la resiliencia mediante las actividades enfocadas en el arte para una transformación social.

A partir de lo mencionado, podemos afirmar que la práctica de actividades artísticas colectivas transforma individuos, colectivos, comunidades y sociedades. Del mismo modo, los autores Bang y Wajnerman, Garzón y Meza, y Grajales coinciden en que el principal objetivo de la utilización de métodos artísticos en programas es la transformación social, dado que la práctica de las artes genera

vínculos sociales, sentido de pertenencia, identidad cultural y cambio en las perspectivas de los participantes con relación a sus vidas, esto genera agentes comunitarios participativos capaces de liderar iniciativas para posibilitar un cambio positivo de su entorno social, hecho que favorecerá a todos los miembros de la comunidad. En ese sentido, podemos afirmar que la resiliencia en la práctica de artes colectivas se gesta en función del “otro”; porque ya no desarrolla actividades artísticas por satisfacción o relajación, sino para compartir espacios colectivos, donde el individuo llega a formar sentimientos de pertenencia, lo cual es un factor motivacional que reforzará su conducta de participar en actividades que involucre a su colectivo.

Asimismo, el estar ligados constantemente a un grupo artístico, va a provocar cohesión y vínculo emocional hacia este, el cual es una red de apoyo importante para la persona, siendo así un factor protector ante futuras adversidades; tal como lo menciona Rascón (2017), en situaciones adversas es fundamental contar con redes de apoyo tanto personales como institucionales que brinden acompañamiento, afecto y ayuda necesaria. Entonces, los grupos artísticos en el que se encuentra el individuo vendrán a ser redes de soporte emocional ante eventos que puedan desencadenar crisis en la persona, razón por la cual es importante el desarrollo de intervenciones grupales si se va a trabajar con metodologías artísticas, y siempre tomando en cuenta las características culturales del entorno para lograr mayores niveles de adhesión por parte de los participantes, por ende, podemos afirmar que las intervenciones que utilizan artes escénicas poseen mayor efectividad al desarrollarse de manera grupal que individual, ello se muestra en el modelo teórico de la mediación artística, así como en las investigaciones mencionadas anteriormente.

## 2.5. IMPACTO TEÓRICO Y SOCIAL

En el presente apartado se explica la contribución de la investigación a las áreas específicas de la psicología. Seguidamente, se detalla los aportes a la práctica profesional de la psicología, así como a la realidad peruana.

### **Aportes a las áreas de la Psicología:**

En primer lugar, se encuentra la Psicología Positiva, dado que la resiliencia surge de esta rama, que según Páez (2020) se centra en los componentes que mejoran la calidad de vida de las personas, focalizando sus esfuerzos en potenciar los recursos y fortalezas de las personas y grupos sociales. Entonces, a partir de la definición de la Psicología positiva, podemos notar que la resiliencia es un elemento importante para el fortalecimiento de las personas. En ese sentido, en la presente investigación se ha recabado diversas perspectivas sobre cómo la psicología positiva se ve beneficiada con el estudio de la resiliencia desde las artes escénicas, identificando que la práctica de artes escénicas fortalece recursos personales e interpersonales, siendo el principal la resiliencia; tal como se evidenció en la investigación elaborada por Retiz (2016, citado en Durand *et al.*, 2020), en el que demuestran que aquellos jóvenes ligados a las artes escénicas presentan mayores niveles de bienestar y desarrollan respuestas resilientes, dado que la práctica de estas artes permite el fortalecimiento del autoconcepto positivo, autoconocimiento, expresión de emociones, desarrollo de habilidades sociales y conductas prosociales.

Asimismo, en la presente investigación se amplía información acerca de recursos (artes escénicas) para potenciar la resiliencia de los jóvenes, lo que permitirá una proyección de intervenciones comunitarias futuras bajo el enfoque de la psicología positiva, en el que se tome en cuenta las artes escénicas como el

baile y el teatro, tomando como propuesta el programa desarrollado por Soares y Brandão (2017), quien aborda el fortalecimiento de la resiliencia a través del teatro, planteando seis talleres de juegos teatrales, divididas en tres fases, con las temáticas juventud, vulnerabilidad, resiliencia y uso de recursos teatrales; sus resultados reflejan que el uso de estos juegos fortalece la resiliencia de los participantes, dado que, refuerza el autoconocimiento, autovaloración, creatividad, estrategias de afrontamiento, control de emociones, humor, autoeficacia y redes de apoyo.

En segundo lugar, en la Psicología de la salud, según Palacios y Pérez (2017) esta rama se interesa por las conductas asociadas con las enfermedades físicas donde la calidad de vida y el bienestar son indispensables, también estudia los factores psicológicos consecuentes de la enfermedad física, del diagnóstico, tratamiento, e implicaciones afectivas de la persona. En relación con lo anterior, Alzate y Samacá (2016) y Bellavista y Mora (2019) indican que las artes escénicas pueden ser utilizadas en el ámbito de la promoción de la salud y prevención de enfermedades como trastornos alimenticios, trastornos del espectro autista, adicciones, demencia y episodios psicóticos. Es así como, la presente investigación contribuye a la psicología de la salud, demostrando que el uso de estas artes escénicas fortalece la resiliencia de los pacientes, facilitando la expresión de emociones y pensamientos, contribuyendo a la toma de conciencia sobre las conductas de riesgo y modificando estilos de vida, lo cual se ha dado a conocer en el estudio desarrollado por Magalhães *et al.* (2017), ya citado con anterioridad, donde sustentan que la práctica de danza fortalece la resiliencia mediante “la creación y la creatividad”; es decir, las creaciones coreográficas posibilitan la movilización del trauma, porque permite la representación de

vivencias y experiencias emocionales utilizando el cuerpo como instrumento, lo cual estimula la imaginación y la creatividad, conduciendo a la autosuperación y al resignificado de sus vidas.

Asimismo, en la presente investigación se evidencia que la aplicación de las artes escénicas para el fortalecimiento de la resiliencia contribuye a la Psicología de la salud en el desarrollo de programas para disminuir las secuelas en casos de violencia, lo cual se detalla en el estudio ya citado, desarrollado por Lizano (2017; citado en Ponce y Tarazona, 2020), quien muestra la efectividad del uso de psicodrama en mujeres víctimas de violencia, desarrollando un estudio comparativo bajo un enfoque psicoanalítico, utilizando las técnicas: inversión de roles, soliloquio, doblar, proyección hacia el futuro, espejo y dramatización; estructurado en 6 sesiones de 1 hora semanal. Los resultados muestran como la resiliencia se ve fortalecida a nivel individual y colectivo.

En Tercer lugar, en la Psicología comunitaria, que según Vásquez (2017) es una disciplina que aborda los procesos de cambio social desde una perspectiva crítica y práctica, utilizando como metodología el desarrollo de organización y participación para potenciar la capacidad de la comunidad de dirigirse hacia proyectos y acciones definidas por ellas mismas. De manera complementaria, Martínez (2020) sostiene que la disciplina teatral contribuye a la integración y participación comunitaria, así como a la apertura de espacios de reflexión para el intercambio de opiniones, lo que genera cambios sustanciales. En ese sentido, la presente investigación aporta a la Psicología comunitaria, ya que la inclusión de las artes escénicas a las intervenciones sociales fortalece la resiliencia comunitaria, mediante el desarrollo de redes de apoyo, lo que mejora las estrategias de afrontamiento contra la violencia urbana, como se muestra en los



talleres de “teatro social”, desarrollado en el estudio ya citado, de Meneses *et al.* (2019), mediante un diseño investigación-acción utilizan el teatro popular para el fortalecimiento del humor social y, de esa manera, afrontar la violencia urbana. En ese sentido, desarrollan talleres de “teatro social”, bajo un enfoque crítico social para generar agentes comunitarios. Los talleres se estructuraron en tres fases. Primero, se identificaron las problemáticas presentes en la comunidad. Segundo, se desarrollaron representaciones teatrales relacionadas con las temáticas identificadas. Tercero, se desarrollan grupos focales para la búsqueda de alternativas de solución y su posterior ejecución, logrando la participación de niños, jóvenes, adultos y adultos mayores. Los resultados indican que el uso del teatro popular promueve la autoeficacia comunitaria, fortalece la capacidad de afrontamiento ante la violencia urbana, constituyendo una herramienta para el desarrollo de la resiliencia comunitaria que permite el control social desde la crítica, el sarcasmo y los chistes.

### **Aporte a la práctica profesional:**

A continuación, se presenta el aporte a la práctica profesional de la Psicología. Seguidamente, se detalla acerca de aportes a la realidad peruana.

De manera general, esta investigación aporta al brindar conocimientos concretos sobre el fortalecimiento de la resiliencia desde la práctica de artes escénicas en jóvenes, incluyendo la movilización de factores protectores como la autoestima, autonomía, asertividad, empatía, liderazgo, resolución de conflictos y habilidades sociales como se ha presentado en las investigaciones de Balanzó *et al.* (2019), Torres *et al.* (2020) y Saavedra *et al.* (2015); además se ha evidenciado el conocimiento de técnicas de las artes escénicas que fortalecen la resiliencia individual y comunitaria desde dos enfoques: mediación artística como el “teatro

social” (Meneses *et al.*, 2019), “Teatro-debate” (Freitas *et al.*, 2017); y desde la arteterapia como “sufrimiento en el escenario” (Herranz, 2018), “psicodrama” (Lizano, 2017; citado en Ponce y Tarazona, 2020), “trabajo desde la corporeidad” (Magalhães *et al.*, 2017). Siendo las primeras herramientas de acompañamiento socioeducativo, mientras que los otros de uso psicoterapéutico. En ese sentido, el aporte principal refiere al uso de la mediación artística, ya que, la evidencia indica que favorece el fortalecimiento de factores protectores internos y externos, por ende, son útiles para las intervenciones para la prevención y promoción de la resiliencia y salud mental en la población, que faciliten la identificación de problemas psicológicos en la población para ser derivados para un tratamiento en terapias más especializadas.

Adicionalmente, cabe señalar que, otro aporte de esta investigación es la contribución al desarrollo teórico sobre el fortalecimiento de la resiliencia desde un enfoque de las artes escénicas. Si bien se han presentado modelos y teorías, es evidente el vacío de información que existe sobre el tema en Latinoamérica, por lo que este estudio contribuye con nuevas concepciones para investigaciones teóricas a los profesionales de la salud mental interesados en el tema desarrollado.

Finalmente, se brinda ejemplos sobre los aportes señalados. Por un lado, se contribuye con conocimiento teórico para el desarrollo de futuros programas que utilicen metodologías artísticas para abordar casos psicoterapéuticos, porque el trabajo desde las artes escénicas permite la expresión de traumas, angustias y tensiones. En ese sentido, se halló que el trabajo desde la corporeidad mediante la práctica de danza en pacientes psiquiátricos favorece su mejora y estabilidad, como se muestra en el estudio de Magalhães *et al.* (2017), ya citada con anterioridad, quien analiza el caso de una paciente con esquizofrenia,

identificando cambios en su corporeidad desde la práctica de danza, encontrando una evolución, argumentando que la práctica de danza posibilita el reconocimiento de su cuerpo y de sí, contribuyendo al establecimiento de vínculos y sentido de pertenencia. Por otro lado, se encontró que la técnica “sufrimiento en el escenario”, perteneciente al psicodrama, pueden ser aplicados para la mejoría de pacientes psiquiátricos como se encontró en la investigación, citada anteriormente, de Herranz (2018), que propone representaciones teatrales espontáneas de personajes relacionados con el trauma del paciente, incitando a confrontar los miedos más profundos, evidenciando la posibilidad de utilizar el psicodrama en casos de alucinaciones auditivas, conductas autolesivas, estrés postraumático y trastorno límite de la personalidad. A partir de todo lo mencionado, podemos evidenciar que la aplicación de las artes escénicas contribuye a la mejoría en casos psiquiátricos, lo que brinda una mayor posibilidad de ser utilizados en intervenciones psicoterapéuticas.

### **Aporte a la realidad peruana:**

En el Perú, 7 de cada 10 peruanos han visto afectada su salud mental, mostrando un incremento significativo de casos de ansiedad y depresión (Garay, 2020), así como mayores niveles de irritabilidad e ira (Shanahan *et al.*, 2020) a causa del aislamiento social, lo cual muestra una necesidad del fortalecimiento de la resiliencia, ya que la promoción de la resiliencia favorece una mejora en la salud mental.

A raíz de la situación, el modelo posible de aplicar en las intervenciones en nuestro país es el modelo de mediación artística propuesta por María Paczkowski, que relaciona el arte y al resiliencia, demostrando que las intervenciones desde las artes escénicas se basan en 3 dimensiones: el arte y lo creativo, el espacio

relacional y taller de creación, señalando que estas dimensiones influyen en la percepción y bienestar de los participantes, y muestra a la resiliencia como parte de todo el proceso de creación, fortaleciendo a la resiliencia desde sus factores.

En base a lo mencionado, dicho modelo puede ser aplicado a la realidad de las familias peruanas para el fortalecimiento de la resiliencia, como se muestra en el caso de la asociación “Susoespai”, desarrollado Paczkowski (2020, citado en Cabrera et al., 2022) que, mediante una investigación cualitativa e interpretativa, muestran como las prácticas artísticas en personas adultas con problemáticas de salud mental de la atención primaria fortalecen su resiliencia desde actividades artísticas. Los resultados muestran que la práctica de las actividades artísticas de la asociación mejora factores intrapersonales e interpersonales de los participantes.

Del mismo modo, se recopiló instrumentos con relación a la resiliencia desde las artes escénicas, los resultados indican que, a nivel de Latinoamérica no existe un instrumento que mida la resiliencia aplicada en jóvenes que practiquen artes escénicas. Sin embargo, en la presente investigación se identifica la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993, citado en Truan *et al.*, 2020), siendo el más utilizado y difundido, en Latinoamérica, también fue adaptado y estandarizado en jóvenes de Lima-Perú. Adicionalmente, se identificó el instrumento de origen brasileiro: “Escala de Autoeficiencia para Bailarines (AEBAI)”, aplicado en jóvenes bailarines, pero actualmente no está traducido al castellano, tampoco está fue adaptado a otros países de Latinoamérica.

Asimismo, tras recabar información, se evidencia que a través del uso de las artes escénicas se puede trabajar el fortalecimiento de la resiliencia en personas que atraviesan procesos de duelo no cerrados, dado que la práctica de estas artes

brinda experiencias de paz mediante la expresión de emociones, lo cual contribuye al abordaje de los casos de duelo que atraviesan en la actualidad las familias peruanas. Entonces, para favorecer la aplicación, se propone la técnica “sufrimiento en el escenario”, que se basa en sesiones improvisadas de psicodrama, como fue aplicada, en el estudio ya citado de Herranz (2018), evidenciando que las sesiones de esta técnica facilitan la liberación de traumas, miedos y emociones, mejorándose la autoestima y el autoconocimiento, contribuyendo a la superación/recuperación de secuelas de situaciones adversas. A partir de lo anterior, se propone el uso de las artes escénicas en personas que atraviesan procesos de duelo, esto desde un enfoque psicoanalítico (psicodrama) y humanista existencial.

Adicionalmente, en las líneas redactadas se ha evidenciado que las intervenciones en las artes escénicas presentan mejores resultados cuando utiliza como estrategias las intervenciones grupales. En ese sentido, se evidenció que las intervenciones desde el teatro espontáneo “teatro-debate (T-D)” son intervenciones que presentan mejores efectos en el fortalecimiento de la resiliencia desde actividades grupales y colectivas, ello se evidenció en Freitas *et al.* (2017), quienes desarrollan una investigación sobre T-D; generalmente se elige un tema, luego se desarrolla un debate, posterior a ello se realiza una representación y al final se desarrolla un diálogo sobre las representaciones. Respecto a sus potencialidades, de detalla que la acción colectiva genera transformación, ya que permite las relaciones sociales, desde la espontaneidad y creatividad, lo que estimula la resiliencia de los participantes.

Finalmente, en la presente investigación se ha puesto en evidencia que el trabajo desde las artes escénicas favorece el fortalecimiento de la resiliencia en

poblaciones con capacidades diferentes. En ese sentido, se evidenció que el “teatro artístico” es una herramienta para el empoderamiento de personas con capacidades diferentes, ya que promueve espacios de autoconocimiento, ello se mostró con anterioridad en Torres *et al.* (2020), quienes mediante una revisión bibliográfica, evidencian que la práctica de actividades artísticas (teatro) promueve espacios de inclusión, autoexploración, expresión y aceptación, hecho que desarrolla actitudes como autoconcepto y autoestima saludable, concluyendo que el teatro empodera, lo cual posibilita el crecimiento personal y grupal, sin diferenciar las capacidades. De igual manera, en la presente investigación, se pone en relieve que los talleres de “teatro social”, bajo un enfoque social crítico generan agentes comunitarios, contando con la participación de niños, jóvenes, adultos y adultos mayores, sin exclusión alguna por sus capacidades, ello se muestra en la investigación citada con anterioridad de Meneses *et al.* (2019), quienes desarrollan talleres teatrales estructurados en tres fases. Primero, se identificaron las problemáticas presentes en conjunto con la comunidad. Segundo, se desarrollaron representaciones teatrales relacionadas con las temáticas identificadas. Tercero, se desarrollan grupos focales para la búsqueda de alternativas de solución y su posterior ejecución. Lo anterior nos muestra que al teatro social es una herramienta de intervención comunitaria que incluye a toda la comunidad, sin importar la existencia de personas con discapacidad.

### 3. CONCLUSIONES

A continuación, se resumirá críticamente los puntos hallados a lo largo de la revisión, teniendo en cuenta los objetivos e información pertinente que enriquezca los resultados de esta investigación. Asimismo, se realiza aportes personales como investigador. Finalmente, se detallan las limitaciones y se brindan recomendaciones para futuras investigaciones respecto al tema.

- Sobre el punto 1, la problemática surge a partir de la situación actual de la pandemia, ya que ha ocasionado cambios radicales en la vida humana, generando mayores niveles de estrés e ira (Shananahn *et al.*, 2020), lo cual muestra a la resiliencia como un factor importante para enfrentar las adversidades del contexto actual, por lo cual surgió la necesidad de generar conocimiento sobre las herramientas de soporte para afrontar la “nueva normalidad”. En este punto, autores como Barzilay *et al.* (2020), Botero y Rocha (2017), Díaz *et al.* (2018) Alejo *et al.* (2015) y Retiz (2016, citado en Durand *et al.*, 2020) concuerdan que el arte es una herramienta que fortalece la resiliencia. Tomando ello como base, se planteó como objetivo conocer el impacto teórico de la resiliencia en el ámbito de las artes escénicas en jóvenes de 18 a 24 años desde el 2015 hasta el 2020 en Latinoamérica, ya que esta población presenta mayor vulnerabilidad en áreas como la salud, economía, educación, participación, y violencia (Fondo de la Población de Naciones Unidas – UNFPA, 2015).
- Sobre el punto 2.1., conceptualización y alcance del tema, refirió al desarrollo histórico del estudio de la resiliencia, su conceptualización actual, sus enfoques, sus factores, su relación con la salud mental y con las artes escénicas. Posteriormente, se explica los factores de la resiliencia influenciadas por la práctica de las artes escénicas, los enfoques que los relacionan, las teorías que los

vinculan y se argumenta sobre la efectividad de las artes escénicas para el fortalecimiento de la resiliencia.

En ese sentido, la resiliencia fue estudiada desde tres escuelas principales: anglosajona, europea y latinoamericana, siendo tomadas para la presente investigación la latinoamericana. Respecto a la definición de la resiliencia, requiere de elementos como atribución, esencia, condición, objetivo y recursos, en base a ello, se toma la definición planteada por Aguilar et al., (2019): considerada como proceso dinámico entre factores de riesgo y protección, tomando en cuenta el entorno como elemento importante en su configuración. Posteriormente, se menciona los enfoques: psicoanalítico, sistémico y positivo, los tres consideran a la resiliencia como proceso dinámico que implica factores internos y externos al individuo. Asimismo, se plasman los factores presentes en el fortalecimiento de la resiliencia, como lo son los factores de riesgo y protección, estando dentro de estos los pilares de la resiliencia (introspección, independencia, capacidad para relacionarse, iniciativa, humor, creatividad, moralidad y autoestima), así como factores como resolución de problemas, optimismo, responsabilidad, control de emociones y sentido de vida, siendo factores importantes para la salud mental.

Seguidamente, se detalla los enfoques teóricos: psicoanalítico, gestáltico y la mediación artística, siendo considera la última para la presente investigación; dado que, muestra a las artes escénicas como herramientas que permiten el desarrollo de capacidades individuales y colectivas mediante talleres socioeducativos. En ese sentido, se presentan dos modelos teóricos sobre el tema, la teoría de mediación artística y la teoría de la espiral psicodramática, considerando a la primera teoría como base para la investigación, ya que muestra



como los factores de la resiliencia se ven fortalecidas en las intervenciones que utilizan actividades artísticas. En base a ello, se sostiene que el principal factor de relación entre las artes escénicas y la resiliencia es el autoconocimiento; dado que, desde las artes escénicas enfatizan en la exteriorización de emociones, sentimientos y pensamientos desde una mirada externa, lo cual son herramientas importantes para la resiliencia, ya que el conocimiento de las propias habilidades permitirá reforzar aquellas debilidades, lo que permite en desarrollo personal.

Finalmente, se refleja la efectividad de las artes escénicas para fortalecer la resiliencia, demostrando que las intervenciones tradicionales presentan poca/baja efectividad, incluso algunas presentan efectos adversos, mientras que las intervenciones mediante la aplicación de artes escénicas se muestran como efectivas en diversos casos como duelo, mejora de la calidad de vida, conductas patológicas, etc., ya que contienen elementos como aprendizaje sensible, libertad, representación simbólica, transformación creativa y enfoque contextual.

- Sobre el punto 2.2., que refiere a métodos de estudio sobre el tema, prevalecen los estudios cualitativos con diseño narrativo como de Magalhães *et al.* (2017) y Romero (2015), estas investigaciones buscan conocer el fortalecimiento de la resiliencia. Por otro lado, en el caso de estudios cuantitativos se orientan a la indagación de correlaciones de la resiliencia con otros constructos (autoeficacia, motivación, bienestar, etc.) como en Lazier (2016) y Retiz (2016, citado en Durand *et al.*, 2020). Asimismo, la semejanza entre los estudios cualitativos y cuantitativos es que en ambos casos se desarrolla en jóvenes o colectivos juveniles que practican artes escénicas en contextos de vulnerabilidad.

Asimismo, respecto a instrumentos, los más utilizados son cualitativos como entrevistas semiestructuradas elaborados por los propios investigadores

como en Soares y Brandão (2017), Monárrez (2017; citado Rosas y Salguero, 2020), Meneses *et al.*, (2019) y Grajales (2018, citado en Llanos, 2020). En el ámbito cualitativo, el instrumento más utilizado y validado en países como Argentina, México y Perú es la escala de resiliencia de Wagnlid y Young, creado en los Estados Unidos en 1993, y mide la resiliencia en adolescentes, jóvenes y adultos. Sin embargo, ninguno de los instrumentos hallados se aplica en jóvenes que practican artes escénicas, mostrándose un vacío de conocimiento en relación con instrumentos específicos para medir la resiliencia en la población que practica artes escénicas. Por otro lado, el único instrumento aplicado a las artes escénicas, en este caso al baile, es la “Escala de Autoeficiencia para Bailarines” desarrollada por Silva *et al.* (2015), que es de origen brasileiro y actualmente no está traducida, ni adaptada ni estandarizada en otros países de Latinoamérica.

- Sobre el punto 2.3., estudios sobre el tema. Se demuestra que el fortalecimiento de la resiliencia mediante actividades artísticas escénicas como la danza, el circo y el teatro, son utilizadas en intervenciones colectivas, siendo este un elemento imprescindible para su aplicación. Asimismo, de acuerdo con los estudios presentados, estas intervenciones, son útiles para intervenciones que planteen como objetivos la transformación individual, colectiva y comunitario a nivel de promoción y prevención de la salud mental y calidad de vida. Sin embargo, de existir problemas que involucren trastornos mentales es necesario la participación de especialistas, ya que existen psicoterapias especializadas que utilizan las artes escénicas como base, tales como danzaterapia y psicodrama.
- Sobre el punto 2.4., que refiere a reflexiones teóricas sobre el tema y abarca las discrepancias entre la literatura presentada, así como apreciaciones críticas sobre los resultados de los estudios.

En base a ello, se sostiene que las intervenciones desde las artes escénicas promueven factores de la resiliencia (autoestima, autonomía, habilidades sociales, capacidad para la resolución de problemas, optimismo, humor, sentido de vida, responsabilidad y autocontrol), siendo la principal el autodescubrimiento, todo ello concibiendo a las artes escénicas como herramienta socioeducativa, desde el enfoque de la mediación artística que muestra a las artes escénicas como mediador para el fortalecimiento de la resiliencia y enfatizan la representación de los sentimientos, pensamientos y emociones. En ese sentido, estas intervenciones desde estas artes generan bienestar y salud mental, reduciendo los niveles de estrés y ansiedad. Asimismo, es importante resaltar que estas intervenciones requieren integrar las expresiones culturales de la comunidad (Grajales, 2018; como se citó en Llanos-Zuloaga, 2020), para generar la transformación individual, social y comunitario, generando espacios de esparcimiento colectivo e impulsando la cohesión comunitaria.

A partir de lo señalado, se considera idóneo que el modelo de la mediación artística sirve de base para intervenciones de prevención y promoción de la salud mental. Dado que, las intervenciones que utilizan artes escénicas presentan mayor efectividad que las intervenciones tradicionales (intervenciones psicoeducativas, intervenciones terapéuticas breve, intervenciones basadas en atención plena), ya que el uso de intervenciones artísticas facilita la promoción de la resiliencia desde la creación simbólica y espontánea. Asimismo, las diferentes arteterapias (danza movimiento terapia, psicodrama, etc.) incluyen herramientas de las artes escénicas en sus distintas intervenciones, por su aplicabilidad a distintos casos y modalidades. Por ende, las artes escénicas son herramientas para el

fortalecimiento de la resiliencia en los distintos niveles de intervención en la salud mental.

- Sobre el punto 2.5., que versa sobre el impacto teórico y social del tema, se presentó las áreas que más se favorecen con la presente investigación: Psicología positiva, Psicología de la salud y Psicología comunitaria, algunos aportes mencionados fueron el conocimiento de nuevas herramientas para el desarrollo de la calidad de vida, uso de las artes escénicas para promoción de la salud y prevención de enfermedades, y el fortalecimiento de la resiliencia comunitaria. Seguidamente se detallaron los aportes a la práctica general de la Psicología y en la realidad peruana, estableciéndose bases para la generación de futuros programas de intervención de prevención y promoción basadas en la mediación artística que utilicen las artes escénicas, también se mencionó la posibilidad de utilizar los modelos teóricos en el contexto peruano, así como la viabilidad de desarrollar nuevos instrumentos y los beneficios de las artes escénicas para la resiliencia. A partir de todo lo mencionado, se considera que el principal aporte es el establecer información para la generación de futuros programas que usen las artes escénicas para el fortalecimiento de la resiliencia.

#### **Aporte personal:**

En cuanto al aporte personal como investigador, se presenta lo siguiente, tras la revisión de la literatura para la presente investigación, un elemento presente fue la importancia del contexto y el cómo contribuyen en el fortalecimiento de la resiliencia en jóvenes, especialmente para promoción de redes de apoyo, ya que muchos de estos jóvenes provienen de familias disfuncionales, y estas intervenciones proveen herramientas de soporte social ante las adversidades, por

esa razón se priorizan las intervenciones grupales en jóvenes que habitan en contextos de vulnerabilidad, así como se presentó en Monárrez (2017; citado Rosas y Salguero, 2020), Dezzi (2016) y Meneses *et al.* (2019), estas investigaciones muestran la efectividad de las intervenciones grupales que utilizan el baile y/o teatro, visibilizando a las artes escénicas como herramientas para afrontar las condiciones adversas y generar ambientes positivos, lo cual fortalece la resiliencia individual y comunitaria.

Asimismo, otro aporte encontrado para el fortalecimiento de la resiliencia desde las artes escénicas es que requiere del seguimiento de especialistas en psicoterapias que dominen este tipo de artes, ya que solamente los profesionales capacitados podrán contener las cargas emocionales que están sujetas a los traumas y/o angustias presentes en los grupos de intervención, así como se señaló en Meneses *et al.* (2019), quienes muestran que la viabilidad de las actividades teatrales, requiere de facilitadores para guiar a la población a identificar las problemáticas presentes, también para la estructuración y desarrollo de las representaciones teatrales acerca de las temáticas, así como la búsqueda de alternativas de solución y su posterior ejecución.

Finalmente, un tercer aporte es la importancia de la inclusión de los conocimientos culturales del entorno para la intervención mediante metodologías artísticas, dado que, ello permitirá una mayor acogida y participación por parte de la población, por ser prácticas más cercanas a su realidad, como se encontró en Grajales (2018; citado en Llanos, 2020), quien narra sus experiencias en el voluntariado “Enraizarte”, que incluyó la participación de 1582 jóvenes indígenas de Colombia, dado que el proyecto desarrolló intervenciones psicosociales tomando en cuenta conocimientos de las comunidades, integrando experiencias

culturales como la danza y la oralidad, lo que aportó al desarrollo de recursos personales, familiares y comunitarios.

### **Limitaciones:**

- Los artículos encontrados no necesariamente contemplaban la resiliencia desde las artes escénicas, sino que estos resultados se extrapolan de estudios que incluían elementos como artes escénicas o resiliencia; dado que existe escasa información sobre la resiliencia desde las artes escénicas, se podría afirmar que es un campo poco explorado a nivel de Latinoamérica. Lo mencionado afecta a los análisis presentados, así como a los resultados obtenidos y su generalización.
- La carencia de instrumentos psicométricos que midan la resiliencia en la población que practica artes escénicas como danza y teatro. En ese sentido, ello afecta en los resultados hallados en las investigaciones del apartado “estudios sobre el tema”, dado que los autores no llegaron a conocer en qué medida se fortalecieron las áreas o aspectos de la resiliencia con la práctica de artes escénicas, debido a la falta de instrumentos adaptados y validados para su contexto.

### **Propuestas para futuros estudios:**

- Se considera necesario investigar sobre la resiliencia desde otras actividades artísticas como las artes musicales, plásticas, literarias, etc. Dado que, ello permitirá comparar la efectividad de su aplicación en el fortalecimiento de la resiliencia de las personas, lo que, en futuras intervenciones terapéuticas, permitirá seleccionar aquellos tipos de artes que brinden mayores beneficios a la población de estudio.

- También se plantea, el desarrollo de investigaciones cuantitativas sobre los efectos de programas con enfoques artísticos sobre constructos como la resiliencia, la autoestima, las habilidades sociales, el liderazgo, reducción de estrés, etc. Ello permitirá conocer la eficacia de la aplicación de las artes escénicas para contribuir al bienestar psicológico, lo que facilitará su adaptación al trabajo con otras poblaciones como niños, adultos y adultos mayores.
- Asimismo, se sugiere desarrollar una revisión documental de investigaciones la resiliencia desde las artes escénicas en contexto europeo u otros continentes, para evaluar la situación en la que se encuentran respecto al tema, porque ello permitirá identificar las diferencias y semejanzas sobre la situación actual del tema en otros continentes, lo que permitirá conocer las estrategias aplicadas y puedan ser replicadas en Latinoamérica.
- Finalmente, se considera necesario la elaboración de instrumentos psicométricos de la resiliencia psicológica aplicados netamente en personas que practiquen artes escénicas, para que ser traducidos, adaptados y estandarizados en los países latinoamericanos. Lo mencionado posibilitará la elaboración de intervenciones desde una perspectiva cuantitativa, lo que permitirá medir la resiliencia e identificar si existe una relación significativa entre la práctica de artes escénicas y la resiliencia.

#### 4. REFERENCIAS

- Aguilar, S., Gallegos, A., y Muñoz, S. (2019). Análisis de componentes y definición del concepto resiliencia: una revisión narrativa. *Revista de Investigación Psicológica*, (22), 77-100. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2223-30322019000200007&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-30322019000200007&lng=es&tlng=es).
- Alejo, S., Betinotti, V., Broitman, M., Colantonio, K., Correa, S., De Lorenzo, G., Denis, M., Figueredo, G., Figueroa, M., Jara, E., Moreno, E., Remolgado, M., Rosendorn, L., Ursul, P. (2015). *Arte y resiliencia*. Ediciones UNL. <https://bibvirtual.upch.edu.pe:2893/pt/ereader/cayetano/77107?page=8>
- Álvarez, M. (2018) Nuevas perspectivas de resiliencia en el entorno de la docencia universitaria. *Revista Internacional de Investigación y Formación Educativa*. <https://www.ensj.edu.mx/wp-content/uploads/2019/01/4.-Nuevas-perspectivas-de-resiliencia.pdf>
- Alzate S. M., y Samacá D. F. (2017). Implementación de estrategias artísticas en modelos de promoción de la salud y prevención de la enfermedad desde la psicología. *Revista Electrónica Psyconex*, 8(12), 1-11. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/326979>
- American Dance Therapy Association. (2015). *The difference between 'therapeutic' dance and dance/movement therapy: an ADTA talk*. <https://adta.org/2015/07/25/the-difference-between-therapeutic-dance-and-dancemovement-therapy-an-adta-talk/>
- American Psychological Association. (2018). El camino a la resiliencia. <https://www.apa.org/topics/resilience/camino>
- Armstrong, C., Frydman, J., y Wood, S. (2019). Prominent themes in drama therapy effectiveness research. *Drama Therapy Review*, 5(2), 173-216. [https://doi.org/10.1386/dtr\\_00002\\_1](https://doi.org/10.1386/dtr_00002_1)



- Asensio, A., Magallón, R., y García, J. (2017). Resiliencia: impacto positivo en la salud física y mental. *Revista de Psicología*, 2(1):231-242. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2017.n2.v2.1096>.
- Badu, E., O'Brien, A., Mitchell, R., Rubin, M., James, C., McNeil, K., Nguyen, K., y Giles, M. (2020). Workplace stress and resilience in the Australian nursing workforce: A comprehensive integrative review. *Int J Ment Health Nurs*, 29, 5-34. <https://doi.org/10.1111/inm.12662>
- Balanzó, A., Ariza, A. P., Quiroga, D., & Gómez, A. (2019). Circo y teatro para la transformación social: Repertorios de conocimiento y acción en la construcción de entornos protectores y la promoción de derechos de los niños, niñas y adolescentes. *Calle 14 revista de investigación en el campo del arte*, 15(27), 168–181. <https://doi.org/10.14483/21450706.15419>
- Banrepcultural. (2017, 7 de febrero). *Conferencia | Boris Cyrulnik: Resiliencia y arte, los relatos del trauma* [Video]. Youtube. [https://www.youtube.com/watch?v=6CC\\_g157QL0&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=6CC_g157QL0&feature=youtu.be)
- Bang, C., y Wajnerman, C. (2020). Arte y transformación social: la creación artística colectiva, entre lo colectivo y lo comunitario. *Artes y Humanidades*, 9 (45), 1-27. <https://www.argus-a.com/publicacion/1465-arte-y-transformacion-social-la-creacion-artistica-colectiva-entre-lo-colectivo-y-lo-comunitario.html>
- Barca, S., Herrera, J., Castillo, M., y Melo, Y. (2018). Sistematización del programa de “Hábitos y estilos de vida saludables”, desarrollado con trabajadores de la Fundación Hospital San Pedro. *Psicoespacios*, 12(20), 3–18. <https://doi.org/10.25057/21452776.990>
- Barzilay, R., Moore, T. M., Greenberg, D. M., DiDomenico, G. E., Brown, L. A., White, L. K., Gur, R. C., y Gur, R. E. (2020). Resilience, COVID-19-related stress, anxiety,

- and depression during the pandemic in a large population enriched for healthcare providers. *Translational Psychiatry*, 10(1). <https://doi.org/10.1038/s41398-020-00982-4>
- Barrero, A. M., Riaño, K. T. y Rincón, L. P. (2018). Construyendo el concepto de la resiliencia: una revisión de la literatura. *Poiésis*, (35), 121-127. <https://doi.org/10.21501/16920945.2966>
- Bellavista-Rof, C., y Mora-Giral, M. (2019). Prevención y tratamiento de los trastornos mentales a través del teatro: una revisión. *Revista de Psicología clínica con niños y adolescentes*, 6(3), 1-12. <http://dx.doi.org/10.21134/rpcna.2019.06.2.1>
- Benítez, L., y Barrón, M. (2018). Análisis cualitativo de resiliencia en estudiantes de posgrado. *Revista Electrónica Educare*, 22(1), 125-145. <https://dx.doi.org/10.15359/ree.22-1.7>
- Bernardes, M., Nicolazzi, E., Scapini, T., y Silva, N. (2018). Leitura Psicodramática dos conceitos de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) e Resiliência. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 26(2), 36-45. <https://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20180025>
- Blanco, M., Gómez, L., Ortiz, E., y Rodríguez, C. (2015). Pedagogía, arte y salud, articulación del acogimiento de la población enferma. *Horizontes Pedagógicos*, 17(2), 65-73.
- Blanco, Y. y Caicedo, C. (2016). Resiliencia como factor de éxito en las organizaciones. *Cultura Educación y Sociedad* 7(1), 85-95. <http://dx.doi.org/10.17981/cultedusoc.07.1.2016.6>
- Botero, J. C., y Rocha, C. F. (2017). A configuração das práticas de cuidado da saúde mental juvenil em Medellín e Porto Alegre: uma narrativa de si. *Revista Psicologia Política*, 17(38), 181-195.

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1519-549X2017000100012&lng=pt&tlng=](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-549X2017000100012&lng=pt&tlng=)

Cabrera, J., Fariñas, G., Hernández, B., y Navarro, J. (2022). Ilustrar sueños desde casa: la creación artística infantil como recurso de resiliencia en tiempos de pandemia. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(S1), 26-37.  
<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/2607>

Cáceres, J. M., y Santamaría, L. P. (2018). La arteterapia como camino de transformación espiritual. *Trabajo social*, 20(1), 133-161.  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2256-54932018000100133&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2256-54932018000100133&lng=es&tlng=es).

Cárdenas, R., Terrón, T., y Monreal, M. (2017). El Teatro Social como herramienta docente para el desarrollo de competencias interculturales. *Revista De Humanidades*, (31), 175–194. <https://doi.org/10.5944/rdh.31.2017.19078>

Carvalho, I., Bertolli, E., Paiva, L., Rossi, L., Dantas, R., y Pompeo, D. (2016). Ansiedad, depresión, resiliencia y autoestima en individuos con enfermedades cardiovasculares. *Revista Latinoamericana De Enfermagem*, 24.

Castaño, L. C., y Jiménez, J. V. (2021). Contribución de la experiencia estética en la simbolización del sufrimiento en jóvenes con historias de desplazamiento. *Teoría y Crítica de la Psicología*, 16, 133-152.  
<https://www.teocripsi.com/ojs/index.php/TCP/article/view/352>

Castilla, H., Coronel, J., Bonilla, A., Mendoza, M., y Barboza, M. (2016). Validez y confiabilidad de la escala de resiliencia en una muestra de estudiantes y adultos de la Ciudad de Lima. *Revista de Peruana Psicología y Trabajo Social*, 5(1), 121-136.

Cerquera, A., y Pabón, D. (2015). Modelo de intervención psicológica en resiliencia para cuidadores informales de pacientes con Alzheimer. *Diversitas: Perspectivas en*

*Psicología*, 11(2), 181-192. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2015.0002.01>

Chica, A., González, F., Reigal, R., Carranque, G., y Hernández, A. (2019). Efectos de un programa de danza española en mujeres con fibromialgia. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(2), 52-69. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232019000200005&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232019000200005&lng=es&tlng=es).

Chmitorz, A., Kunzler, A., Helmreich, I., Tüscher, O., Kalisch, R., Kubiak, T., Wessa, M., y Lieb, K. (2018). Intervention studies to foster resilience - A systematic review and proposal for a resilience framework in future intervention studies. *Clinical psychology review*, 59, 78–100. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.11.002>

Comparini, A., Ribeiro, D., Andrade, A., y Gomes, A. (2015). O jogo dramático com mulheres de uma comunidade: revelando potências de desenvolvimento humano e social. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 23(2), 32-41. <https://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20150005>

Cyrułnik, B. y Ploton, L. (2018). *Envejecer con resiliencia: cuando la vejez llega*. Editorial Gedisa.

Dantzer, R., Cohen, S., Russo, S. J., & Dinan, T. G. (2018). Resilience and immunity. *Brain, behavior, and immunity*, 74, 28–42. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2018.08.010>

Dezzi, M. (2016). *Resiliencia y Arte. Influencia de Manifestaciones Artísticas en el Proceso de Resiliencia en jóvenes estudiantes secundarios con Riesgo Social de la provincia de Mendoza* [Tesis de licenciatura, Universidad del Aconcagua]. Repositorio de la Universidad de Aconcagua. <http://bibliotecadigital.uda.edu.ar/865>

Díaz, L. P., Urrego, M. D. P., Herrera, A. M., y Rodríguez, G. A. (2018). Prácticas artísticas y calidad de vida en jóvenes universitarios integrantes de grupos artísticos. *Benessere. Revista de Enfermería*, 1(1), 22–34.

<https://doi.org/10.22370/bre.11.2016.1336>

- Domínguez, C., y Castillo, E. (2017). Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 73-80. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232017000100009&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232017000100009&lng=es&tlng=es).
- Durán, L. (2018) Teatro terapéutico y resiliencia. Una propuesta gestáltica. Instituto Humanista de Psicoterapia Gestalt. Figura Fondo; 44, 61-69.
- Durand, S., Roldán, D., Orozco, R., y Mora, J. (2020). Psychometric properties of the SV-RES Resilience Scale in Mexican women with breast cancer. *Salud Mental*, 43(2), 91-99. doi: <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2020.013>
- Fediuk, E., y Prieto, A. (eds). (2016). *Corporalidades Escénicas. Representaciones del cuerpo en el teatro, la danza y el performance*. Universidad Veracruzana, Dirección general Editorial.
- Fernandes, L., y Bermúdez, M. (2015). Resiliencia en adultos: una revisión teórica. *Terapia psicológica*, 33(3), 257-276. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082015000300009>
- Fernández, J. M., y Bretones, F. (2020). Salud mental y factores de resiliencia durante el confinamiento por COVID-19. *Universitas Psychologica*, 19, 1-13. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy19.smfr>
- Fondo de las Naciones Unidas. (UNFPA, 2015). Adolescencia y Juventud. UNFPA América Latina Y El Caribe. <https://lac.unfpa.org/es/temas/adolescencia-y-juventud>
- Fortunato, I., y Schwartz, G. (2019). Psicología Positiva, cinema e a resiliência de si: libertar-se do próprio eu. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 14(2), 1-17. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-)

89082019000200013&lng=pt&tlng=pt.

- Freitas, A., Medeiros, M., y Barreto, V. (2017). Teatro-debate: uma modalidade de teatro espontâneo. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 25(2), 86-92. <https://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20170025>
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., y Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World psychiatry: official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 14(2), 231–233. <https://doi.org/10.1002/wps.20231>
- Garay, K. (2020, 5 de julio). Siete de cada 10 peruanos han visto afectada su salud mental durante pandemia. *Andina*. <https://andina.pe/agencia/noticia-siete-cada-10-peruanos-han-visto-afectada-su-salud-mental-durante-pandemia-video-804192.aspx>
- García, J. (2016). Afrontando la adversidad. Resiliencia, optimismo y sentido de la vida (Col. Cuadernos de Psicología 04). La Laguna (Tenerife): Latina.
- Garzón, H., y Meza, G. (2019). La Eskina del Barrio: una experiencia de transformación social juvenil. *REVISTA CIENCIAS PEDAGÓGICAS E INNOVACIÓN*, 7(1), 86-94. <https://doi.org/10.26423/rcpi.v7i1.286>
- Genise, G., Genise, N., Gomez, M., Humeniuk, A., y Muiños, F. J. (2018). Relación entre resiliencia psicológica y factores de personalidad en población adolescente. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 10, doi: 10.5872/psiencia/10.3.21
- Giraldez, A. (2020). Artes e bem-estar psicológico: As artes como intervenções positivas. *PÓS: Revista Do Programa De Pós-graduação Em Artes Da EBA/UFMG*, 10(20), 72–85. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.20711>
- Gomes, C. (2018). O psicodrama no tratamento das dependências do comportamento patológico de jogar e de comprar. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 26(2), 46-58.

<https://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20180026>

González, Z. O., y Llamozas, B. M. (2018). CONCEPTO DE RESILIENCIA: DESDE LA DIFERENCIACIÓN DE OTROS CONSTRUCTOS, ESCUELAS Y ENFOQUES. *Revista Orbis*, 13(39), 30-43.

Grumann, A. (2016). Psico-análisis y análisis escénico. Freud, la psicología y la Vanguardia artística alrededor del 1900. *Estudios Avanzados*, (25),68-91.  
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=435546330004>

Hendrie, K. (2019). Exploración de instrumentos que evalúan recursos resilientes en población infantil argentina. *Revista psicodebate: psicología, cultura y sociedad.*, 19(2), 24-39.  
[http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2451-66002019000200002&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2451-66002019000200002&lng=es&tlng=es).

Herranz, T. (2018). Psicodrama: Un escenario al servicio de la clínica. *Revista clínica contemporánea*, 9(2), 1-20. <https://doi.org/10.5093/cc2018a12>

Hurley, D., Álvarez, L., Ragno, R., y Velo, A. (2017). Acerca de la relación entre resiliencia y salud mental en un dispositivo neuropsiquiátrico de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Argentina. *Revista Científica*; 21(1):73-97.

Kemper, K. J., Mo, X., y Khayat, R. (2015). Are Mindfulness and Self-Compassion Associated with Sleep and Resilience in Health Professionals?. *Journal of alternative and complementary medicine (New York, N.Y.)*, 21(8), 496–503.  
<https://doi.org/10.1089/acm.2014.0281>

Knobel, A. M. (2021). Suplemento especial 2018. *Revista Brasileira De Psicodrama*, 26(1), 1–192. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/504>

Kunzler, A., Helmreich, I., König, J., Chmitorz, A., Wessa, M., Binder, H., y Lieb, K. (2020). Psychological interventions to foster resilience in healthcare students

- (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 7. DOI: 10.1002/14651858.CD013684
- Lazier, T. R. (2016). *Análise do nível de resiliência, auto-eficácia e motivação entre bailarinos alunos e profissionais* [Tesis de Maestría, Universidade Estadual de Maringá]. RI-UEM. <http://repositorio.uem.br:8080/jspui/handle/1/4563>
- Lazo, D. (2021). La Resiliencia, en Mujeres Víctimas de Violencia. *Tecnohumanismo*, 1(7), 56–70. <https://doi.org/10.53673/th.v1i7.33>
- Leonidas, A., Postigo, Q., y Silva, P. (2021). Resiliência e Envelhecimento Ativo: Estudo Qualitativo sobre os fatores de risco e proteção na terceira idade. *Brazilian Journal of Health Review* 4(1), 2621-2641. 10.34119/bjhrv4n1-211
- Lépez, J., de la Roca, J., y Rodrigues, C. (2018). Efecto de Técnicas Psicodramáticas en las Relaciones Interpersonales de Estudiantes de Bachillerato. *Uaricha*, 15(36), 56-68.
- Lima, A. L. (2020). *El teatro como una herramienta para el desarrollo humano* [coloquio] Preparatoria Ibero Tlaxcala. <https://hdl.handle.net/20.500.11777/4631>
- Llanos, M. (2020). Arte, creatividad y resiliencia: recursos frente a la pandemia. *Avances En Psicología*, 28(2), 191-204. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2020.v28n2.2248>
- Loiselle, F., Rochette, A., Tétreault, S., Lafortune, M., & Bastien, J. (2019). Social circus program (Cirque du Soleil) promoting social participation of young people living with physical disabilities in transition to adulthood: a qualitative pilot study. *Developmental neurorehabilitation*, 22(4), 250–259. <https://doi.org/10.1080/17518423.2018.1474502>
- Losada, A., y Otero, M. (2016). PILARES DE RESILIENCIA EN POLICÍAS, ANTE UNA DISCAPACIDAD FÍSICA ADQUIRIDA EN ACTO DE SERVICIO. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 14(2), 334-351. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-)



21612016000200006&Ing=es&tIng=es.

- Magalhães, C., Mitkiewicz, F., Marcos, G., Susser, E., & Tavares, M. (2017). Narrativas corporizadas de superación: ¿un camino para la recuperación? [Embodied narratives of overcoming: A pathway towards recovery?]. *Vertex*, 28(136), 450–455. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5972838/>
- Martínez, I. R. (2020). Acercamiento a una Experiencia Formativa de Teatro Comunitario. *Revista Científica*, 5(16), 120–140. <https://doi.org/10.29394/Scientific.issn.2542-2987.2020.5.16.6.120-140>
- Martínez, R., González, L., Navarro, N., de la Roca, J., y Reynoso, O. (2021). Resiliencia asociada a factores de salud mental y sociodemográficos en enfermeros mexicanos durante COVID-19. *Enfermería Global*, 20(63), 1-32. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.452781>
- Martínez, S. (2018). Aprender pensando: metodologías artísticas para la escuela. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, (375), 12-18. <https://doi.org/10.14422/pym.i375.y2018.002>
- Masini, C. (2016). Psicodrama. Reflexiones desde la práctica clínica en un Hospital de Día Psiquiátrico. *Arteterapia. Papeles de arteterapia y educación artística para la inclusión social*, 10, 153-164. [https://doi.org/10.5209/rev\\_ARTE.2015.v10.51689](https://doi.org/10.5209/rev_ARTE.2015.v10.51689)
- Meneses, B., Moreno, O. y Narváez J. (2019). El Teatro Popular: herramienta comunitaria para el fortalecimiento del humor social en contextos de violencia urbana. *Pensamiento Americano*, 12(24), 96-116. <https://doi.org/10.21803/pensam.v12i24.312>
- Ministerio de Educación. (2020). *Expresiones artísticas como factor de resiliencia*. <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/08/Pasa-la-Voz-Agosto-2020.pdf#:~:text=>

- Morelato, G., Korzeniowski, C., Greco, C., y Ison, M. (2019). Resiliencia Infantil: Intervención para promover recursos en contextos vulnerables/Child Resiliency: Intervention to Promote Resources in Vulnerable Contexts. *Revista Costarricense De Psicología*, 38(2), 205–223. <https://doi.org/10.22544/rcps.v38i02.05>
- Moreno, A. (2016). Inclusión social por el arte: mediación artística. *La Sociedad académica*, 47, 41-47.
- Moreno, A. (2022). Mediación artística y arteterapia. Delimitando territorios. Encuentros. *Revista De Ciencias Humanas, Teoría Social Y Pensamiento Crítico.*, (15), 32–47. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5979840>
- Motos, T. (2017). Hacer Teatro: beneficios para el desarrollo positivo en adolescentes. *Revista Latinoamericana De Estudios Educativos*, 47(3-4), 219-248. <https://doi.org/10.48102/rlee.2017.47.3-4.143>
- Mundet, A., Fuentes, N., y Pastor, C. (2017). El fomento de la inclusión social infantil a través de los lenguajes artísticos. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, (29), 143-156. [https://doi.org/10.7179/PSRI\\_2017.29.10](https://doi.org/10.7179/PSRI_2017.29.10)
- Núñez, S. D., López, A., Robles, B., Montalvo, L., Rodríguez, J., Flores, D. C., y Hernández, E. I. (2022). Psicodrama como tratamiento para ansiedad y depresión en personal de salud que atiende pacientes con covid-19, en un hospital de nuevo león, México. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 30. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.491>.
- Oficina Internacional Católica de la Infancia [BICE]. (2018). *Hacia la puesta en práctica de la resiliencia*. <https://bice.org/app/uploads/2020/04/La-Casita-es>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review*. <https://www.euro.who.int/en/data-and-evidence/evidence-informed-policy->

making/publications/2019/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-well-being-a-scoping-review-2019

Organización Panamericana de la Salud (2018). *Salud Mental*.

<https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>

Ospina, H. F., Salazar, M., y Velásquez, V. (2017). El antimilitarismo como postura de vida que habita y transita los cuerpos de jóvenes en un colectivo colombiano. *Aletheia*, 9(1), 38-57. *Recuperado a partir de* <https://aletheia.cinde.org.co/index.php/ALETHEIA/article/view/378> *Formatos de citación*

Páez, M. L. (2020). La salud desde la perspectiva de la resiliencia. *Archivos de Medicina*, 20(1), 203-216. <https://doi.org/10.30554/archmed.20.1.3600.2020>

Palacios, X., y Pérez, A. (2017). Evolución del concepto de psicología de la salud y su diferenciación de otros campos de acción profesional. *Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud*. Editorial Universidad del Rosario.

Pantoja, A., y Polanco, K. M. (2019). Depresión, Ansiedad y Actividad Física en Escolares: Estudio Comparado. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 3(52), 143-155. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=459661296012>

Papalia, D. y Martorell, G. (2017). *Desarrollo Humano*. Mc GRAW-HILL. <http://www.untumbes.edu.pe/vcs/biblioteca/document/varioslibros/0250.%20Desarrollo%20humano.pdf>

Paradas, A. R. F., y Paradas, M. F. (2020). *Humanidades y ciencias sociales: interrelaciones con las nuevas tecnologías en la sociedad del conocimiento* (Vol. 92). Narcea Ediciones.

Perugache, A., Guerrero, M. A., Guerrero, S., y Ortega, Y. (2016). Efectos de un programa

- de resiliencia sobre los niveles de salud mental positiva. *Revista Investigium IRE Ciencias Sociales Y Humanas*, 7(1), 76-91.  
<https://doi.org/10.15658/CESMAG16.05070106>
- Ponce, J. A., y Tarazona, K. (2020). Estrategias resilientes y drogodependencia en pacientes del centro de rehabilitación nueva esperanza del cantón bolívar – Manabí: artículo de investigación. *revista científica multidisciplinaria arbitrada yachasun - issn: 2697-3456*, 4(7), 344-360. <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7.0053>
- Puentes, M., Medina, X., y Castañeda, M. (2015). Liderazgo y resiliencia: una revisión de la literatura. CRAI. [https://doi.org/10.48713/10336\\_10694](https://doi.org/10.48713/10336_10694)
- Rascón, M. T. (2017). La importancia de las redes de apoyo en el proceso resiliente del colectivo inmigrante. *Dedica. Revista de educação e humanidades*, 11, 61-82.
- Reyes, J. (2019). Hacer agua de limón: aplicación del método Core Danzaterapia con personas con VIH. *Corpo Grañas Estudios críticos de y desde los cuerpos*, 7(7), 201–218. <https://doi.org/10.14483/25909398.15517>
- Rivera, L. K. (2022). Rasgos resilientes en mujeres víctimas de violencia de género. *Revista Social Fronteriza*, 2(2), 1–21.  
<https://www.revistasocialfronteriza.com/ojs/index.php/rev/article/view/16>
- Rodríguez, A. (2020). El arte en la resiliencia: relación entre las artes y la capacidad de resiliencia en Jóvenes. *Revista De Investigación Y Evaluación Educativa*, 7(2), 74-82. <https://doi.org/10.47554/revie2020.7.6>
- Romero, C. (2015). La recreación en el fomento de la resiliencia. *Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM*, 16 (1), 63-80. <http://revistacaf.ucm.cl/article/view/74>
- Rosas, H. S., y Salguero, M. A. (2020). Hombres jóvenes del poniente de Ciudad Juárez: construyendo identidades en contextos de violencia. *Frontera norte*, 32, e1937. <https://doi.org/10.33679/rfn.v1i1.1937>

- Ruiz, P., y Lagos, N. (2019). Diseño de una propuesta de intervención para desarrollar la resiliencia en niños y niñas de educación primaria. *Revista Reflexión E Investigación Educativa*, 2(1), 107–117. <http://revistas.ubiobio.cl/index.php/REINED/article/view/3868>
- Saavedra, F. J., Arias, S., de la Cruz, E., Galán, M. L., Galván, B., Murvartian, L., y Vallecillo, N. (2016). La recuperación mutua en personas con trastornos psicológicos o diversidad funcional a través de la práctica creativa. *Arte, Individuo Y Sociedad*, 28(2), 339-354. [https://doi.org/10.5209/rev\\_ARIS.2016.v28.n2.48848](https://doi.org/10.5209/rev_ARIS.2016.v28.n2.48848)
- Sánchez Arias, G. (2016). Programa de intervención terapéutica en resiliencia en una institución de educación superior. *Revista De Psicología Universidad De Antioquia*, 8(1), 49–64. Recuperado a partir de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/326892>
- Sánchez, H. (2017). Arte, creatividad y desarrollo humano. *Tradición, segunda época*. <http://revistas.urp.edu.pe/index.php/Tradicion/article/view/1362>
- Shanahan, L., Steinhoff, A., Bechtiger, L., Murray, A. L., Nivette, A., Hepp, U., Ribeaud, D., y Eisner, M. (2020). Emotional Distress in Young Adults during the COVID-19 Pandemic: Evidence of Risk and Resilience from a Longitudinal Cohort study. *Psychological Medicine*. 1-10. <https://doi.org/10.1017/S00332917000241X>
- Silva, A. M. B., Luz, T. S. R., Afonso, R. M., Araújo, M. F., Bittencourt, I. G., Carvalho, L. F., y Enumo, S. R. F. (2015). Escala de Autoeficácia para Bailarinos (AEBAI): construção e evidências de validade. *Avaliação Psicológica*, 14(1), 83-88. DOI: 10.15689/ap.2015.1401.09
- Smigelsky, M. A., Neimeyer, R. A., Murphy, V., Brown, D., Brown, V., Berryhill, A., y Knowlton, J. (2016). Performing the Peace: Using Playback Theatre in the Strengthening of Police-Community Relations. *Progress in community health*

- partnerships: research, education, and action*, 10(4), 533–539.  
<https://doi.org/10.1353/cpr.2016.0061>
- Soares, A., y Brandão, C. R. (2017, 21 de diciembre). *Juventude, atividade teatral e redução de vulnerabilidade* [conferencia]. 13º Congresso Internacional da Rede Unida, Manaus, Brasil.
- Solano, L. M. (2019). La creación a partir del sufrimiento: el arte como recurso en la elaboración del duelo. [Tesis de grado, Universidad Autónoma de Bucaramanga]  
<http://hdl.handle.net/20.500.12749/404>
- Sosa, S., y Salas, E. (2020). Resiliencia y habilidades sociales en estudiantes secundarios de San Luis de Shuaro, La Merced. *Comuni@cción*, 11(1), 40-50. <https://dx.doi.org/10.33595/2226-1478.11.1.394>
- Souza, F., Pontes, J., y Moura, G. (2018). Palco e resiliência: narrativas de artistas de teatro de Mossoró - RN. *Educação & Amp; Formação*, 3(2), 138–152.  
<https://doi.org/10.25053/redufor.v3i8.274>
- Strauch, V. (2017). Resignificação da morte na abordagem psicodramática: perdas e ganhos no luto. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 25(1), 59-67.  
<https://dx.doi.org/15329/2318-0498.20170006>
- Tello, A., F. (2017). Discursos sobre el arte callejero como acción participativa en jóvenes del municipio de Palmira Colombia, 2º segundo Congreso Latinoamericano de Gestión Cultural. Pensamiento y acción cultural para la paz y participación ciudadana, Cali, Colombia.  
<http://observatoriocultural.udgvirtual.udg.mx/repositorio/bitstream/handle/123456789/523/CLGC185.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Torres, S., Trozzo, E., y Soria, S. (2020). Educação artística e superação de vulnerabilidades: O Teatro como ferramenta no trabalho com sujeitos com

- deficiência. *PÓS: Revista Do Programa De Pós-graduação Em Artes Da EBA/UFMG*, 10(20), 102–130. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.20453>
- Truan, J. C., Crispin, D., García, F., y Martínez, Y. (2020). Resiliencia psicológica y afrontamiento al estrés en deportistas juveniles de béisbol cubanos. *Revista Liminales. Escritos Sobre Psicología Y Sociedad*, 9(17), 25-37. <https://doi.org/10.54255/lim.vol9.num17.352>
- Vázquez, J. J. (2017). Desarrollo de la Psicología Social Comunitaria: Una Aproximación Histórica y Epistemológica. *Revista Científica de Psicología Eureka*, (2), 172-192. <https://www.psicoeureka.com.py/publicacion/14-3/articulo/18>
- Yvana-Yupanqui, E. (2018). Resiliencia y sentido de vida en madres de alumnos de educación especial. *CASUS. Revista De Investigación Y Casos En Salud*, 3(3), 155-160. <https://doi.org/10.35626/casus.3.2018.89>