

**Caleidoscopio Artístico: Un Mediador De Experiencias Que Promueve El Bienestar
Integral En Estudiantes Universitarios**

**Yeisson Iván Moreno Tamayo, Mayersy Patricia Parada Cano y Heidy Xiomery
Torres Martínez**

**Universidad Santo Tomás, Bogotá
Maestría de Pedagogías críticas e intervención socioeducativa
Facultad de Educación
Línea de Investigación: Pedagogías Críticas y Memoria y Territorio
Magister Joaquín Darío Huertas Ruíz**

**Tunja, Colombia
2024**

Resumen

El ser humano se compone de un universo diverso en experiencias, emociones, sensaciones, ideas, y proyecciones, como un caleidoscopio, que cambia con cada giro, y se revela en patrones y combinaciones, este al ser observado desde el interior, llena de asombro por la mixtura simétrica de espejos que reflejan esa mirada interna del “yo”, el cual se moldea a partir de las experiencias, el aprendizaje, las relaciones y las decisiones, que componen la esencia del ser humano como una amalgama llena de complejidad con dinámicas en constante transformación. El caleidoscopio artístico es una mirada interna de auto entendimiento, que permite al estudiante confrontar esa combinación caótica que compone la autenticidad del individuo, permitiendo comunicar a través del arte la vulnerabilidad y la unicidad de cada estudiante, de su propia vida, y de su entorno.

La investigación “Caleidoscopio artístico: un mediador de experiencias que promueve el bienestar integral en estudiantes universitarios” es una propuesta de intervención socioeducativa que busca crear los contenidos temáticos para una electiva académica, por medio de la sistematización de experiencias a nivel emocional, psicológico y relacional de 24 estudiantes, que durante los años 2023 y 2024 han participado en los talleres de formación artística del área de cultura del departamento de promoción y bienestar institucional de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja, en las líneas de teatro, artes plásticas y danza contemporánea, posibilitando la creación del syllabus de la electiva artística, en el que las artes sean el eje fundamental durante el proceso de formación de los estudiantes de pregrado de la universidad Santo Tomás. El programa caleidoscopio artístico busca consolidarse como un programa de formación transversal, en el que se ofrezca un escenario académico que integre el arte desde el humanismo, como un dispositivo de diálogo para la construcción del ser dentro y fuera del aula, siendo la salud

mental y emocional el eje de desarrollo integral de los estudiantes, atendiendo así a una de las necesidades más urgentes de la sociedad actual, que afectan la salud emocional, psicológica y el bienestar social, como los son el estrés, la ansiedad y la depresión.

Tabla de Contenido

Introducción	6
Formulación del problema de investigación, estado de la cuestión y referentes conceptuales	9
Planteamiento del problema de investigación.....	9
Pregunta de investigación	10
Objetivos.....	11
Objetivo General	11
Objetivos Específicos	11
Justificación	12
Antecedentes Investigativos o Estado de la Cuestión	14
Diseño Metodológico	29
Metodología	29
Planificación de las estrategias:	33
Recolección, Sistematización, Interpretación y Análisis de la Información.....	36
Análisis Cuantitativo, Análisis de Encuestas	36
Análisis y Validación de Respuestas	42
Importancia del Arte como Mediador	43
Evaluación del Impacto del Arte	43
Tabulación de Respuesta Bienestar Emocional	44
Tabulación de Respuesta Bienestar Psicológico	44
Consciencia Personal	44
Tabulación de Respuesta Consciencia Personal.....	45
Valoración del Programa	45
Tabulación de Respuesta Valoración del Programa	46
Fortalezas del Programa.....	46
Tabulación de Respuesta Fortalezas del Programa	46
Importancia de Evaluación y Retroalimentación.....	46
Tabulación de Respuesta Importancia de Evaluación	47
Inclusión en el Pensum.....	47
Tabulación de Respuesta Inclusión del Programa en el Pensum	48
Conclusión Análisis de Encuestas	49
Análisis Cualitativo, Análisis de Entrevistas	51
Categoría 1: Relación Entre el Arte y Profesión	51



Categoría 2: Bienestar Integral.....	52
Categoría 3: Impacto Social del Arte	53
Categoría 4: Opinión Sobre la Educación Artística en el Pensum Académico	54
Categoría 5: Perspectivas Sobre la Educación Artística	55
Conclusión Análisis de Entrevistas	56
Hallazgos, Conclusiones y Recomendaciones.....	58
Hallazgos	58
Conclusiones.....	59
Referencias Bibliográficas	60
Anexos	64

Introducción

La comunidad académica de la universidad Santo Tomás seccional Tunja, cuenta con gran diversidad en su población estudiantil adherida a quince facultades, dentro de las cuales, según las estadísticas del área de desarrollo humano del departamento de promoción y bienestar institucional, por cada cien estudiantes dos padecen trastorno de ansiedad y diez de trastorno mixto de ansiedad, algunos de estos casos como consecuencia de estrés social, laboral, familiar y académico; en atención a estas condiciones de salud psicológica y emocional de los estudiantes de pregrado, que problematiza el desarrollo académico integral de la población estudiantil de la universidad, se establece la implementación de un programa académico diseñado en modalidad de electiva denominado caleidoscopio artístico, como estrategia de mediación entre el arte y experiencias de salud a nivel emocional y psicológico, promoviendo el bienestar integral en estudiantes que padezcan o puedan llegar a padecer de síntomas de ansiedad o depresión.

La implementación de este proyecto busca integrar el arte como una herramienta pedagógica para fomentar la reflexión crítica, la expresión y comunicación para el empoderamiento de los estudiantes, explorando diferentes maneras de creación desde las artes plásticas, el teatro y la danza contemporánea. Los contenidos programáticos del proyecto se desarrollarán a través de encuentros académicos participativos, integrando los conceptos de arte, arte terapia, educación, ansiedad, teatro, teatro del oprimido, libro artista, danza y danza contemporánea. El programa Caleidoscopio artístico, está diseñado para proporcionar desde el aula nuevos discursos que inviten a los estudiantes a explorar libremente sus emociones, pensamientos y experiencias, fomentando el diálogo y la construcción de nuevas formas de ver, partiendo de una reflexión crítica entorno a experiencias individuales que permitan desarrollar espacios de creación, en donde los

productos artísticos como el libro artista, sean el puente directo que recoge el proceso trabajado en cada clase bajo el método aplicado del teatro del oprimido, en conjunto con la exploración del cuerpo desde la danza contemporánea, desde donde se pretende fortalecer las estrategias de acompañamiento psicológico, cognitivo y emocional a los estudiantes.

El programa Caleidoscopio artístico cuya estrategia de creación se basa en la expresión y comunicación, tiene el propósito de contribuir a la movilización de emociones y sensaciones estancadas, la liberación del estrés y pensamientos intrusivos, desde elementos propios de cada línea como se ha referido anteriormente: el libro artista, la danza contemporánea y el teatro del oprimido en los que se aprovecha el potencial del arte para promover la salud mental y el bienestar emocional, facilitando la autoexpresión y el autoconocimiento, en los que el docente ejerce un rol de mediador, siempre dispuesto a confrontar sus métodos de enseñanza, adaptándose a las necesidades del estudiante para proporcionar ambientes más flexibles y receptivos frente a las problemáticas, sensaciones, experiencias y expectativas de los estudiantes, siendo el docente un mediador más creativo, dinámico e innovador.

Conceptos como educación están implícitos desde las herramientas pedagógicas con las cuales se pretende abordar los contenidos del programa caleidoscopio artístico. Además, el teatro y el teatro del oprimido se incorporan como herramientas para ahondar temas sociales y personales, invitando a los estudiantes a examinar y desafiar las estructuras de poder que pueden contribuir a experiencias de presión y estrés; de igual manera, el libro artista, la danza y la danza contemporánea complementan estas formas de expresión, ofreciendo medios alternativos para la creación y la exploración del cuerpo, las emociones y pensamientos, en donde los estudiantes tienen la posibilidad de profundizar en la

comprensión de las experiencias individuales que propicien espacios de empatía y resiliencia colectiva.

En el caso de las artes plásticas, la realización de un libro artista como método de expresión, establece una forma diversa de relacionarse con el aprendizaje, generando una brecha con la educación tradicional en la que *“los viejos libros se leían todos de la misma forma, en estos”* el libro artista *“cada uno es diferente y es que por su cercanía, dan ganas de tocarlos, sentirlos, a diferencia de otras obras situadas en los museos, nos invitan a acercarnos y sentir cada rincón”*(Carrión,2012,p.27), facilitando el auto reconocimiento, la expresión y transformación del yo; dentro de la línea de danza al ser un medio de expresión sensorial-corporal, crea secuencias de movimiento que permite comunicar lo incommunicable, a partir de técnicas como lo define Martha Graham, una de sus precursoras como el *“lenguaje oculto del alma”*. En el caso del teatro las acciones de teatro del oprimido establecido por el brasileño Augusto Boal como una estrategia de teatro político durante los años sesenta, en los que el territorio parte del cuerpo mismo y del pensamiento, al igual que en la pedagogía del oprimido esta herramienta permite el análisis y crítica de lo íntimo y lo social, *“la gente lo utiliza para tratar de cumplir un acto liberador”* (Boal, 1982 , p. 227)

Formulación del problema de investigación, estado de la cuestión y referentes conceptuales

Planteamiento del problema de investigación

La presión del sistema de educación superior genera exigencias cada vez más elevadas y llevan a los estudiantes de diversas facultades a tener experiencias relacionadas a la ansiedad y la depresión, siendo esta una reacción emocional frecuente que se produce en situaciones de estrés y pone en alerta a la persona. En la Universidad Santo Tomás seccional Tunja el área de salud y desarrollo humano del departamento de promoción y bienestar institucional, ha identificado que los estudiantes con experiencias relacionadas a la ansiedad van en constante crecimiento, estas problemáticas afectan no solo a la población estudiantil sino a la comunidad en general, dificultando el rendimiento, la concentración y la capacidad para resolver problemas, limitando la participación activa en los entornos académicos de la Universidad. El área de desarrollo humano, a diario atiende un gran número de estudiantes con estos síntomas, los cuales se generan eventualmente bajo el estrés académico, las relaciones disfuncionales, crisis emocional y la presión social. Ser conscientes de esta realidad, genera la necesidad de integrar desde diferentes escenarios estrategias que mitiguen la situación, teniendo en cuenta que es una responsabilidad compartida entre quienes integran tanto la comunidad universitaria como los entornos familiares de los estudiantes afectados. Diversas campañas de prevención de problemáticas que afectan la salud mental y emocional realizadas por parte del área de desarrollo humano impactan un porcentaje de la problemática, sin embargo, el trabajo en red desde el aula y los espacios compartidos en las actividades académicas, requieren de un planteamiento diferente para enfrentar esta realidad. Proyectos como el caleidoscopio artístico establecen que, es posible brindarle al estudiante un acompañamiento enfocado a su bienestar integral,

con bases que propendan por el diálogo, la escucha y la comunicación desde un perfil más humano, no solo en el aula, sino en cada uno de los espacios en los que se puedan presentar este tipo de situaciones. Teniendo en cuenta

que el arte es uno de los medios de comunicación y expresión más efectivos, y que actualmente no integra las estrategias de formación académica y humanista de la universidad Santo Tomás seccional Tunja, se hace necesario establecer medios efectivos para la integración del arte a la vida universitaria, propendiendo por el bienestar, la salud y el desarrollo integral de los estudiantes universitarios.

Pregunta de investigación

¿Puede el arte promover el bienestar integral como mediador de experiencias en estudiantes universitarios?

Objetivos

Objetivo General

Crear un programa de extensión académica denominado "caleidoscopio artístico" para la promoción del bienestar integral de estudiantes universitarios, en el que el teatro, la danza y las artes plásticas sean el eje principal, a partir de la sistematización de experiencias de 24 estudiantes que han participado en las líneas de artes plásticas, teatro y danza contemporánea, durante los años 2023 y 2024 en la universidad Santo Tomás seccional Tunja.

Objetivos Específicos

- Sistematizar las experiencias de 24 estudiantes participantes de las líneas de artes plásticas, teatro y danza contemporánea, durante los años 2023 y 2024 como antecedente a la creación del programa académico denominado Caleidoscopio artístico.
- Establecer los contenidos temáticos y syllabus para el programa "caleidoscopio artístico" integrando elementos de expresión artística como lo son el libro artista, el teatro del oprimido y la danza contemporánea.
- Formular las estrategias de evaluación y sistematización para la creación del syllabus del programa "caleidoscopio artístico"

Justificación

El ambiente universitario mantiene un ritmo acelerado en donde la presión académica y las exigencias personales a menudo convergen, por tanto, el bienestar integral de los estudiantes se ha convertido en un desafío permanente y en constante crecimiento, puesto que este bienestar integral desde la salud mental, física y emocional se han visto comprometidas, evidenciando la necesidad de abordar estas problemáticas de manera inmediata. En respuesta a este imperativo, se propone la creación de un programa académico en modalidad de electiva denominado “caleidoscopio artístico” como una alternativa integradora, diseñada a partir de la sistematización de experiencias de 24 estudiantes de la universidad, en torno al desarrollo de su bienestar emocional, psicológico académico y social, quienes han participado en talleres artísticos desde el departamento de Promoción y Bienestar Institucional, durante los años 2023 y 2024, como una estrategia para promover el bienestar integral con herramientas prácticas propias del quehacer artístico como lo son el teatro, la danza y las artes plásticas. La integración de estas tres disciplinas en la creación de un syllabus con metodologías, contenidos temáticos y estrategias diseñadas para el desarrollo integral de los estudiantes de pregrado, ofrece un enfoque innovador y transversal que permite formular ambientes académicos orientados desde lo interdisciplinar, generando desde el aula espacios alternativos destinados al desenvolvimiento personal de los estudiantes con herramientas que fomenten la adquisición de habilidades para la creación artística, la comunicación de emociones, el desarrollo social-humano y académico, y el desarrollo del pensamiento crítico

En el entorno académico según el área de desarrollo humano, del departamento de promoción y bienestar institucional, la ansiedad es una de las problemáticas que afecta el bienestar integral; en la Universidad Santo Tomás seccional Tunja, según la base de datos

del área de salud y desarrollo humano del Departamento de Promoción y Bienestar Institucional, de cada 100 estudiantes que acuden al servicio de salud en la institución, 2 padecen trastorno de ansiedad y 10 trastorno mixto de ansiedad, esta situación refleja la necesidad de estrategias diseñadas para la atención y prevención, con un enfoque transversalizado hacia diferentes escenarios; el programa caleidoscopio artístico, busca impactar en la forma de pensar, sentir y actuar de los estudiantes aportando a la manera de relacionarse con los demás y con su entorno académico, para prevenir y atender síntomas relacionados al estrés, la ansiedad, la depresión entre otros que pueden generar eventuales acontecimientos en la comunidad universitaria. A partir de esta problemática se concibe la iniciativa de intervenir desde las artes mediante una electiva académica que ofrece espacios de creación sensorial, reflexiva, de auto y co-relacionamiento en donde las clases contarán con espacios de sensibilización focalizadas, con el propósito de mitigar estas condiciones que dispersan la tranquilidad y estabilidad en los ambientes cotidianos de la comunidad estudiantil.

En la electiva denominada “caleidoscopio artístico” se diseñan ambientes académicos con el propósito de oxigenar la vida universitaria, desde encuentros que integran la creación, la investigación, la sensibilización, la comunicación e interacción humana en relación a la problemática identificada, utilizando herramientas artísticas como el libro artista, la elaboración de una pieza de danza contemporánea y la creación de una acción en técnica de teatro del oprimido, no sólo como herramienta de mitigación sino como dispositivo de transformación de los procesos socioeducativos y culturales que tejen el entorno de los estudiantes de pregrado de la universidad Santo Tomás seccional Tunja, basados en la idea de que el arte proporciona un continuo desarrollo del ser, desde el pensamiento crítico, el trabajo colectivo, la resolución de conflictos, la comunicación y

transmisión de ideas, emociones y sensaciones, desembocando en la mitigación de síntomas y problemáticas que deconstruyen el ser y la sociedad.

Antecedentes Investigativos o Estado de la Cuestión

El arte y la cultura han demostrado ser herramientas esenciales en la construcción de ambientes de bienestar y en la promoción de la salud mental no sólo en contextos educativos; una de las alertas más claras la tuvimos con la pandemia del Covid 19, que sorprendió al mundo entero y en donde el arte se convirtió en un salvavidas que alivió la incertidumbre universal ayudando a sobrellevar el encierro, la soledad, y el aislamiento; los conciertos, el teatro, el cine, la música, la literatura, las artes plásticas y la danza se conectaron para traspasar fronteras; por tal razón nos referimos al arte como un puente canalizador que puede mediar en situaciones precisas, en donde su responsabilidad no es únicamente ser herramienta creativa, sino un elemento clave para acompañar la mitigación de síntomas relacionados al estrés y la ansiedad. La experiencia previa con el desarrollo de talleres artísticos y actividades culturales en la universidad Santo Tomás, seccional Tunja, nos lleva a realizar una búsqueda relacionada a factores propios de formación integral y transversal partiendo desde el arte como un eje articulador en este proceso, encontrando referentes que hacen mención a la importancia del arte como dispositivo integrador en la formación integral de educación superior, al igual que herramientas pedagógicas con relevancia en el acompañamiento de situaciones de estrés, y algunos elementos propios del arte que aportan significativamente a la exploración de escenarios generadores de nuevas formas de expresión.

En el contexto educativo, específicamente en la Universidad Santo Tomás seccional Tunja, se puede identificar una experiencia previa a partir del desarrollo de talleres

artísticos y culturales ofrecidos por el Departamento de Promoción y Bienestar Institucional, lo cual ha permitido evidenciar la importancia del arte como un eje articulador en los procesos de formación integral y transversal, teniendo en cuenta que a través de estos talleres no solo se ha enriquecido el ambiente universitario, sino que también se ha contribuido en paralelo al bienestar emocional de los estudiantes, gracias al fomento de espacios culturales que involucran tanto la expresión individual como colectiva de quienes participan. Lo anterior nos lleva a revisar con mayor precisión, experiencias alternativas desarrolladas en otros entornos educativos y con dinámicas similares apoyados en el arte y la cultura, con el propósito de fortalecer el bienestar integral, lo cual hoy por hoy se ha convertido en una de las prioridades de atención es salud social.

Diferentes estudios y experiencias destacan la importancia del arte como un componente integrador no solo en la educación superior, en donde, herramientas pedagógicas, diseñadas desde disciplinas artísticas han demostrado ser eficaces para acompañar situaciones de estrés que fomentan a su vez habilidades socioemocionales, creativas y de manera complementaria propician el desarrollo del pensamiento crítico, la reflexión y el autoconocimiento. En este sentido, el arte se configura como un elemento transformador que no solo enriquece la formación académica, sino que también genera escenarios para la exploración de nuevas formas de expresión y el fortalecimiento del bienestar integral

La base del Caleidoscopio artístico: un mediador de experiencias que promueve el bienestar integral en estudiantes universitarios se sustenta en la identificación de experiencias directas con los estudiantes de la Universidad Santo Tomás, relacionado al interés de generar un espacio académico que integre desde el arte escenarios alternativos de

formación, tomando como referente, experiencias en entornos similares que vinculan de manera transversal la educación artística.

“Es en este sentido que la educación artística toma otra dimensión en la contemporaneidad, apuntando a enriquecer las capacidades de resolución de problemas o el pensamiento crítico, la comunicación o el aprender a aprender, que las epistememas de otras disciplinas no poseen y requieren en la interrelación con el mundo sociocultural y natural” (Sánchez. 2018.pág 184)

Entre los distintos trabajos relacionados con esta propuesta, encontramos:

· Unesco (2021): En su informe *"La educación artística en el siglo XXI: Promoviendo la creatividad para el bienestar y el desarrollo integral"*, la Unesco destaca cómo las artes, cuando se integran en los programas educativos, fomentan habilidades como la resiliencia, la creatividad y el pensamiento crítico, esenciales para el bienestar emocional y social de los estudiantes. Este informe subraya que la educación artística puede desempeñar un papel crucial en la gestión del estrés y en la promoción de la salud mental en contextos educativos.

· Clift, S., & Camic, P. (2016): En el libro *"Arts, Health and Wellbeing: A Research Report"* aborda el impacto positivo de las artes en la salud mental, incluyendo estudios que evidencian cómo las prácticas artísticas en contextos educativos han ayudado a reducir los niveles de ansiedad y depresión, además de mejorar la capacidad de expresión emocional en los estudiantes.

El programa de Cultura Viva Comunitaria en América Latina (2019): Este programa destaca experiencias en diversas universidades de la región que han incorporado proyectos artísticos como herramientas de formación integral. Los resultados muestran un impacto

positivo en la cohesión social, la mejora del rendimiento académico y la gestión de conflictos dentro de las comunidades estudiantiles.

· Experiencias locales en Colombia: Proyectos como “Arte para sanar” desarrollados en universidades colombianas, como la Universidad Nacional y la Universidad de los Andes, han documentado cómo los talleres de teatro, música y artes visuales han contribuido a fortalecer el bienestar emocional y social de los estudiantes, especialmente en situaciones de crisis como la pandemia.

Universidad Nacional de Colombia

A través de su Programa de Cultura y Bienestar Universitario, la Universidad Nacional ha desarrollado iniciativas como talleres de teatro, música, danza y artes visuales dirigidos a estudiantes y docentes. Estos espacios promueven el desarrollo personal y emocional, además de fomentar la integración comunitaria. Un ejemplo destacado es el Festival Universitario de las Artes, que busca conectar a la comunidad universitaria a través de diversas expresiones artísticas.

Universidad de los Andes

La Dirección de Bienestar Universitario de esta institución ha liderado proyectos como El arte y la salud mental, una iniciativa que incluye talleres y exposiciones que utilizan el arte como herramienta terapéutica. Además, la Universidad de los Andes integra actividades artísticas en sus estrategias de acompañamiento psicosocial, especialmente para estudiantes que enfrentan desafíos emocionales.

Universidad Javeriana

En su sede de Bogotá, la Facultad de Artes y el área de Bienestar Universitario han desarrollado programas como Artes para el alma, orientados a trabajar con estudiantes en

situaciones de estrés académico. Estas iniciativas incluyen prácticas como la musicoterapia y la danzaterapia, que han demostrado impactos positivos en el manejo de la ansiedad.

Universidad del Valle

Esta universidad ha implementado el Programa de Arte y Cultura para la Paz, que busca promover la cohesión social y la resolución de conflictos a través del arte. Este programa ha involucrado a estudiantes en proyectos de teatro y muralismo, ayudando a crear espacios de reflexión y expresión en comunidades vulnerables.

Los antecedentes expuestos resaltan el papel fundamental del arte y la cultura como ejes integradores en la formación educativa y como herramientas clave para la promoción del bienestar emocional. Desde experiencias internacionales hasta casos locales, incluyendo los desarrollados en la Universidad Santo Tomás, se evidencia que las actividades artísticas no solo potencian habilidades creativas, sino que también contribuyen significativamente a la mitigación de síntomas de estrés, ansiedad y aislamiento social. En este sentido, el arte no solo es una vía de enriquecimiento personal, sino también un elemento transformador que responde a las necesidades de la formación integral y del bienestar en la educación superior, generando nuevas posibilidades para enfrentar los desafíos actuales.

Estos ejemplos reafirman el papel central del arte en las universidades colombianas como un puente entre la formación integral y la promoción del bienestar emocional, mostrando que estas instituciones están reconociendo su valor no solo como expresión cultural, sino como un medio para enfrentar los desafíos emocionales y sociales de los estudiantes.

Así mismo, relacionamos desde la importancia del arte en el contexto educativo, los siguientes referentes que han llevado un estudio del caso:

“En el campo pedagógico el estudio internacional sobre el impacto de las artes en la educación (Bamford, 2009) identificó que los criterios utilizados para valorar el servicio educativo se centraban en logros en matemáticas, pensamiento científico y lengua; no obstante, los diversos agentes educativos reiteraban entre sí la importancia de la educación artística en la educación y el aprendizaje. Esta inconsistencia entre pensamiento y acción educativa es reiterada en diversos tiempos y escenarios educativos” Luzmila Mendivil. 2007.

Gómez Teresa, de Vicente Cesar. 2020. El teatro-foro como herramienta didáctica para el cambio educativo. Artículo de Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial 4.0 Internacional. En el artículo se evidencia el estudio realizado en la Universidad Nacional de Educación a Distancia en España, con población docente y estudiantil, cuyo objetivo fue la implementación de una línea del teatro del oprimido y efecto de la pedagogía del teatro del oprimido, específicamente el teatro foro, como estrategia pedagógica para la formación en pensamiento crítico y análisis de las realidades en pro de la construcción de un contexto educativo justo y democrático, teniendo como resultado la el análisis de realidades concretas por parte de los estudiantes y la implementación de herramientas alternas por parte de docentes partiendo de una estructura lineal de aprendizaje en la que según Freire (1992 , p. 90) “nadie educa a nadie, así como nadie se educa a sí mismo, los hombres se educan en comunión, mediatizados por el mundo”. (Teresa Gomez, 2020)

Amador Cernuda Lago y María Esther Pérez Peláez, 2019. Reflejan en este artículo el proceso investigativo experimental sobre la práctica de la actividad artística como regulador de los procesos de ansiedad y agresividad reflejado como resultado que la danza como herramienta educativa colabora significativamente en la reducción y mitigación del

estrés y la ansiedad en niños y jóvenes. Con base en los resultados de esta investigación experimental, podemos afirmar que la danza es una buena herramienta para mejorar estados de estrés y ansiedad en niños y jóvenes. Se contrastan positivamente nuestras hipótesis principales: H1: La práctica de la danza mejora los niveles de estrés y ansiedad en los niños, y H2: La danza es una herramienta educativa que colabora significativamente en el control del estrés y la reducción de la ansiedad, frente a la actividad física deportiva y al sedentarismo en niños y jóvenes-La actividad artística como regulador de los procesos de ansiedad y agresividad.

“Se concluye haciendo un llamado a las universidades en especial, a las del tercer mundo, para que comprendan el sentido que tiene el arte en el ámbito académico y cultural”- El arte y la educación superior, José Mario Fandiño, 2009. En el documento señalado se muestra el resultado de un proceso de investigación sobre arte en la educación superior de los países tercermundistas comparado con los procesos educativos de los países desarrollados y su aplicación del arte en ellos.

(Hurtado, A, 2020, p14) Hurtado, A. d. (2020). Ref: El teatro del oprimido como práctica de comunicación-Educación capaz de incidir en los imaginarios sociales. Universidad Distrital Francisco José de Caldas Comunicación – Educación en contextos de globalización, neoliberalismo y resistencia, 14. En esta investigación la práctica del Teatro del Oprimido se configura como una propuesta de educación horizontal y dialógica, en donde tanto el error como el conflicto son valiosos: en este caso no se consideran fallos ni motivos de escarnio ni de sanción, sino de etapas necesarias que permiten unos aprendizajes que no se darían de otra manera. En este contexto la crisis, la situación de opresión, se considera una oportunidad, una posibilidad de diálogo.

Alises, A, 2018, p 335) Alises, A, (2018) ref 2: Barbosa, L (2021). Voguing, un grito retorcido contra la opre-sión. Soy todo y nada, sobre la danza de cuerpos desviantes. Estudios Artísticos: revista de investi-gación creadora, 7(10) pp. 144-161. DOI: Ref: La danza como instrumento al servicio de la psicología positiva aplicada a la educación- Revista científica electrónica de Educación y Comunicación en la Sociedad del Conocimiento , 335) esta investigación demuestra como "la práctica de las diversas manifestaciones de la danza para el desarrollo de las fortalezas, la pasión por una vida sana, el crecimiento psicológico, el cultivo de las emociones positivas, y el fomento de la alegría y del optimismo, son claves para desarrollar la inteligencia emocional y de promover una educación positiva en contextos formales, no formales e informales"

(Rojas, G, y Galván, L, 2020, p 22) Rojas, G, y Galván, L, (2020) Ref: Arteterapia: una experiencia de implementación remedial voluntaria en universitarios- Revista iberoamericana para la investigación y el desarrollo educativo, 22. "En estos talleres se buscó disminuir la ansiedad que provoca realizar actividades propias de la vida universitaria y sus distintos estresores. Cabe subrayar que todos los alumnos participantes señalaron haberse sentido acompañados y más seguros de poder continuar con sus cursos inscritos, además de sentirse capaces de afrontar sus problemáticas personales, las cuales, sumadas a las académicas o profesionales, eran las principales causas de dar de baja sus materias, o bien fracasar en ellas, lo que, según sus comentarios de salida, ya pudieron sobrellevar con mejor actitud y seguridad. Asimismo, señalaron que están haciendo uso con mayor éxito de sus habilidades personales y académicas"

Marco Teórico (Conceptos Clave y Referentes)

El desarrollo de la presente investigación está basado en un marco teórico nacional e internacional, a continuación, se nombrarán autores que se encuentran directamente relacionados con el impacto que genera el arte, las artes plásticas, el teatro y la danza en el fortalecimiento psicológico, cognitivo y emocional.

El teatro, la danza y las artes visuales como herramientas fundamentales para el desarrollo emocional y cognitivo de los estudiantes universitarios- en un primer momento desde el contexto educativo se puede nombrar a Carlos S. Rodríguez, con su obra “La educación artística como proceso de construcción de sentido en la educación superior” reconocido por ser un referente en la educación artística en Colombia, ha reflexionado sobre cómo las disciplinas artísticas (como el teatro, la danza y las artes visuales) son herramientas fundamentales para el desarrollo emocional y cognitivo de los estudiantes universitarios. Rodríguez sostiene que el arte es esencial para promover la creatividad, el pensamiento crítico y la autonomía intelectual en los estudiantes, además de ser una vía para fortalecer su identidad y bienestar emocional. En sus estudios, subraya cómo el arte contribuye al aprendizaje integral, no solo académico, sino también afectivo y social.

Impacto del arte en la formación integral de los estudiantes- el autor Luis Eduardo Rivas es un pedagogo colombiano que ha investigado sobre el impacto del arte en la formación integral de los estudiantes. Ha argumentado que las prácticas artísticas, como el teatro y la danza, juegan un rol fundamental en el fortalecimiento de la autoestima, la autoexpresión y la capacidad de los estudiantes para enfrentar desafíos emocionales y psicológicos. Rivas señala que el arte no solo fomenta habilidades cognitivas y creativas, sino que también actúa como un medio para la reflexión personal y la gestión emocional,

cruciales en la etapa universitaria. Su trabajo destaca cómo el arte contribuye al desarrollo de habilidades socioemocionales que fortalecen la resiliencia y el bienestar psicológico de los estudiantes. Su obra se denomina “El arte como mediador en la formación integral del sujeto”. Ambos autores coinciden en que el arte, en sus diversas formas, es una herramienta poderosa para la formación integral de los estudiantes universitarios, y no solo como un área de conocimiento, sino también como un medio para el crecimiento personal, la regulación emocional y el desarrollo de competencias cognitivas esenciales para el éxito en la vida académica y profesional.

Desarrollo cognitivo y emocional de los jóvenes y la práctica artística- Vygotsky, Lev (Rusia) Obra clave: La imaginación y el arte en la infancia (The Psychology of Art) en su obra La Imaginación y el Arte en la Infancia, Lev Vygotsky, destacado psicólogo ruso, explora las complejas interacciones entre el desarrollo cognitivo y emocional de los jóvenes y la práctica artística. A través de un enfoque innovador, Vygotsky establece que el arte, y en particular las actividades creativas como la pintura, la música y la danza, juegan un rol fundamental en la construcción de la conciencia y la personalidad infantil. Este análisis no solo se centra en el valor formativo de las artes en la niñez, sino que también enfatiza el impacto que la experiencia artística tiene en el desarrollo emocional, social y cognitivo, aspectos que son esenciales para el bienestar integral de los individuos.

Vygotsky plantea que el arte es una poderosa herramienta psicológica que permite a los niños dar forma y expresión a sus experiencias internas. A través de la creación artística, los niños son capaces de exteriorizar pensamientos, emociones y experiencias que, de otro modo, podrían permanecer inarticuladas. En este proceso, el arte actúa como un mediador simbólico que facilita el paso de lo concreto a lo abstracto, promoviendo un tipo de desarrollo cognitivo más complejo. La capacidad de transformar la realidad perceptual

en una forma simbólica ya sea mediante un dibujo, una obra teatral o una escultura, contribuye al refinamiento de las funciones cognitivas superiores como el pensamiento simbólico, la abstracción y la generalización. Así mismo, el arte también desempeña un papel clave en la formación emocional de los niños. Las actividades artísticas, al permitirles expresar sus sentimientos y emociones de forma no verbal, facilitan el proceso de autorregulación emocional. Además, el arte proporciona un medio para que los niños experimenten la empatía y la comprensión de los estados emocionales de los demás, lo que favorece su desarrollo social. La capacidad de representar emociones a través del arte contribuye al fortalecimiento de la inteligencia emocional, ya que ayuda a los niños a identificar y gestionar sus propios sentimientos.

Por otro lado, Vygotsky señala que el arte también tiene una dimensión social importante. Las actividades artísticas, especialmente aquellas que se realizan en conjunto con otros niños, favorecen el desarrollo de habilidades sociales, como la cooperación, la negociación y la comunicación. A través de estas interacciones, los niños aprenden a comprender las perspectivas de los demás y a expresar sus propias ideas de manera más estructurada y coherente.

El impacto del arte en el desarrollo cognitivo es fundamental, por ello Vygotsky no se limita a afirmar que el arte tiene un impacto emocional y social, sino que también subraya su importancia para el desarrollo cognitivo. En particular, la creación artística permite a los niños trabajar con conceptos abstractos, mejorar su capacidad de representación mental y desarrollar habilidades de resolución de problemas. A través de las actividades artísticas, los niños son empujados a salir de lo concreto, a ver las cosas desde diferentes perspectivas y a pensar en alternativas creativas a los desafíos que enfrentan. El arte, entonces, se convierte en una herramienta cognitiva que potencia la capacidad de los

niños para organizar sus pensamientos, planificar y tomar decisiones. En el caso de actividades como el teatro o la danza, los niños no solo desarrollan habilidades de coordinación motriz, sino que también practican la memoria de trabajo, la atención y la flexibilidad cognitiva al tener que adaptarse a nuevas situaciones y responder a estímulos imprevistos.

El psicólogo Howard Gardner presenta una revolución conceptual en el campo de la psicología educativa al proponer la teoría de las inteligencias múltiples en *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Contrario a la visión tradicional de la inteligencia, que la conceptualiza de manera única y lineal, Gardner argumenta que existen múltiples formas de inteligencia que se manifiestan de manera distinta en cada individuo. Su teoría subraya que las capacidades humanas son diversas y no pueden ser reducidas a una sola medida de coeficiente intelectual. Esta perspectiva tiene profundas implicaciones para la educación y, especialmente, para el desarrollo académico, emocional y cognitivo de los estudiantes, particularmente en el contexto universitario.

Gardner identifica ocho tipos de inteligencia: lingüística, lógica-matemática, espacial, corporal-kinestésica, musical, interpersonal, intrapersonal y naturalista. En este marco, las inteligencias corporal-kinestésica, musical e interpersonal, que están directamente vinculadas al arte, el teatro y la danza, juegan un papel crucial en el desarrollo integral de los estudiantes universitarios. Inteligencia corporal-kinestésica: Esta inteligencia se refiere a la capacidad de usar el cuerpo de manera hábil y con fines expresivos o creativos. En el contexto de la danza y el teatro, los estudiantes desarrollan esta inteligencia al integrar sus movimientos físicos con emociones y narrativas, lo que mejora su coordinación, expresión emocional y autocontrol. La danza y el teatro permiten a los estudiantes expresar emociones de una manera profunda y consciente, promoviendo un

fortalecimiento emocional significativo y ayudando a la regulación de la ansiedad y el estrés, factores comunes en la vida universitaria.

Es importante mencionar que la inteligencia musical es la capacidad para comprender, apreciar y producir música también está incluida en la teoría de Gardner. La práctica del arte musical ya sea a través de la interpretación o la composición, promueve una profunda conexión entre la mente y el cuerpo, lo cual potencia la concentración, la memoria y la creatividad. El arte musical y el teatro fomentan la capacidad de trabajar en equipo y de adaptarse a diferentes situaciones, lo que tiene un impacto directo en el desarrollo cognitivo y social de los estudiantes. Así mismo, la inteligencia interpersonal como el teatro y las artes colaborativas ayudan a los estudiantes a desarrollar habilidades interpersonales, como la empatía, la colaboración y la comunicación efectiva. A través de actividades teatrales, los estudiantes aprenden a ponerse en el lugar del otro, comprender diferentes perspectivas y trabajar de manera conjunta hacia objetivos comunes. Esta inteligencia no solo fortalece la cohesión social, sino que también mejora las habilidades de liderazgo, esenciales para su futuro profesional y académico.

Para establecer el impacto del arte, el teatro y la danza en el desarrollo cognitivo y emocional Gardner destaca que las artes, particularmente el teatro y la danza, no solo fomentan habilidades específicas dentro de cada inteligencia, sino que también tienen un impacto positivo en el desarrollo cognitivo y emocional de los estudiantes. El arte actúa como un vehículo de aprendizaje profundo, favoreciendo el pensamiento crítico, la creatividad y la resolución de problemas de una manera que otros métodos educativos no pueden. Los estudiantes involucrados en las artes aprenden a hacer conexiones entre conceptos abstractos y tangibles, una habilidad crucial en el desarrollo cognitivo superior, especialmente en contextos universitarios que requieren pensamiento analítico y reflexivo.

En términos emocionales, la participación en actividades artísticas permite a los estudiantes expresar y procesar emociones complejas de manera segura y creativa, lo que fomenta la auto regulación y la inteligencia emocional. El bienestar psicológico de los estudiantes mejora notablemente cuando tienen la oportunidad de participar en actividades que les permiten explorar y gestionar sus emociones a través del arte.

Por ejemplo, en la danza, el movimiento corporal permite a los estudiantes liberar tensiones acumuladas, promover un estado de relajación y mejorar su autoestima. En el teatro, la actuación y la expresión dramatizada permiten la liberación emocional, ayudando a los estudiantes a procesar conflictos internos y a desarrollar una mayor auto comprensión.

Edward H. Hall *The Dance of Life: The Other Dimension of Time* (1983)

El antropólogo estadounidense Edward H. Hall en *The Dance of Life: The Other Dimension of Time*, ofrece una profunda reflexión sobre el papel fundamental del tiempo, el espacio y el movimiento corporal en la configuración de las culturas humanas. Aunque no se centra exclusivamente en las artes, Hall aborda cómo las prácticas culturales, especialmente la danza y los rituales corporales, influyen en la manera en que los individuos experimentan y se relacionan con el tiempo, el espacio y con los demás. A través de su análisis, Hall destaca la importancia del movimiento corporal en el desarrollo tanto personal como social, ofreciendo una perspectiva innovadora sobre cómo las artes, en particular la danza, impactan de manera integral el bienestar psicológico, cognitivo y emocional de los individuos.

En el marco de su análisis, Hall resalta que las prácticas como la danza y el teatro son vitales para el fortalecimiento cognitivo y emocional de los individuos, particularmente en el contexto educativo. Las artes, especialmente aquellas que requieren la participación física y la expresión emocional, como la danza y el teatro, fomentan la coordinación motriz

y la concentración mental. El uso del cuerpo en el espacio no solo involucra procesos físicos, sino también procesos mentales complejos relacionados con la memoria y la percepción. Un ejemplo, en la danza, el aprendizaje de secuencias de movimientos y el control del cuerpo en el espacio contribuyen a la mejora de la memoria de trabajo, ya que los estudiantes deben recordar patrones y sincronizarlos con otros movimientos. Además, la danza y el teatro permiten que los estudiantes experimenten una conexión emocional profunda con los contenidos y las historias que representan, lo que activa áreas cerebrales vinculadas a la empatía y la regulación emocional.

La implicación más profunda del trabajo de Hall es su visión del arte como una herramienta de autodescubrimiento y bienestar integral. La danza y el teatro no solo permiten que los estudiantes se expresen, sino que también ofrecen un espacio para la exploración personal y el crecimiento emocional. El movimiento corporal, según Hall, no es solo un medio para expresar ideas, sino también una forma de comprender el propio cuerpo, lo que genera una mayor auto comprensión y auto aceptación. En este sentido, las artes no solo son un recurso pedagógico, sino una vía hacia una vida más plena, consciente y equilibrada.

Por último, destaca la importancia fundamental del arte, la danza y el teatro en el desarrollo cognitivo, emocional y social de los estudiantes universitarios. A través del movimiento y la expresión artística, los estudiantes no solo mejoran sus habilidades cognitivas y académicas, sino que también encuentran una vía para el autodescubrimiento, la expresión emocional y la conexión cultural. Estas prácticas permiten que los estudiantes enfrenten los desafíos emocionales y académicos con mayor resiliencia, mientras desarrollan habilidades clave como la empatía, la comunicación y el trabajo en equipo.

Diseño Metodológico

Basados en la premisa de que la educación no solo debe transmitir conocimientos, sino que también debe fomentar la reflexión crítica, la acción transformadora y el progreso de la sociedad; y esto implica priorizar el desarrollo integral de cada individuo, desde su proyecto de vida, su evolución cognitiva, su estabilidad emocional, física y mental, proporcionando entornos que fomenten el diálogo, la reflexión y la creatividad, enfocados en el cuerpo, la memoria y las emociones.

El programa caleidoscopio artístico integra esta línea de investigación desde un enfoque pedagógico que promueve la reflexión y el diálogo, basado en temáticas sociales y personales, desde el análisis creativo y crítico empoderando a cada estudiante como agente de transformación en sus realidades más inmediatas. La integración del arte, la academia, la cultura, el ser humano y sus realidades, permite que los talleres artísticos no sólo aborden las problemáticas que afectan a los estudiantes, sino que permite promover el entendimiento profundo de sus aficciones, para fomentar el bienestar integral a nivel personal, académico y social de los estudiantes.

Metodología

La sistematización de experiencias es un proceso fundamental en el ámbito educativo y socioeducativo, que permite reflexionar, documentar, organizar y compartir de manera sistemática los aprendizajes y conocimientos derivados de las prácticas y programas realizados (Jiménez-Quintero, 2020) (Arboleda, 2022).

En el panorama educativo actual, la sistematización de experiencias se entiende como un proceso crucial para convertir las prácticas en conocimiento significativo y promover la mejora continua. Más allá de una simple recopilación de datos, la sistematización implica un análisis crítico y reflexivo de las experiencias, con el objetivo de

comprender sus dinámicas, extraer aprendizajes relevantes y optimizar las intervenciones futuras (Jara, 2009). Este proceso, participativo, valora las voces y perspectivas de los actores involucrados, enriqueciendo la comprensión de la experiencia desde múltiples ángulos.

La sistematización de experiencias cobra relevancia en el ámbito educativo, donde la constante evolución de las prácticas y la búsqueda de la calidad exigen una mirada crítica y reflexiva sobre el quehacer cotidiano de los docentes y las instituciones educativas. Este proceso permite trascender la descripción de las acciones implementadas para la comprensión de los factores que influyen en los resultados obtenidos, las estrategias que resultan más efectivas y los desafíos que se presentan en la implementación de programas, proyectos e innovaciones educativas.

Lola Cendales y Alfonso Torres, coinciden en que la sistematización de experiencias se articula en torno a una serie de etapas interrelacionadas que guían el proceso de análisis y reflexión. En primer lugar, se requiere una definición del objeto de sistematización, posteriormente, se procede a la recuperación y reconstrucción de la experiencia, recopilando información de diversas fuentes, ordenando cronológicamente los acontecimientos y los principales hitos relevantes para el desarrollo de la experiencia, buscando profundizar en la comprensión de las relaciones que influyeron en el desarrollo de la experiencia, las estrategias implementadas y su efectividad, así como las consecuencias, que se derivaron de la experiencia. Estos aprendizajes, fruto de un proceso de análisis y reflexión, se convierten en un insumo para la toma de decisiones, la mejora de las prácticas educativas y la transformación de las realidades. (Cendales González & Torres Carrillo, n.d.) (Torres-Carrillo, 2021)

En el ámbito educativo, la sistematización de experiencias es relevante en contextos, como: La implementación de innovaciones curriculares, metodológicas o pedagógicas, donde se debe comprender los factores que inciden en su éxito o fracaso, también en programas de formación docente, donde la reflexión sobre las prácticas y las lecciones aprendidas contribuyen a mejorar los procesos de enseñanza-aprendizaje. (Benítez & Gamboa, 2022) (Anderson, 2010)

Diversos autores han destacado la importancia de la sistematización de experiencias en los ámbitos educativo y social, ya que constituye una herramienta valiosa y crucial para la generación de conocimiento significativo, la mejora continua de las prácticas y la transformación positiva de las realidades en las que se implementa (Jiménez-Quintero, 2020) (López, 2015). La sistematización permite pasar de la descripción a la comprensión profunda de las experiencias, extrayendo aprendizajes que contribuyen a optimizar las intervenciones y generar un impacto más efectivo en los contextos educativos y socioeducativos.

La sistematización de experiencias se caracteriza por: Su carácter crítico y reflexivo, su enfoque participativo, su orientación hacia la transformación, en cuanto al planteamiento metodológico para la sistematización de experiencias requiere de un planteamiento metodológico que permita reconstruir, analizar e interpretar de manera sistemática y rigurosa la experiencia abordada. Según los aportes de Jara (Figaredo, 2012), un planteamiento metodológico para la sistematización de experiencias debe contemplar los siguientes pasos:

1. Definición del objeto de sistematización
2. Recuperación del proceso vivido
3. Recuperación y reconstrucción histórica

4. Reflexión de fondo
5. Reflexión sobre los factores contextuales
6. Identificación de los ejes de sistematización
7. Interpretación crítica
8. Formulación de conclusiones y aprendizajes

Este planteamiento metodológico se constituye en una hoja de ruta fundamental para llevar a cabo un proceso de sistematización riguroso y con sentido, que permita extraer aprendizajes relevantes y enriquecer las prácticas en los diferentes contextos donde se aplique.

Los contenidos temáticos del programa Caleidoscopio artístico: un mediador de experiencias que promueve el bienestar integral en estudiantes universitarios, se basan en la metodología (ABP) aprendizaje basado en problemas, la cual constituye una base para el aprendizaje significativo, ya que esta metodología se basa en el trabajo activo y colaborativo de la población, en este caso estudiantes de pregrado de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja adscritos a la electiva caleidoscopio artístico, crearán tres productos que entrelazan el proceso mismo y a los integrantes del proyecto en conjunto con sus vivencias, desde el libro artista, uno por cada integrante del programa, una pieza de danza contemporánea y una acción en técnica de teatro del oprimido, desarrolladas como medio de comunicación en el que las personas transmiten sus ideas, sensaciones, experiencias y aprendizajes, generando productos artísticos que median entre el sujeto y su entorno, como puente de comunicación vivencial.

Planificación de las estrategias:

<p>OBJETIVO GENERAL</p>	<p>Crear un programa de extensión académica denominado "caleidoscopio artístico" para la promoción del bienestar integral de estudiantes universitarios, en el que el teatro, la danza y las artes plásticas sean el eje principal, a partir de la sistematización de experiencias de 24 estudiantes que han participado en las líneas de artes plásticas, teatro y danza contemporánea, durante los años 2023 y 2024 en la universidad Santo Tomás seccional Tunja.</p>		
<p>OBJETIVO DE LAS ESTRATEGIAS</p>	<p>ACTIVIDAD</p>	<p>RECURS O</p>	<p>EVALUACI ÓN</p>
<p>1. Diseñar y desarrollar talleres de artes plásticas, teatro del oprimido y danza contemporánea para promover el bienestar emocional y la reducción del estrés en los estudiantes con</p>	<p>Diseñar el plan didáctico y metodológico para el desarrollo de los talleres desde cada una de las líneas artísticas, con las que se intervendrán las vivencias de los estudiantes.</p>	<p>Base de datos del área de desarrollo humano Recursos audiovisuales Materiales de papelería para la elaboración del libro artista (Lápices, tijeras,</p>	<p>Sintetización de la información para evaluar las cifras de la población que se va a impactar.</p>

<p>síntomas de ansiedad.</p>		<p>papel, pintura, hilo, pegante)</p> <p>Implementos como pañoletas, telas, lazos, cambios de luces y música estimulante.</p>	
<p>2. Evaluar a través de pruebas diagnósticas las vivencias de los estudiantes en el desarrollo de los talleres artísticos.</p>	<p>Desarrollo de dos sesiones semanales con el grupo de apoyo, las cuáles se orientarán a partir del planteamiento de preguntas relacionadas con los temas de interés, los participantes las</p>	<p>Herramientas pedagógicas desde cada línea artística,</p> <p>Apoyo desde el área de desarrollo humano, material audiovisual, recursos bibliográficos.</p>	<p>Planeación y objetivos estructurados</p>

	contesten de manera progresiva.		
3. Sistematizar a través de un registro audiovisual la información recolectada, identificando fortalezas y limitaciones de cada enfoque en la mitigación de los síntomas de ansiedad en los estudiantes universitarios.	Una vez terminadas las sesiones, se organizan las evidencias audiovisuales recogidas en cada encuentro, con el fin de realizar un documental que evidencie el proceso trabajado con los estudiantes	Cámara fotográfica Micrófon o Iluminaci ón Equipo de edición	Encuesta Evidencia fotográfica

- **Grupo de apoyo**
Estudiantes con síntomas de ansiedad y trastorno mixto de ansiedad
- **Equipo de trabajo**
Psicólogos del área de desarrollo humano del departamento de promoción y bienestar institucional
- **Docentes a cargo del proyecto**
Patricia Parada, docente de artes plásticas USTA Tunja, Yeissón Tamayo, docente de teatro USTA Tunja y Xiomeri Torres, docente de danza contemporánea USTA Tunja.
- **Comunidad con la que se socializará el resultado del proyecto**
Comunidad de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja:

Recolección, Sistematización, Interpretación y Análisis de la Información.

Análisis Cuantitativo, Análisis de Encuestas

En el marco del proyecto *Caleidoscopio Artístico*, se llevó a cabo un estudio que buscó explorar el impacto del arte en la vida cotidiana de los estudiantes universitarios, enfatizando su influencia en los ámbitos personal, social y emocional. Para ello, se aplicó una encuesta a 24 estudiantes de diversas facultades de la Universidad Santo Tomás, seccional Tunja, utilizando un cuestionario semiestructurado como herramienta de recolección de datos. Este enfoque permitió un acercamiento más profundo y natural con los participantes, favoreciendo la obtención de información clave sobre sus percepciones y necesidades.

El estudio se centró en identificar cómo las experiencias artísticas pueden convertirse en un medio para fortalecer el bienestar integral de los estudiantes, especialmente en un contexto educativo que presenta desafíos tanto académicos como personales. A través de este análisis, se buscó no solo evaluar la relevancia del programa

Caleidoscopio Artístico, sino también comprender cómo el arte puede ser una herramienta transformadora dentro del ámbito universitario.

A través de este análisis, se buscó no solo resaltar las fortalezas de programas artísticos, sino también identificar áreas de mejora y contenidos relevantes que atiendan las necesidades de los estudiantes, promoviendo así un enfoque integral desde su formación académica y personal.

Se realizaron encuestas a estudiantes de diferentes facultades de la Universidad Santo Tomás, seccional Tunja, utilizando como instrumento de recolección un cuestionario semiestructurado diseñado específicamente para propiciar un acercamiento más natural y espontáneo con los participantes. Este enfoque permitió no solo recopilar información relevante sobre sus percepciones y experiencias, sino también generar un espacio de diálogo que facilitara la reflexión sobre el papel del arte en su vida cotidiana.

La flexibilidad del cuestionario semiestructurado favoreció la obtención de datos tanto cuantitativos como cualitativos, lo que enriqueció el análisis y permitió captar de manera más integral las necesidades y expectativas de los estudiantes en relación con actividades artísticas. Además, la diversidad de las facultades involucradas aportó un panorama amplio y representativo, proporcionando insumos valiosos para evaluar el impacto del arte en diferentes contextos académicos y personales.

Imagen 1.

EDAD	FACULTAD	2.1 Influencia de talleres	2.2 Evaluación (Emocional)	2.2 Evaluación (Psicológica)	2.3 Consciencia	3.1 Valoración del programa
------	----------	----------------------------------	----------------------------------	------------------------------------	--------------------	-----------------------------------

Consolidado de preguntas y formulación de categorías

El tipo de categoría de ítems más frecuente fueron preguntas con justificación de respuesta sobre (80%), en donde la validación de las respuestas es evaluada desde la capacidad argumentativa y de reflexión, partiendo de un reconocimiento poblacional que permite un acercamiento más significativo con las vivencias de cada participante a partir de una serie de talleres artísticos aplicados como estrategia para la identificación y análisis de la pregunta de investigación: ¿Puede el arte promover el bienestar integral como mediador de experiencias en estudiantes universitarios?, los estudiantes participantes aportan una visión desde su formación en cada una de las facultades que van desde la Ingeniería de sistemas, arquitectura, licenciatura en lenguas extranjeras, derecho, cultura física, negocios internacionales e ingeniería industrial.

Imagen 2.

Grafica de participantes de cada facultad



Imagen 3.

Tabulación de respuestas

	EDAD	FACULTAD	2.1 Influencia de talleres	2.2 Evaluación (Emocional)	2.2 Evaluación (Psicológica)	2.3 Consciencia	3.1 Valoración del programa	3.3 Fortalezas del programa	3.4 Importancia de evaluación	4.1 Inclusión en el pensum	4.2 Comentarios adicionales
1	18	Derecho	Sí	4	5	Sí	4	1, 2, 3	Sí	Sí	El arte promueve la conexión.
2	18	Derecho	SI	5	3	No	5	2, 4	No	No	El arte reduce el estrés y la ansiedad
3	18	Derecho	SI	5	5	Sí	4	7	Sí	Sí	Promueve el bienestar integral

4	18	Licenciatura en lenguas	SI	5	5	Sí	5	1,3,4	Sí	Sí	Promueve el bienestar integral
5	18	Arquitectura	SI	5	5	Sí	5	1,3,4	Sí	Sí	El arte reduce el estrés y la ansiedad
6	18	Arquitectura	SI	5	5	Sí	5	7	Sí	Sí	Promueve el bienestar integral
7	19	Arquitectura	SI	5	5	Sí	5	1,3,4	Sí	Sí	Promueve las relaciones sociales
8	19	Ingeniería de Sistemas	SI	5	5	Sí	5	7	Sí	Sí	El arte reduce el estrés y la ansiedad
9	19	Ingeniería de Sistemas	SI	5	5	Sí	5	7	Sí	Sí	Promueve las relaciones sociales
10	21	Negocios Internacionales	SI	5	5	Sí	5	7	No	Sí	El arte reduce el estrés y la ansiedad
11	22	Derecho	SI	4	5	Sí	5	1,3,4	Sí	No	Promueve las relaciones sociales
12	22	Diseño de interacción	SI	5	5	Sí	5	1,3,4	Sí	Sí	Promueve el bienestar integral
13	31	Maestría Ingeniería	Si	5	5	Sí	5	1,2,3,4	Sí	Sí	Promueve

											el bienestar
		Ambiental									integral
14	18	Licenciatura en lenguas	Si	5	5	Sí	5	1,3,2005	Sí	Sí	Promueve las relaciones sociales
15	18	Licenciatura en lenguas	Si	5	5	Sí	5	1,2,3,4	Sí	Sí	Promueve las relaciones sociales
16	19	Arquitectura	Si	5	5	Sí	5	7	Sí	Sí	El arte reduce el estrés y la ansiedad
17	20	Arquitectura	Si	5	5	Sí	5	7	Sí	Sí	El arte reduce el estrés y la ansiedad
18	20	Ingeniería de Sistemas	Si	5	5	Sí	5	1,3,2004	Sí	Sí	Promueve el bienestar integral
19	24	Licenciatura en lenguas	SI	5	5	Sí	5	7	Sí	Sí	Promueve el bienestar integral
20	19	Licenciatura en lenguas	SI	5	5	Sí	5	1,2, y 3	Sí	Sí	Reduce el estrés
21	19	Ingeniería de Sistemas	SI	4	4	Sí	5	1,3 y 4	Sí	NO	Mejora la creatividad, reduce el estrés y la ansiedad
22	19	Negocios Internacionales	SI	5	4	Sí	5	1,3 y 4	Sí	Sí	Promueve el bienestar

										integral, reduce el estrés y la ansiedad	
23	19	Cultura física	SI	4	5	Sí	5	7	Sí	Sí	Reduce el estrés, fomenta la creatividad, mejora la salud emocional y relaciones sociales
24	25	Ingeniería Industrial	SI	5	5	Sí	5	7	Sí	Sí	El arte ayuda a encontrar tu identidad en el mundo

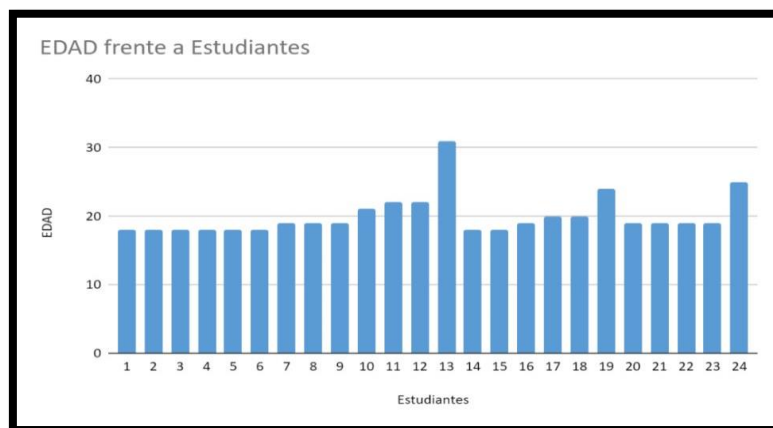
Análisis y Validación de Respuestas

Perfil de los Participantes Total de encuestados: 24 estudiantes

Rango de edad: 18 a 25 años

Imagen 4.

Edad frente a estudiantes



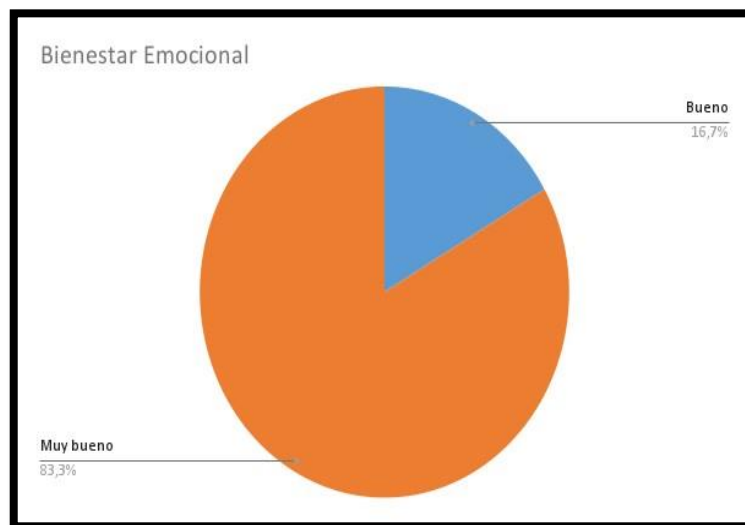
Importancia del Arte como Mediador

Influencia de talleres: la totalidad de los participantes considera que su participación en talleres artísticos ha influido positivamente en su bienestar, mediando desde el ser en relación con el contexto, por lo sugiere que los programas actuales son de alto valor para el desarrollo integral de cada estudiante y tienen un impacto significativo el proceso académico de la comunidad universitaria, en la construcción de la esencia humana y su entorno.

Evaluación del Impacto del Arte

El 83,3% de los estudiantes identifican como “muy bueno” y el 16,7% “bueno” respecto al bienestar emocional, esto refuerza la idea de que las actividades artísticas son un dispositivo fundamental en la construcción y mejoramiento del bienestar emocional de los estudiantes universitarios, ya que es este el eje central de la esencia humana.

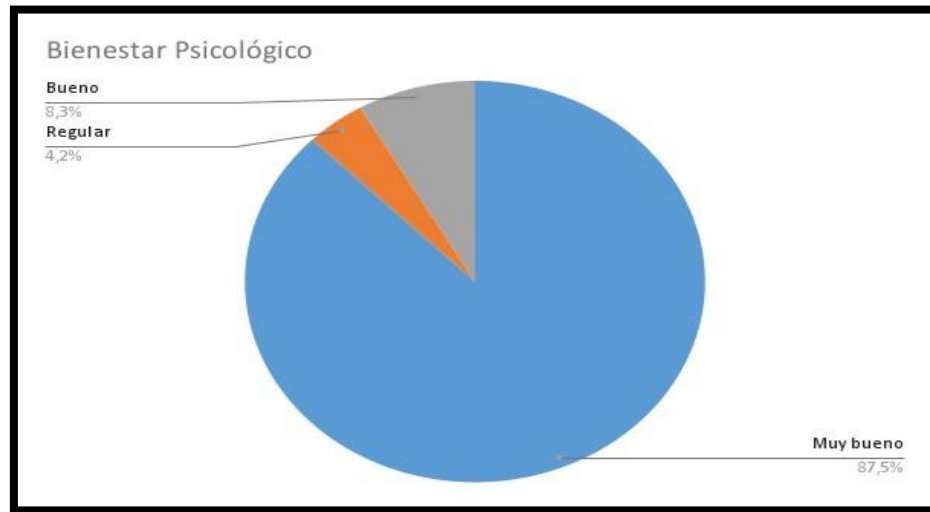
Imagen 5.



Tabulación de Respuesta Bienestar Emocional

El 87,5% de los estudiantes califican “muy bueno”, el 8,3% “bueno” y el 4,2% “regular” respecto al bienestar psicológico, esto refuerza la idea de que las actividades artísticas mejoran el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios.

Imagen 6.

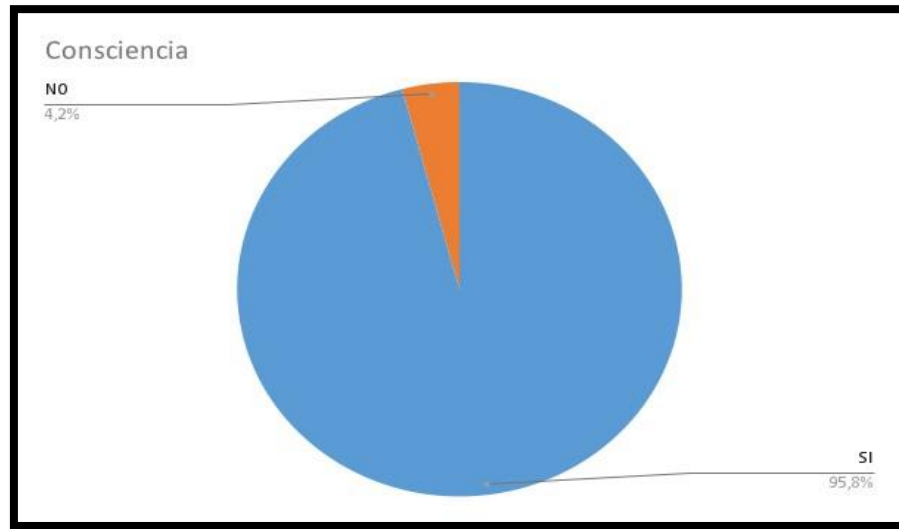


Tabulación de Respuesta Bienestar Psicológico

Consciencia Personal

El porcentaje de estudiantes que, “SI” se sienten más conscientes de sí mismos y de su entorno después de participar en talleres artísticos es de 95, 8% frente a 4,2% que respondieron “NO”, refleja cómo las experiencias artísticas fomentan la reflexión personal y la conexión social.

Imagen 7.

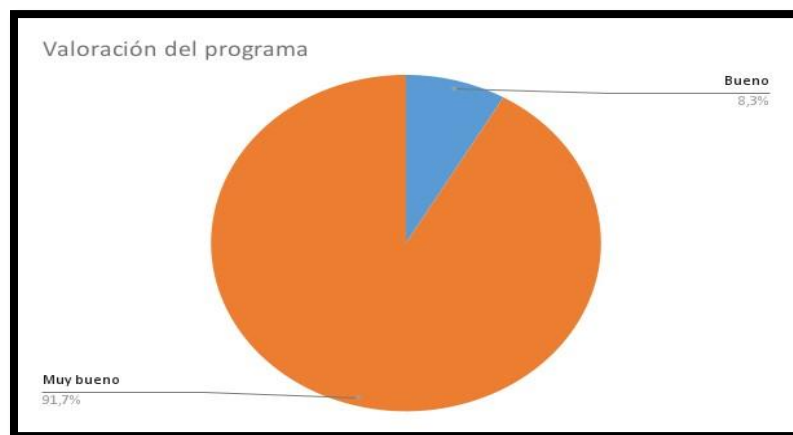


Tabulación de Respuesta Consciencia Personal

Valoración del Programa

Dado que el 91,7% de los estudiantes encuestados cree en la importancia del arte para el bienestar integral, aporta una probabilidad de aceptación para respaldar la idea de que programas integrados como "Caleidoscopio Artístico" sean beneficiosos para estudiantes universitarios.

Imagen 8.

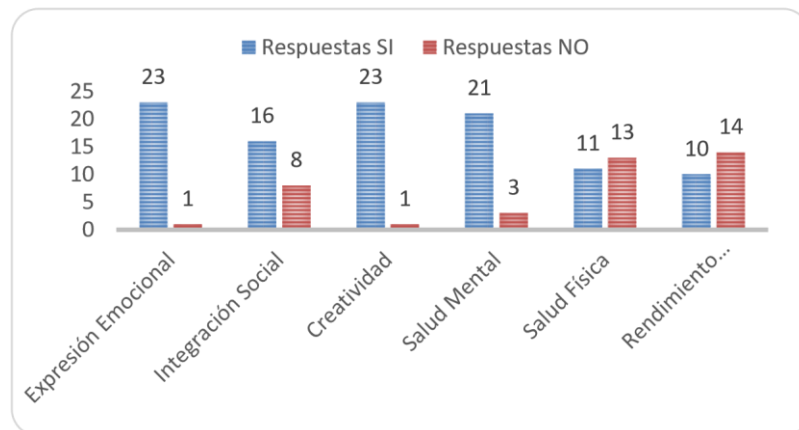


Tabulación de Respuesta Valoración del Programa

Fortalezas del Programa

En esta pregunta de opción múltiple, 23 de los estudiantes encuestados contestaron que las fortalezas más importantes del programa son expresión emocional y creatividad, 21 respondieron salud mental, 16 integración social, 11 salud física y 10 rendimiento académico, lo que podría indicar que, aunque el arte tiene un gran impacto, no se percibe necesariamente como un factor positivo en el rendimiento académico directo y si como medio de expresión emocional.

Imagen 9.

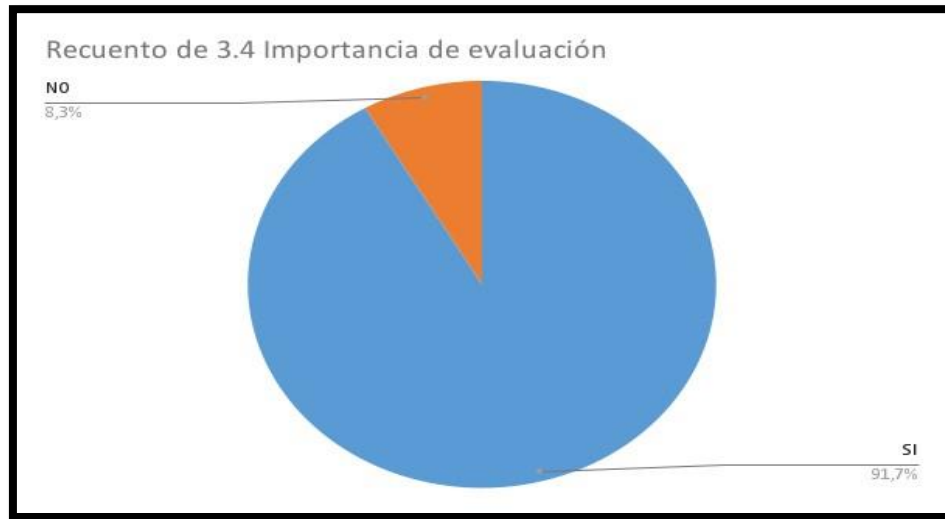


Tabulación de Respuesta Fortalezas del Programa

Importancia de Evaluación y Retroalimentación

El 91,7% de los estudiantes encuestados ven la necesidad de espacios de evaluación y retroalimentación, indica que los estudiantes valoran el aprendizaje continuo y la mejora del programa, lo que es esencial para su desarrollo personal y artístico.

Imagen 10.

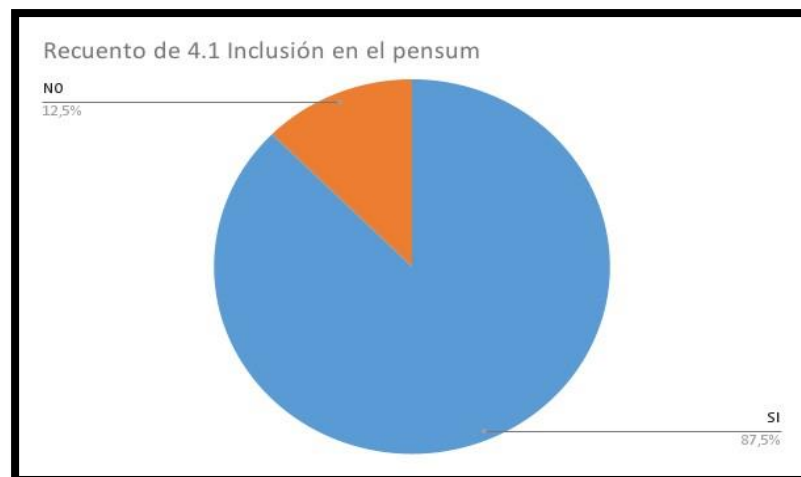


Tabulación de Respuesta Importancia de Evaluación

Inclusión en el Pensum

Para los estudiantes encuestados es de interés que el programa “caleidoscopio artístico” sea incluido en el pensum de las facultades de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja, reflejado en 87,5% que respondieron “SI”.

Imagen 11.



Tabulación de Respuesta Inclusión del Programa en el Pensum

La encuesta realizada a los estudiantes ha demostrado un consenso sobre la importancia del arte como mediador en el bienestar emocional, físico, mental y social. Este proceso de medición permite identificar de manera cuantitativa y cualitativa cómo las actividades artísticas contribuyen al desarrollo integral de los participantes. El proceso de medición refuerza la validez de la metodología educativa adoptada en el programa, demostrando que las prácticas artísticas generan beneficios tangibles en el bienestar integral de los estudiantes, se establece un precedente para la implementación de enfoques similares en otras áreas académicas y programas educativos.

Las respuestas de los estudiantes que coinciden en el impacto positivo del arte en su salud emocional y psicológica indican un fenómeno significativo que puede estar influenciado por diversos factores, incluyendo antecedentes comportamentales y necesidades no atendidas en su desarrollo integral.

A continuación, se relacionan posibles razones que pueden explicar estas similitudes:

Necesidad de Expresión Emocional: Un alto porcentaje de estudiantes puede enfrentar desafíos emocionales y psicológicos, especialmente en un entorno universitario que a menudo es estresante. El arte proporciona un canal para la expresión de sentimientos y experiencias, lo que puede ser particularmente valioso para aquellos que tienen dificultades para comunicar sus emociones verbalmente. Esta necesidad de expresión puede ser un antecedente comportamental común que motiva la búsqueda de actividades artísticas.

Mejora en la Autoestima: La participación en actividades artísticas permite a los estudiantes explorar su creatividad y talentos, lo que puede resultar en un aumento significativo de la autoestima. Muchos jóvenes enfrentan inseguridades relacionadas con su

identidad y su seguridad personal, en las respuestas se identifica que la práctica del arte influye en el desarrollo y fortalecimiento emocional, construyendo redes de apoyo desde la interacción social.

Mitigación del estrés: Los estudiantes enfrentan múltiples fuentes de estrés, desde la carga académica hasta problemas personales. El arte se presenta como una estrategia de afrontamiento efectiva, permitiendo a los estudiantes canalizar el estrés y la ansiedad a través de la creatividad. Aquellos con dificultades en la regulación emocional, pueden encontrar en el arte una forma saludable de lidiar con sus emociones.

Integración de Aprendizajes Previos Los estudiantes que han tenido experiencias positivas previas con el arte, ya sea en la escuela o en el hogar, son más propensos a reconocer su valor en el contexto universitario. Esta integración de aprendizajes previos puede influir en su percepción y valoración de las actividades artísticas como un medio para mejorar sus relaciones y bienestar general

Conclusión Análisis de Encuestas

La presión del sistema de educación superior genera exigencias que lleva a los estudiantes de diversas facultades a tener experiencias relacionadas a la ansiedad, siendo esta una reacción emocional frecuente que se produce en situaciones de estrés y pone en alerta a la persona. En la Universidad Santo Tomás seccional Tunja, se ha identificado que los estudiantes con experiencias relacionadas a la ansiedad van en constante crecimiento y afectan no solo a la población estudiantil sino a la comunidad en general, dificultando el rendimiento, la concentración y la capacidad para resolver problemas, limitando la participación activa en los entornos académicos de la Universidad.

Dentro del análisis de las respuestas de 24 estudiantes frente a la evaluación del programa "Caleidoscopio Artístico" denota su relevancia como una propuesta que se puede integrar en el ámbito académico, ya que no solo promueve la expresión creativa, sino que también actúa como un dispositivo eficaz para mejorar la salud emocional, psicológica y social de los estudiantes, contribuyendo a su vez a mejorar el rendimiento académico. Las actividades artísticas facilitan la autoconciencia, el manejo del estrés y el fortalecimiento de las relaciones interpersonales, aspectos cruciales en un entorno universitario donde los desafíos personales y académicos son constantes.

El objetivo de implementar este programa responde a necesidades identificadas en los estudiantes, ofreciendo un espacio seguro para la reflexión y la creación, al tiempo que fomenta habilidades como el trabajo en equipo, la empatía y la resiliencia. El arte, integrado en el ámbito universitario, tiene el potencial de transformar la experiencia educativa, enriqueciendo no solo el aprendizaje académico, sino también el desarrollo personal de los estudiantes. Por ello, la medición y evaluación de los impactos positivos del programa son esenciales para garantizar su efectividad y sostenibilidad a largo plazo, justificando así su inclusión en la malla curricular como parte de las estrategias de formación integral.

Análisis Cualitativo, Análisis de Entrevistas

Categoría 1: Relación Entre el Arte y Profesión

Imagen 12

N°	Categoría	Subcategorías	Palabras clave	Fragmentos de entrevistas
1	Relación entre Arte y Profesión	Integración del Arte en la profesión	Arte Profesión Entorno Académico Expresión	"porque el arte de una u otra forma se expresa y mi carrera necesita expresión porque nosotros como docentes sí o sí tenemos que tener como ese carisma para poder entregarnos y llegar a los estudiantes"
		Beneficios del Arte en el Entorno Académico		"el arte te ayuda mucho en desarrollo personal es necesario en desarrollo expresivo, digamos personalmente a mí me ha ayudado a poder hacer sustentaciones con más confianza como expresarme con estudiantes y con los demás docentes de manera mucho más clara perder como el miedo al público"
		Expresión Personal		"pero el arte y finalmente te ayuda como a liberar porque el arte lo llevó a uno como hacer más expresivo a uno como a liberarse y ser más es precisa saber hablar con las personas"
		Impacto en el Liderazgo		"antes de hacer teatro yo me paraba en frente y me moría de los nervios y ya con las presentaciones culturales que hemos tenido como que ya me puedo desenvolver mucho más fácil en público sí o sea, ya puedo manejar un tema ya si me lo aprendo y si lo estudio yo sé que puedo hablar ya no ya no quedé en blanco cuando pasó al frente"

Las respuestas de la entrevista revelan una relación clara entre el arte y el campo de estudio de los estudiantes entrevistados, particularmente en cómo se integra el arte en sus profesiones, los estudiantes destacan que el arte les ofrece herramientas para abordar su carrera de manera creativa y enriquecedora. Por ejemplo, la mayoría de los estudiantes entrevistados mencionan cómo la práctica artística les ayuda en la expresión haciendo referencia a hablar de forma adecuada, tranquila y elocuente en público, así como, tener mejores conversaciones académicas al dirigirse a docentes y estudiantes, también sociales, al interactuar mejor con compañeros en diferentes espacios, puesto que facilita la comunicación y expresión de ideas y la resolución de problemas.

Además de la integración del arte en su carrera, los estudiantes entrevistados mencionan varios beneficios de involucrarse en actividades artísticas en el entorno académico. Algunos mencionan que el arte les ayuda a reducir el estrés, incrementar su bienestar y fortalecer sus relaciones con docentes y estudiantes, así como a fomentar un

entorno de estudio más colaborativo y abierto, donde los todos pueden expresar ideas de forma libre.

Categoría 2: Bienestar Integral

Imagen 13

2	Bienestar Integral	Definición Personal	Equilibrio Emocional Salud Estabilidad	"es como sentirse bien en varios aspectos de la vida con todo lo que tú hagas, sentirte en equilibrio, bien"
		Equilibrio Emocional		"yo lo entiendo más como una formación que todo profesional debe tener en cuanto a su entorno en toda su comunidad a mí siempre me dicen que no solamente es necesario ser profesión bajo los números o bajo la teoría, sino que también es necesario ser profesional bajo el concepto de ser humano entender de que todos sentimos todo"
		Impacto en la Vida Diaria		"es como todo lo que tiene que ver con las personas se asocian sea integral sea físicamente sea psicológicamente todo lo que tiene que ver con las personas comprende todo"
		Desarrollo Personal		"ese bienestar se ve reflejado en lo académico en lo social y en lo cognitivo"

Analizando la categoría "Bienestar Integral" y sus subcategorías de "Definición Personal", "Equilibrio Emocional", "Impacto en la Vida Diaria" y "Desarrollo Personal" permite entender la visión del bienestar integral como una dimensión amplia y totalmente conectada, tomando como ejemplo la respuesta del estudiante, en la que se menciona que el bienestar "comprende todo lo que tiene que ver con las personas", refleja una percepción amplia en la que el bienestar no solo se limita a los aspectos físicos o psicológicos, sino que enmarca todo lo que comprende a la persona incluyendo experiencias, e identidad.

El término "Equilibrio Emocional" se resalta en la definición de bienestar integral que dan los estudiantes entrevistados, visto como un pilar fundamental del bienestar, lo que quiere decir que el bienestar integral implica no solo no tener un conflicto emocional, sino también estar en un estado de satisfacción y equilibrio que le permite enfrentarse a la vida diaria, de igual forma el "Desarrollo Personal" sobresale como un componente en esta percepción del bienestar integral, puesto que va ligado con el crecimiento constante en la vida es decir, se concibe el bienestar integral como una construcción permanente que

permite vivir equilibrado emocionalmente y en una búsqueda constante del desarrollo personal.

Categoría 3: Impacto Social del Arte

Imagen 14.

3	Impacto Social del Arte	Conexiones y relaciones Sociales	Amistad Relaciones Familiares Comunicación	"me ha ayudado como ser un poco más extrovertida, entonces puedo como hablar o relacionarme mejor con las personas la comunicación digamos con mis padres también es mucho más buena más efectiva"
		Comunicación Familiar		"En la parte social me ha ayudado muchísimo encontrar buenos amigos afortunadamente, o sea, me ha dado eso de encontrar grupos en las cuales yo pueda expresarme tranquilamente sin ser juzgado o si de pronto sin necesidad de pronto imitar a alguien, simplemente me ayudaban a encontrar buenos amigos, me ha ayudado a abrazarlos. Me ha ayudado de pronto tener un poco más de conexión con mi familia, porque si personalmente ha sido un poco difícil en esa parte"
		Efecto en la Comunidad		"me ha ayudado a hablar con las personas ser más expresiva, me ayuda muchísimo en la sustentación es porque yo antes era muy nerviosa. Yo sufría de pánico escénico, entonces como que no podía sustentar porque una vez empezaba con tembladera y entonces como que me ayuda muchísimo en ese en ese sentido"
		Romper Estigmas		"el arte ha sido como un método más de expresar mis emociones y de conocer nueva gente con nuevos gustos y similares. Yo he tenido varios amigos y varios compañeros a los que pues he tenido gran contacto, gracias al arte"

Tomando la categoría "Impacto Social del Arte" y sus subcategorías, la práctica artística como el teatro, la danza y las artes plásticas según los estudiantes entrevistados se ve el arte como un facilitador relevante de relaciones sociales, puesto que el arte funciona como un espacio seguro, libre de prejuicios, lo que permite fortalecer relaciones académicas, sociales y familiares. Entonces es el arte el medio para crear ambientes de inclusión donde cada persona puede ser quien realmente es, por ende, se construyen genuinas en un entorno de confianza, respecto a las relaciones familiares, el arte también juega un papel transformador y facilitador al generar, conexiones abiertas y profundas dentro del núcleo familiar, siendo también un canal de comunicación alternativo, un puente que permite acercarse a su familia desde un espacio menos convencional y más emocional.

Categoría 4: Opinión Sobre la Educación Artística en el Pensum Académico

Imagen 15.

4	Opinión sobre la Educación Artística en el Pensum Académico	Percepción de Falta de Valoración de las Artes en la Educación	Impacto Pensum Arte Educación	"el arte sí puede como ayudar a balancear eso de que los más introvertidos se despierten un poquito más sean un poquito más expresivos más confiados con las clases y con los más extrovertidos puede hacer como que con esas habilidades con esas capacidades, que ya tienen como que les ayuden a sus compañeros como a avanzar más a entender a comprender"
		Deseo de Inclusión del Arte en el pensum Académico		"todas las personas tienen un desarrollo muy diferente sí y siento que el arte logra balancear todas esas cosas y además de eso logra estimular la forma en que podemos liberar el estrés que vivimos nosotros los estudiantes cada semestre "
		Impacto Potencial del Arte en la Formación Profesional		"hay personas introvertidas y extrovertidas, entonces a las introvertidas, como yo le les ayuda muchísimo el arte o las expresiones para el arte para expresarse mejor y ser como más libre como hacerse entender poder ser ellos mismos"
				"yo creo que sí es necesario porque a veces pues las materias suelen ser muy pesadas, no? Entonces como que todo es muy teórico y si es necesario como este tipo de actividades, sí, o sea, yo sé a mí me ayudan bastante y sé que a muchos otros compañeros les ayudaría también"

Respecto a la categoría "Opinión sobre la Educación Artística en el Pensum Académico" y sus subcategorías, "Percepción de Falta de Valoración de las Artes en la Educación", "Deseo de Inclusión del Arte en el pensum Académico" e "Impacto Potencial del Arte en la Formación Profesional", los estudiantes entrevistados perciben que el arte puesto que logra equilibrar las inseguridades, funciona como un medio de liberación de estrés y porque de esta forma la práctica artística dentro de la universidad sería vista con mayor importancia y como una herramienta valiosa para el bienestar estudiantil. La subcategoría "Percepción de Falta de Valoración de las Artes en la Educación" muestra la percepción que tienen los estudiantes entrevistados frente a la importancia del arte dentro de la formación integral de la comunidad tomasina puesto que reconocen al arte como un elemento crucial para encontrar un equilibrio emocional. y mejorar su experiencia académica, pero evidencian la falta de inclusión en el pensum académico limita las posibilidades de que los estudiantes puedan realizar prácticas artísticas.

La subcategoría "Deseo de Inclusión del Arte en el Pensum Académico", las entrevistas de los estudiantes reflejan un deseo por integrar el arte de manera formal dentro del pensum académico de cada facultad, como electiva opcional que les permita a todos los estudiantes contar con este medio de liberación y canalización de estrés reduciendo así las tensiones propias del entorno académico.

En cuanto a la subcategoría "Impacto Potencial del Arte en la Formación Profesional" al considerar la práctica artística como un componente de la educación superior, se estaría promoviendo una formación más completa, que no solo se enfoca en el conocimiento técnico de cada facultad, sino también incluye el desarrollo de habilidades blandas, sociales y emocionales, impactando de esta forma en una mejor formación profesional no solo formando grandes profesionales, sino también a grandes seres humanos.

Categoría 5: Perspectivas Sobre la Educación Artística

Imagen 16.

5	Perspectivas sobre la Educación Artística	Visibilización del Arte	Educación Arte Cambio Incorporación	"debería ser como una materia, eh Opcional digamos así, porque a mi punto de vista es una gran ayuda tanto emocional como académicamente ya que pues uno como que se expresa mejor"
		Estímulo Creativo		"que ya estando en un pensum ya como que la hace un poquito más importante y los profesores académicos le darían mas importante a nuestra practica"
		Cambio en la Dinámica Académica		" si a mí me ayudan bastante y sé que a muchos otros compañeros les ayudaría también. Entonces sí creo que es bueno implementar una materia o una electiva como estas"
		Incorporación del Arte en Currículos		"siento que es una una forma que debería como quitarse como ese cliché de que el arte no funciona o pronto en este país que tienen esa idea de que el arte no te da vida, pero eso es una mentira completa el arte te logra liberar te logra estar más vivo de lo que es, estás en este mundo"

La categoría "Perspectivas sobre la Educación Artística" y sus subcategorías, muestran una percepción positiva por parte de los estudiantes entrevistados que refleja el arte como herramienta valiosa en el contexto educativo, tomando como ejemplo el siguiente fragmento de una entrevista " si a mí me ayudan bastante y sé que a muchos otros

compañeros les ayudaría también. Entonces sí creo que es bueno implementar una materia o una electiva como estas" donde se ve al arte como una disciplina con la capacidad de contribuir de manera significativa. al desarrollo integral de los estudiantes y el deseo por incluirla dentro de los pensum académicos indica una creciente valoración como parte de una educación universitaria.

Respecto a la subcategoría "Estímulo Creativo" también se destaca la importancia de la práctica artística resaltando que fomenta la creatividad y la libertad de expresión sin importar que la carrera que se curse tenga algún acercamiento al arte o no, brindando así a todos los estudiantes la capacidad de ser más flexible y adaptables

Conclusión Análisis de Entrevistas

Respecto a las entrevistas realizadas a estudiantes de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja en cuanto al papel del arte en el entorno académico y su impacto en los estudiantes universitarios se concluye que el arte contribuye al bienestar integral y emocional de los estudiantes de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja, así como, resaltar el gran impacto que tiene el arte en el bienestar emocional de los estudiantes universitarios, puesto que les brinda un espacio para expresar sus emociones y canalizar el estrés generado del ambiente académico. Las entrevistas de los estudiantes muestran que el arte es percibido como un recurso de autorregulación emocional que contribuye a la estabilidad y a la salud mental de los estudiantes, siendo visto como una herramienta que equilibra las demandas académicas y el desarrollo personal. Esta dimensión integral del arte sobresale dentro de la educación, no solo como una actividad de ocio, sino como un

componente esencial que debe integrarse dentro del pensum académico de cada facultad para ayudar a enfrentar los desafíos de la vida académica y personal.

Los relatos de los estudiantes en las entrevistas sugieren que la inclusión del arte en el pensum académico tiene el potencial de fortalecer el ambiente académico al crear un entorno donde la empatía, la comprensión y la aceptación mutua sean pilares fundamentales, puesto que la práctica artística permite que los estudiantes compartan sus emociones y experiencias de forma natural y auténtica facilitando una cultura de apoyo y colaboración convirtiendo el arte en un medio para crear espacios donde cada estudiante puede sentirse seguro y valorado desde su ser.

El desarrollo de habilidades de adaptación que el arte proporciona a los estudiantes universitarios va más allá del ámbito académico como la creatividad, la resiliencia y la capacidad de adaptarse, competencias que no solo contribuyen al desarrollo personal, sino que son necesarias en el desempeño laboral actual, donde se valoran profesionales capaces de pensar de forma creativa y adaptarse a entornos en constante cambio, por ende, incluir el arte en el pensum académico permite a los estudiantes fortalecer un perfil profesional versátil y les da herramientas para enfrentar los desafíos a futuro con una mentalidad abierta y creativa, facilitando así su adaptación en diferentes contextos laborales, sociales y familiares.

Hallazgos, Conclusiones y Recomendaciones

Hallazgos

Partiendo de la sistematización de experiencias de los 24 estudiantes que participaron en talleres de teatro, danza contemporánea y artes plásticas, que brinda el Departamento de Promoción y Bienestar Institucional durante los años 2023 y 2024, se encontró que el arte funciona como una herramienta para la autorregulación emocional en los estudiantes de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja, también que estas prácticas artísticas les ofreció un espacio seguro donde pueden expresar sus emociones, disminuir el estrés y mitigar síntomas de ansiedad, contribuyendo de esta forma a su bienestar integral, lo que resalta la importancia del arte no solo como una actividad extracurricular, sino como un componente necesario dentro del pensum académico.

Las entrevistas realizadas a estudiantes de la Universidad Santo Tomás seccional Tunja muestran que el arte en el entorno académico universitario fomenta la empatía, la inclusión y fortalece las relaciones interpersonales, así como, la comprensión y la colaboración, permitiéndoles sentirse valorados y parte de una comunidad, valores y cualidades que responden al pensamiento humanista de la Universidad y que se desarrollan desde la vivencia artística, demostrando así el potencial del arte como mediador de experiencias transformadoras en los estudiantes universitarios, de igual forma, se identificó que la práctica de actividades artísticas estimulan habilidades importantes en los estudiantes, como creatividad, resiliencia y capacidad de adaptarse, herramientas que les ayuda a prepararse para enfrentar la vida laboral y que son útiles en contextos sociales y familiares.

Conclusiones

El programa caleidoscopio artístico compuesto por las líneas: artes plásticas, teatro y danza contemporánea, entendido como un mediador de experiencias en el contexto universitario, es entonces, un potente dispositivo para promover el bienestar integral de los estudiantes, la implementación de este programa que incentiva las prácticas artísticas contribuye al equilibrio emocional y mental, al brindar a los estudiantes diferentes espacios donde pueden expresarse, aliviar tensiones y encontrar un punto de equilibrio frente a las demandas académicas.

Incorporar este programa artístico dentro del pensum académico fomenta el pensamiento humanista, puesto que no solo contribuye en la mejora de las relaciones interpersonales entre los estudiantes, sino que también promueve una cultura de apoyo, inclusión y empatía en toda la comunidad universitaria, cualidades necesarias para el desarrollo de una sana convivencia dentro y fuera del aula.

Finalmente, el programa "Caleidoscopio artístico" demuestra que la práctica y el estudio del arte no solo es una disciplina creativa, sino una herramienta transversal para el desarrollo de múltiples competencias y habilidades tanto personales como profesionales, por tanto, su desarrollo y aplicación en la educación universitaria tiene la capacidad de contribuir en la formación de estudiantes con perfiles profesionales versátiles y sensibles, preparados para enfrentar los retos de un mundo en constante cambio, proporcionándolos de herramientas para construir una vida laboral, social y familiar.

Referencias Bibliográficas

Cendales González, L., & Torres Carrillo, A. (n.d.). LA SISTEMATIZACION COMO EXPERIENCIA INVESTIGATIVA Y FORMATIVA.

Figaredo, D. D. (2012). LA ORGANIZACIÓN RED EN EDUCACIÓN A DISTANCIA.

In D. D. Figaredo, RIED Revista Iberoamericana de Educación a Distancia (Vol. 12, Issue 1). National University of Distance Education.

<https://doi.org/10.5944/ried.1.12.919>Jara, O. (2009). Guía para la Sistematización

de Experiencias Innovadoras.Jiménez-Quintero, A. M. (2020). Sistematización de prácticas pedagógicas significativas en la carrera de licenciatura en educación

infantil. In A. M. Jiménez-Quintero, Formación universitaria (Vol. 13, Issue 4, p.

69). SciELO. <https://doi.org/10.4067/s0718-50062020000400069>Lobato, J. H., &

Puig, N. S. (2019). Indagando en el aula de ciencias: cómo progresan los métodos empleados por los docentes. Un estudio de caso. In J. H. Lobato & N. S. Puig,

Revista Investigación en la Escuela (Issue 93, p. 16). University of Seville.

<https://doi.org/10.12795/ie.2019.i99.02>López, S. M. D. (2015). Los Métodos Mixtos

de Investigación: Presupuestos Generales y Aportes a la Evaluación Educativa. In S.

M. D. López, Revista Portuguesa de Pedagogia (p. 7). Coimbra University Press.

https://doi.org/10.14195/1647-8614_48-1_1

M., M. M. (2014).

La investigación cualitativa (síntesis conceptual). In M. M. M., Revista de Investigación en Psicología (Vol. 9, Issue 1, p. 123). National University of San Marcos.

381/rinvp.v9i1.4033v9i1.4033

Torres-Carrillo, A. (2021). Hacer lo que se sabe, pensar lo que se hace. La sistematización como modalidad investigativa (p. 27). University of Valle.

Torres, A. (2004). Sistematización de experiencias propuestas y debates. Dimensión Educativa.

Lev Vigotsky. (1982). La Imaginación y el Arte En la Infancia.

<http://maratavarespsictics.pbworks.com/w/file/fetch/74224682/20235083-Vigotsky-La-imaginacion-y-el-arte-en-la-infancia.pdf>

Google Books. (s. f.).

https://www.google.com.co/books/edition/La_imaginaci%C3%B3n_y_el_arte_en_la_infancia/iugGEQAAQBAJ?hl=es&gbpv=1&printsec=frontcover

Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences | Project Zero. (2011).

<https://pz.harvard.edu/resources/frames-of-mind-the-theory-of-multiple-intelligences>

Frames of Mind - The Theory of Multiple Intelligences. (2010). Howard D Gardner.

http://dspace.sxcjpr.edu.in:8080/jspui/bitstream/123456789/720/1/Howard%20Gardner%20-%20Frames%20of%20Mind_%20The%20Theory%20of%20Multiple%20Intelligences-Basic%20Books%20%282011%29%20%281%29.pdf

Luján Sánchez, V., & Sánchez Daniel, J. (2018). Una educación artística del siglo XXI. La investigación en artes y las nuevas pautas epistémicas de la educación artística en el marco de las post-metrópolis. Revista Sonda, 7, 175-186.

Recuperado de: UNESCO. Consejo Ejecutivo, 211th, 2021 UN MARCO PARA LA EDUCACIÓN CULTURAL Y ARTÍSTICA,

https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000376144_spa

Bamford, A. (2009). El factor ¡Wuuu! El papel de las artes en la educación: Un estudio internacional sobre el impacto de las artes en la educación. Editorial Octaedro.

Prensa de la Universidad de Oxford, (2022) Oxford Textbook of Creative Arts, Health, and Wellbeing, International perspectives on practice, policy and research , Edición de Stephen Clift , Oxford Academic Books,

<https://doi.org/10.1093/med/9780199688074.001.0001>

D.F. Elkonin. (2006). “Analizando a Vigotsky”. Esbozo de la obra científica de Lev Semionovich Vigotsky. Artículo disponible en

https://www.unipamplona.edu.co/unipamplona/portalIG/home_70/recursos/01genera/04072013/acpvigotskyarteypsicologia.jsp

Gardner, H. (2011b). La teoría de las inteligencias múltiples: como psicología, como educación, como ciencia social. Discurso pronunciado en la Universidad José Cely el 29 de octubre de 2011.

Shearer, CB (2020). Un análisis de la conectividad funcional en estado de reposo de la inteligencia humana: amplias implicaciones teóricas y prácticas para la teoría de las inteligencias múltiples. *Psicología y neurociencia*, 13 (2), 127–148.

Hall, Edward T. (Edward Twitchell), 1914-2009, Garden City, Nueva York: Anchor Press/Doubleday, disponible en

[urna:oclc:record:1029025631 urna:lcp:danceoflifeother00hallrich:lcpdf:ad36e281-1fc3-44dd-9fdf-a0c0c5a75893 urna :lcp:danceoflifeother00hallrich:epub:48d70ec3-97be-4e13-84fa-fd879f7b3c3f](https://oclc.org/record/1029025631?lcp:danceoflifeother00hallrich:lcpdf:ad36e281-1fc3-44dd-9fdf-a0c0c5a75893&lcp:danceoflifeother00hallrich:epub:48d70ec3-97be-4e13-84fa-fd879f7b3c3f)

Alfonso Torres-Carrillo, 2021, Hacer lo que se sabe, pensar lo que se hace. La sistematización como modalidad investigativa" , publicado en la revista *Prospectiva. Revista de Trabajo Social e intervención social*

Lola Cendales González y Alfonso Torres Carrillo 2006, La sistematización como experiencia investigativa y formativa"

https://cepalforja.org/sistem/documentos/lola_cendales_alfonso_torres-la_sistematizacion_como_experiencia_investigativa_y_formativa.pdf

Ana M. Jiménez Quintero, 2020. "Sistematización de prácticas pedagógicas significativas en la carrera de licenciatura en educación infantil" publicado en la revista Formación Universitaria.

Natalia Valencia López y Milena Suárez B 2015 "La sistematización de experiencias en la Fundación Saldarriaga Concha", publicado por la Fundación Saldarriaga Concha.

H Jara Óscar, 2019, La sistematización de experiencias, Ediciones USTA,

https://www.academia.edu/80389832/La_sistematizaci%C3%B3n_de_experiencias

El arte en la educación de la primera infancia: una necesidad impostergable. <https://eds-s-ebscohost-com.crai-ustadigital.usantotomas.edu.co/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=9a5bb7ce-6e07-4130-b9fc-573e8cf259a9%40redis#> (Mendívil, 2007)

edu.co/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=9a5bb7ce-6e07-4130-b9fc-573e8cf259a9%40redis# (Mendívil, 2007)

Artísticos: revista de investigación creadora, 7(10) pp. 144-161. DOI:

<https://doi.org/10.14483/25009311.17518>. Ref: La danza como instrumento al

servicio de la psicología positiva aplicada a la educación- Revista científica

electrónica de Educación y Comunicación en la Sociedad del Conocimiento , 335

Anexos

Imagen 17.

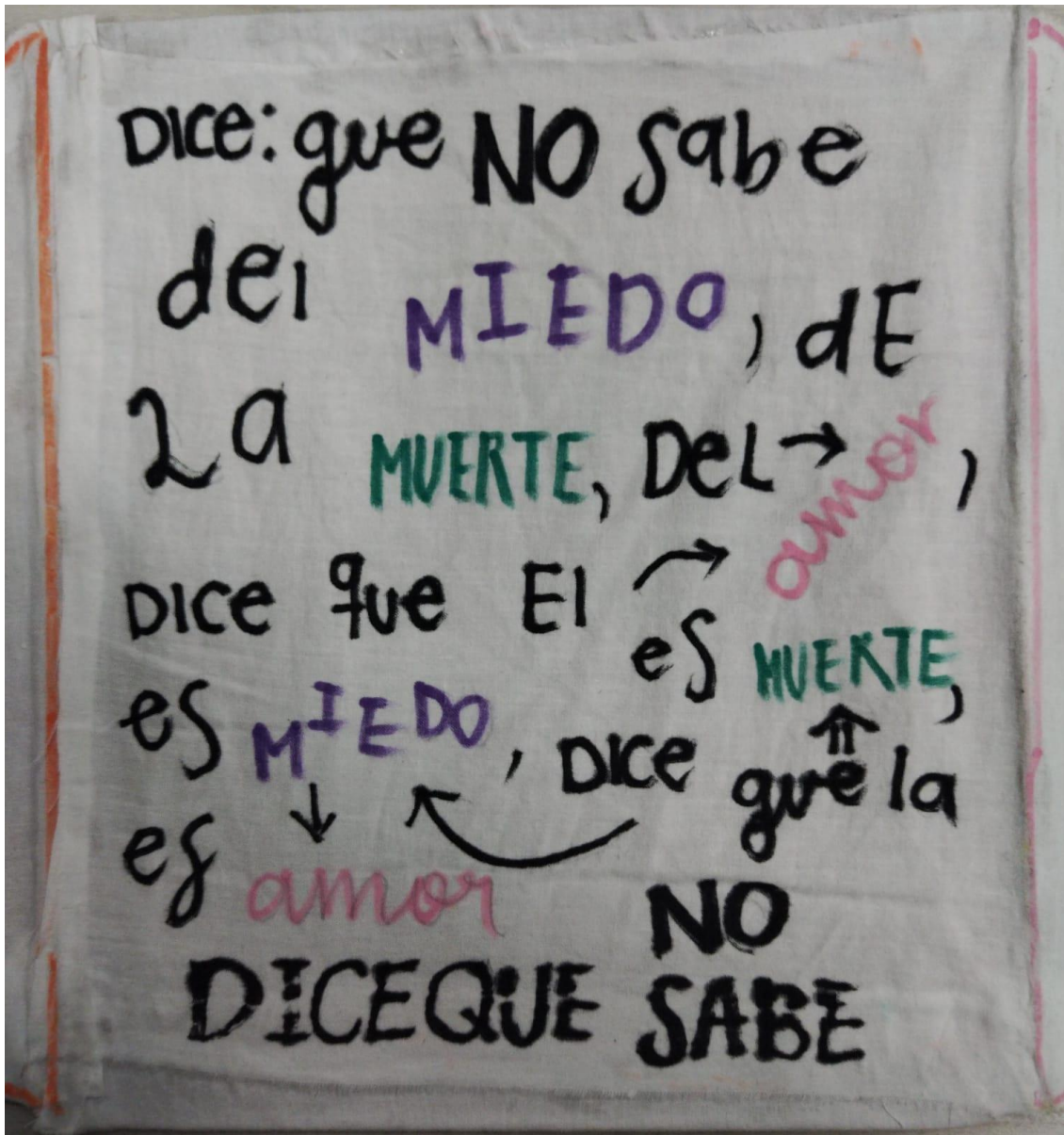


Imagen 18.



Imagen 19.

