

**DIEZ AÑOS DE ORIENTACIÓN ACADÉMICA Y PROFESIONAL  
PARA MÚSICOS. CONSERVATORIO Y CENTRO INTEGRADO  
DE MÚSICA (CIM) PADRE ANTONIO SOLER, SAN LORENZO  
DE EL ESCORIAL (MADRID) 2004-2014**

**Ana Uribarri Berrojalbiz**

*C. I. de Música Padre Antonio Soler*



## **Resumen**

Los alumnos españoles estudiantes de Música no cuentan habitualmente con proyectos de orientación ni departamentos de orientación específicos para ellos. Sin embargo, el medio exige al alumno que tome decisiones, incluso mucho antes que al resto de los adolescentes de su misma edad. En la mayoría de los casos cuentan con escasa y confusa información, a pesar de ello se les pide que se comprometan con una formación que requiere de una gran capacidad de sacrificio.

En el año 2004 comenzamos a crear un proyecto de orientación específico tanto para los alumnos del CIM como para los estudiantes de música del Conservatorio. Conocíamos las necesidades, pero la inexistencia de documentos y modelos de orientación para alumnos de estas características nos animó a diseñar un "Programa de orientación académica y profesional" específico para ellos.

El programa va dirigido a alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de E.P, y a todos aquellos que les acompañamos en esta etapa de desarrollo: orientadores, profesores, y familias.

Se diseñó una ruta de sesiones con la cual los alumnos irían adquiriendo la información, en dos vertientes: *sobre sí mismos y sobre el sistema educativo y las diferentes opciones laborales, mostrando a los alumnos a qué se puede dedicar un profesional de la música, abriéndoles itinerarios formativos y profesionales dentro de los diferentes campos que les facilite la toma de decisiones y les conduzca a la elección final de unos estudios superiores y una profesión en el futuro.*

**Palabras clave:** departamento de orientación laboral, itinerarios formativos, madurez vocacional, salida profesionales.

## 1. Introducción

Los alumnos españoles estudiantes de Música no cuentan habitualmente con proyectos de orientación ni departamentos de orientación específicos para ellos. Sin embargo, el medio exige al alumno que tome decisiones, incluso mucho antes que al resto de los adolescentes de su misma edad. En la mayoría de los casos cuentan con escasa información, a pesar de ello se les pide que se comprometan con una formación que requiere de una gran capacidad de sacrificio. Esto, unido a las “presiones”, expectativas familiares, limitaciones socio-económicas, les conduce a claras situaciones de ansiedad, que todos, por desgracia, percibimos en nuestro día a día. No obstante cabe mencionar la excepción en la Comunidad de Madrid, *el 31 de octubre de 2013 se publican las nuevas instrucciones sobre los departamentos de orientación en los conservatorios de música y danza de la Comunidad de Madrid en las que se considera conveniente abrir la posibilidad de que los conservatorios puedan contar con recursos de orientación.*

En el año 2004 entré a formar parte del departamento de Orientación del Centro Integrado Padre Antonio Soler de San Lorenzo de El Escorial. Se hacía imprescindible crear un proyecto de orientación específico tanto para los alumnos del CIM como para los estudiantes de Música del conservatorio (contamos con ambas modalidades). Conocíamos las necesidades, pero la inexistencia de documentos y modelos de orientación para alumnos de estas características nos animó/obligó a diseñar un “Programa de orientación académica y profesional” específico para ellos.

Una de las funciones principales de los departamentos de Orientación en los centros de enseñanza secundaria, es la orientación académica y profesional. El punto común de todos los programas de orientación es la información. Para que los alumnos estén bien orientados deben estar bien informados. De esta manera, se diseñó una ruta de sesiones con la cual los alumnos irían adquiriendo la información, en dos vertientes, sobre sí mismos, y sobre el sistema educativo y las diferentes opciones laborales, que les conduciría a la elección final de unos estudios superiores y una profesión en el futuro.

La información sobre sí mismos se trabaja principalmente en las tutorías (hablamos siempre de los institutos) donde el tutor ayuda a los alumnos a conocer sus intereses, actitudes, aptitudes, gustos, preferencias, etc. (en este sentido había más material y se podía adaptar con relativa facilidad).

La información sobre el sistema educativo y las futuras salidas laborales se facilita en los programas de orientación vocacional. Pero, como ya he dicho, en enseñanzas musicales no existía tal documentación.

El proyecto está dirigido a los alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de E.P, y a todos aquellos que les acompañamos en esta etapa de desarrollo: orientadores, profesores, y familias. Las sesiones con los padres se desarrollarán en paralelo a las de sus hijos. El programa elaborado gira en torno a las decisiones que los alumnos irán tomando a lo largo de estos cursos, que serán las que definan su itinerario profesional.

## 2. Los comienzos

Es en el curso 2003-04 cuando se integra, con entidad propia, el departamento de Orientación en el organigrama del CIM. En ese curso el decreto de creación del centro materializa la posibilidad que abría la LOGSE de establecer este tipo de centros integrados, que permiten a los alumnos simultanear las enseñanzas de régimen general y las enseñanzas de régimen especial.

En dicho decreto de creación del centro se establece que la finalidad del mismo será la de *“proporcionar a los alumnos una formación artística de calidad y garantizar la cualificación de futuros profesionales”*.

A la luz de este desarrollo legislativo, en la memoria del departamento de Orientación de ese curso escolar se señalaba al respecto: *“Es necesario mostrar a los alumnos a qué se puede dedicar un profesional de la música, abriéndoles itinerarios formativos y profesionales dentro de este campo que les facilite la toma de decisiones”*.

De cara al curso siguiente el claustro de profesores y la propia orientadora Elena Vazquez solicita a la dirección del centro la asignación de horas en el departamento a un profesor de Música. Era imposible desarrollar esta labor sin la ayuda de un especialista en música. Se hacía urgente *definir y organizar los contenidos básicos sobre el sistema educativo y sobre las diferentes opciones laborales*. En esa línea identificamos y delimitamos:

1. Campos profesionales dentro del mundo de la música.
2. Ofertas formativas dentro del mundo de la música, de acuerdo a esos campos profesionales, clasificándolos en función de los lugares donde se estudian:
  - Carreras instrumentales cursadas en un conservatorio superior.
  - Carreras instrumentales cursadas en una universidad privada (diferencias: planes de estudios, titulación).
  - Carreras no instrumentales cursadas en un conservatorio superior.
  - Carreras no instrumentales cursadas en una universidad pública o privada.
  - Carreras no instrumentales que pueden ser cursadas tanto en la universidad pública, o privada, como en un conservatorio superior.
  - Carreras relacionadas con la música cursadas en un lugar distinto al conservatorio o a la universidad (luthería, afinador o mecánico de pianos, musicoterapia...).
  - Carreras no musicales pero con posibilidad de crear una relación con la música (psicología, periodismo, fisioterapia, psicoacústica...).
  - Estudios de formación profesional.
3. Ofertas formativas fuera del mundo de la música que pueden complementar la carrera de un músico (magisterio, historia del arte...).
4. Posibilidades formativas superiores que cada especialidad musical tenía en el territo-

rio español, y sus diferencias dependiendo de cada comunidad. (lo primero: LOGSE, LOE, LOMCE, caso de pedagogía en Oviedo, Canarias y ESMUC).

5. Posibilidades formativas superiores que cada especialidad musical tenía en Europa y resto del mundo.

6. Identificación de los sistemas educativos superiores en Europa y Estados Unidos.

7. Diferencias en las denominaciones de las instituciones de enseñanza superior en el mundo: universidades, escuelas, academias, *Hochschule*, conservatorios....

8. Diferentes salidas profesionales de todas las carreras musicales o con posible relación con la música.

9. Identificación de las instituciones públicas o privadas que gestionaran préstamos y becas, o tuvieran convenios establecidos con centros de música, de forma que los alumnos pudieran salir a estudiar a otras CC.AA. o a otros países.

10. Identificación de lugares web en los que los alumnos pudieran descubrir ofertas laborales: *dbstrings.com*, *Musicalchairs.org*, *Bridge: Worldwide Music Connection*, que es de pago, El Berklee College of Music, con una base de datos propia, *entertainmentcareers.net*, *music-job.com*, *journalofmusic.com*, *careersinmusic.co.uk*

11. Identificamos los requisitos, los lugares de convalidación de títulos, tanto al salir al extranjero como al volver. Gestiones y convenios firmados entre países.

En el curso 2005-2006 entra una nueva orientadora en el departamento Sol Raboso.

Durante los sábados, domingos y vacaciones de verano de los siguientes tres años estructuramos y redactamos el definitivo POAP. Queríamos diseñar un plan de orientación con el que acompañar al alumno en su proceso de descubrimiento, entrenamiento y decisión y decidimos que el eje del plan de orientación estaría vertebrado por las diferentes tomas de decisiones que los alumnos iban a ir realizando en 3º, 4º, 5º y 6º de E.P. *Podemos definir la toma de decisiones como la respuesta que se da ante una situación determinada, tras valorar las distintas opciones y sus posibles consecuencias*. Nos basamos en las fases que habían de desarrollar para poder llevarla a cabo lo más acertada y exitosa posible:

- Fase de autoconocimiento, de sus posibilidades como profesional de la música.
- Fase de conocimiento y descubrimiento de las diferentes opciones disponibles a nivel académico y profesional.
- Fase de trabajo con los alumnos para que desarrollen las habilidades necesarias para la toma de decisiones.
- Última fase, la toma de decisiones y actuación conforme a las decisiones tomadas.

### 3. Diseño y ejecución

Diseñamos una ruta de sesiones con las cuales los alumnos irían adquiriendo la información que les conduciría a la elección final de unos estudios superiores y una profesión en el futuro.

El material fue perfilado y desarrollado año tras año contando siempre con las demandas, sugerencias y necesidades solicitadas por alumnos, padres y profesores del C.I.M y Conservatorio, así como por aportaciones y recomendaciones llegadas de otros Centros en los que el proyecto fue presentado. Con toda la información recogida creamos la página web *musicaorientaweb10*.

#### 3.1. Historial del alumno

Para desarrollar el programa es fundamental conocer a los alumnos. Cada alumno es único y diferente, y necesitamos conocer sus especificidades para poderle ayudar en aquello que realmente necesita.

Contamos con tres perfiles de alumnos:

- Alumnos con una clara vocación hacia la música.
- Alumnos dudosos que aun no tienen claro si continuar o abandonar.
- Alumnos que no quieren continuar con estudios superiores relacionados con la música.

Para poder ayudarles necesitamos conocer:

- Su madurez vocacional.
- Sus recursos, inquietudes, dificultades.
- Qué información barajan, la fiabilidad de lo que creen saber.
- Sus expectativas, ilusiones, deseos.
- Detectar sus cambios, es necesario que sepamos de dónde partimos cada curso.
- Detectar su evolución.
- Si han tomado ya alguna decisión.
- Si han cambiado de idea.

También, si elaboran la información trabajada durante el curso anterior. Francisco Rivas (Rivas, Rocabert y López 1998, 140) define este concepto como el grado de responsabilidad, información y experiencia que una persona manifiesta en la toma de decisiones, elección de estudios, etc., que expresa el manejo adecuado de múltiples factores personales, sociales y educativos. Lo primero que hacemos es abrir un historial de cada uno, en el que se irá volcando toda la información recogida a lo largo de los cuatro cursos. Los contenidos llegan no sólo de las hojas de recogida de información, gestionadas desde el departamento, sino también desde:

- Las sesiones de orientación específicas de cada curso.
- La información transmitida en las sesiones de evaluación trimestrales de sus estudios musicales.
- Las diferentes reuniones que se van manteniendo con los propios alumnos, sus tutores y sus padres.

Unas semanas antes de comenzar con las sesiones, los tutores (en la hora de tutoría si estudian en el centro integrado, o en la clases colectivas si estudian en el conservatorio) entregarán a los alumnos las “hojas de recogida de información” junto a la “guía de sesiones” de los cuatro cursos de orientación. En este mismo documento aparece el horario de atención al alumno.

## 3.2. Las sesiones

### 3º E.P.

#### **Mi situación personal: ¿Cómo me veo? ¿Qué opciones tengo?**

En este curso les explicamos *en qué consiste* el proceso de toma de decisiones y trabajamos el autoconocimiento. Les ayudamos igualmente a desarrollar las habilidades necesarias para esa toma de decisiones: como son análisis, planificación, reflexión, etc.

Buscamos crear un clima de confianza donde los alumnos puedan sentirse cómodos para preguntar, hacer propuestas, comentar sus inquietudes, etc. También deberán ir perfilando lo que será en 4º su primera toma de decisiones musical (la elección entre la asignatura Análisis o la asignatura Composición). Para ello es fundamental que conozcan todas las carreras musicales o con posibilidad de crear un nexo con la música y sus salidas profesionales. Además, es el momento apropiado puesto que han cursado, o están cursando, alguna asignatura distinta a las puramente relacionadas con el instrumento vertebral.

En ocasiones, por la falta de información, los alumnos, y sus familias, pueden tener la impresión de que hay pocas posibilidades laborales como músicos o que únicamente pueden dedicarse a ser músicos instrumentistas o profesores. Como estudiantes de música tienen que conocer todas las salidas laborales a las que pueden optar, tienen que conocer el mercado laboral y sus accesos, para que les resulte más real y cercano y se lo puedan plantear como una opción válida.

Para desarrollar este contenido hemos creado una serie de juegos que ayudará al alumno a descubrir o recordar todas las carreras musicales, o con posible relación con la música, sus salidas profesionales, los años de estudios que son necesarios para obtener el título en el supuesto de que sea una carrera reglada, qué tipo de prueba de acceso ha de aprobar, en qué tipo de Centro deberá cursar esos estudios, el título que obtendrá, el tipo de mercado laboral en el que se desarrolla la profesión y su acceso, la compatibilidad de dicha profesión con otras, el tipo de vida que lleva dicho profesional, los ingresos, etc.

## Objetivos sobre sí mismos

1. Que los alumnos se planteen cuestiones que les hagan conocerse mejor a sí mismos y conocer sus preferencias.
2. Crear un clima de participación y de respeto hacia las preferencias y gustos de todos los integrantes del grupo.
3. Que comprendan la importancia de la orientación como medio para tomar las decisiones más acertadas con respecto a su futuro.

## Objetivos de las sesiones de información

1. Que adquieran una perspectiva general de las salidas profesionales del músico para progresivamente ir diseñando y seleccionando una ruta vertebral personal, dando respuesta de una manera natural a todas las inquietudes relacionadas con el cómo, qué, por qué, cuándo...
2. Que reconozca e identifiquen lo que implica cada salida profesional y la forma de vida que supone: cómo es su entorno laboral, en qué espacio trabaja, cuántas horas trabaja, qué salario aproximado puede tener.
3. Que comprendan la necesidad de desarrollarse en diferentes ámbitos. No sólo deberán ser buenos en su especialidad, sino deberán compatibilizarlo con diferentes tareas y ser capaces de defenderse en todas ellas al mismo nivel de excelencia que en su materia.
4. Que conozcan cómo es la actual situación laboral musical en España. A través de las cifras generarán una visión más realista de las salidas profesionales: cuántas orquestas, conservatorios, radios, estudios de grabación, producción y sonido, programas económicos para compositores, necesidades y ofertas en la gestión cultural, auditorios y sus contenidos... (aportar en anexo datos del número de orquestas y conservatorios que hay en España y dirigirlos a páginas como *musicalchairs.org*...)
5. Que comiencen a comprender que, dependiendo de la situación económico-cultural-social que viva España en el momento de su salida al mundo laboral, deberán estar preparados para su posible movilidad a otros países incluso continentes.

### 4º E.P.

#### Las primeras decisiones

Mientras en 3º se trabajaron las salidas profesionales musicales, en 4º curso los contenidos de las sesiones ayudarán a profundizar en su conocimiento. Los alumnos comenzarán a tomar decisiones importantes que condicionarán su futuro académico y profesional: decidir a través de la elección de la asignatura análisis o composición, hacia qué tipo de carrera quieren dirigirse, carrera instrumental o no instrumental. Sabemos que esta elección no determinará 100% su ruta, pero sí les obligará a plantearse una elección.

Otra forma, muy interesante, de seguir indagando y descubriendo las múltiples salidas profesionales es conocer y escuchar a diferentes profesionales del sector. Para desarrollar esta activi-

dad invitamos cada año a participar en una mesa redonda a prestigiosos representantes de las salidas profesionales expuestas hasta el momento.

Simultáneamente, en las enseñanzas generales deberán elegir qué tipo de bachillerato quieren cursar. En relación a esta elección, es fundamental que los estudiantes del conservatorio sepan que el alumnado que se encuentre en posesión de un título de Técnico de las Enseñanzas Profesionales de Música, podrá obtener el título de Bachiller por la superación de la evaluación final de bachillerato en relación con las materias del bloque de asignaturas troncales que como mínimo se deban cursar en la modalidad y opción que escoja el alumno.

Es importante que al finalizar este curso los alumnos estudiantes de música cuenten con un documento semejante al Consejo Orientador que existe en las enseñanzas generales. Este documento tiene carácter de consejo. En él, una vez escuchadas las preferencias que el propio estudiante haya transmitido, se recogerá la información recopilada por el equipo educativo sobre las habilidades y posibilidades del alumno. Se elaborará una recomendación sobre las opciones educativas o profesionales más acordes con sus capacidades, intereses y posibilidades. Esta información deberá ser clara y sencilla.

### **Objetivos sobre sí mismos**

1. Que los alumnos puedan tener en cuenta la información personal (cómo son, gustos, preferencias, posibilidades...) y la académica, contenidos de las carreras, para elaborar un proceso de toma de decisiones.
2. Que sean conscientes de la necesidad de información para poder llevar a cabo el proceso de toma de decisiones.
3. Que reflexionen sobre su autoconcepto y su autoestima.

### **Objetivos de las sesiones de información**

1. Que los alumnos tomen su primera decisión académica importante (elección de la modalidad instrumental o no instrumental, análisis o armonía). Y reconozcan a qué da acceso cada una de ellas.
2. Que tengan un primer contacto con las pruebas de acceso que les haga comprender el por qué de esa decisión.
3. Que se acerquen a los estudios superiores musicales, universitarios, o con posible relación con la música, a través de los contenidos de dichas carreras. Que comprendan el contenido de las asignaturas que se cursan.
4. Que conozcan las especialidades, y sus diferentes itinerarios, de los estudios superiores en España.
5. Que sepan qué van a necesitar para poder acceder a estudios superiores.
6. Que conozcan la importancia de sus notas en los estudios profesionales como herramienta de acceso a estudios superiores.
7. Que el alumno que no tiene una orientación clara hacia una opción profesional mu-

sical, sepa que puede utilizar su larga e intensa formación musical, adquirida a lo largo de los ocho años de estudios musicales cursados hasta el momento, y diez cuando haya finalizado sus estudios profesionales, para integrarla en una futura especialización de los estudios superiores que elijan.

8. Que el alumno con una clara vocación por la música comprenda que es fundamental que comience a conocer y contactar con diferentes profesionales de los estudios superiores (cursillos de verano, orquestas internacionales, jornadas de puertas abiertas, contacto a través de *email*...).

### **Objetivos en relación a la mesa redonda “Grandes Profesionales de la Música”**

1. Que los alumnos conozcan el mayor número posible de opciones laborales relacionadas con la música a través de profesionales en activo.
2. Que escuchen cómo fue la toma de decisiones de los ponentes de la Mesa Redonda.
3. Que oigan en qué momento, el ponente, decidió que su vida profesional se dirigía hacia esta especialización.
4. Que descubran (de los ponentes) los consejos que escucharon en el momento de tomar la decisión de dedicarse a su profesión.
5. Que sepan qué estudios cursaron y dónde (de los ponentes).
6. Que conozcan cómo transcurrió su periodo de formación (de los ponentes).
7. Que identifiquen cómo es su vida profesional. Cómo es su día a día (de los ponentes).
8. Que analicen las recomendaciones de por qué emprender esta opción profesional, y qué les emociona y emocionó de su profesión. (de los ponentes).
9. Que escuchen cómo encontraron su primer trabajo, cómo empezaron en su profesión. (de los ponentes).
10. Qué los alumnos oigan las recomendaciones de los ponentes de qué consideran imprescindible en un profesional de su especialidad.

### **5º E.P.**

#### **Iniciando un camino**

En 5º de E.P. *les ayudaremos a definir un itinerario*, los alumnos ya han tomado una decisión importante que es la elección del tipo de carrera que quieren cursar: instrumental o no instrumental. Ahora deben seguir tomando decisiones para determinar qué estudios superiores querrán cursar. En este curso los alumnos tienen que tener más o menos claro el campo profesional al que se quieren dedicar. Es fundamental que conozcan cuáles son los contenidos de las pruebas de acceso que tendrán que realizar para acceder a estudios superiores y prepararse para ello.

Con todas estas inquietudes llega el momento en el que el alumno debe comenzar a buscar información de forma autónoma. Para ello trabajaremos en el aula de informática con la página web *musicaeducaweb10*, para que sean ellos mismos quienes localicen los datos que necesitan para tomar sus propias decisiones.

También consideramos conveniente que conozcan un conservatorio superior de música de primera mano y vean cómo se trabaja en él, conozcan alumnos, profesores y se metan por un día en su dinámica de trabajo. Por esta razón organizamos una visita a un Conservatorio Superior.

### **Objetivos sobre sí mismos**

1. Que los alumnos sean conscientes de la importancia de los pasos realizados hasta el momento y puedan utilizar la información de los cursos pasados integrándola en su proceso de toma de decisiones.
2. Que los alumnos comiencen a definir de forma más clara su itinerario académico y de futuro.
3. Que comprendan la necesidad de ir adquiriendo la responsabilidad de su consecución y de la gestión de la misma.
4. Que los alumnos sean capaces de buscar información y llevar a cabo un análisis de la misma que les facilite la toma de decisiones.
5. Que analicen cuál es su situación familiar y elaboren un plan realista para sus estudios superiores.

### **Objetivos en relación a los contenidos**

1. Que sepan dónde quieren estudiar y por qué.
  - Profesor
  - Centro de prestigio
  - Plan de estudios
  - Posibilidades económicas
  - Gustos y preferencias personales
2. Que comprendan qué representa Bolonia, y sepan si los estudios elegidos y los centros seleccionados se desarrollarán dentro de este marco (Erasmus, Bolonia, universidades, centros privados homologados, no homologados...).
3. Que recuerden las especialidades, y sus diferentes itinerarios, de los estudios superiores en España. Y que busquen a través de la página *musicaorientaweb10* las especialidades de los estudios superiores de aquellos centros extranjeros en los que estén interesados.
4. Que conozcan de la manera más cierta posible los contenidos de las pruebas de acceso que deberán realizar el curso siguiente. (cambian cada año. Varía mucho dependiendo de cada centro-comunidad-país...).
5. Que conozcan las fechas de realización de las pruebas y las fechas de prescripción tanto de España como del extranjero.

6. Que conozcan cuales son los costes de las pruebas de acceso y de las matriculas por curso, en España, Europa, y resto del mundo.
7. Que conozcan las fechas de las jornadas de puertas abiertas en centros superiores, y conozcan la posibilidad de realizar cursillos preparatorios para las pruebas de acceso en los propios centros.
8. Que valoren como última oportunidad la de este año para asistir como oyentes a las pruebas de acceso a conservatorio superior, de compañeros mayores que ellos.
9. Que sean conscientes de la documentación que será requerida: títulos de bachiller, de idiomas, expedientes, cartas de recomendación.
10. Que sean capaces de encontrar la información que necesitan con la ayuda de la página *musicaorientaweb10*, que les facilite en el proceso de toma de decisiones.
11. Que tengan contacto directo con estudios superiores musicales y con lo que en un corto plazo será su día a día (visita al C.S).
12. Que no olviden la importancia de los idiomas para poder desarrollar satisfactoriamente su profesión.
13. Que estén seguros del título que van a obtener una vez finalizados sus estudios superiores, convalidaciones.
14. Que sepan qué título van a obtener finalizados sus estudios profesionales.
15. Que comiencen a perfilarse en diferentes páginas y portales web para que puedan recibir diariamente convocatorias de becas, ayudas y subvenciones. (*universia.es, becas.com, universidad.es, servibeca.com, todobecas.org....*)
16. Que los alumnos tengan una imagen realista del mundo profesional de la música a través de páginas internacionales como *musicalchairs.org, dbstrings.com, Worldwide Music Connection* es de pago, El Berklee College of Music con una base de datos propia, *entertainmentcareers.net, music-job.com, journalofmusic.com, careersinmusic.co.uk*

## 6º E.P

### La decisión

Durante este curso les ayudaremos, apoyaremos y reforzaremos su decisión. Es un año muy importante por las decisiones que los alumnos tienen que tomar y por los preparativos que hay que realizar para poder llevar adelante estas decisiones.

Los alumnos deben tener claro lo que quieren estudiar, o al menos haber reducido las alternativas a dos o tres. También es necesario que sepan dónde quieren continuar sus estudios ya que, a principios de curso, en el caso de alumnos que quieran estudiar en el extranjero, o a mediados de curso, para los que se queden en España, deberán gestionar las inscripciones.

Las sesiones serán de repaso de todo lo visto hasta ese momento, de respuesta a sus dudas y de apoyo y refuerzo anímico para lo que será, sin ninguna duda, un momento importante en su vida. Uno de los recursos que hemos diseñado para tal fin, ha sido organizar mesas redondas con antiguos ex alumnos del Centro. Alumnos que habrán finalizado sus estudios superiores o bien se encuentren cursándolos en esos momentos, con los que podrán compartir, intercambiar, y normalizar las inquietudes que se producen en un momento de tanta incertidumbre y estrés. (La sesión está diseñada en formato entrevista-coloquio. Utilizando una batería de preguntas extraeremos información de interés que motive la participación de los alumnos).

También es fundamental que en este punto de su proceso madurativo, los alumnos que hayan decidido presentarse a estudios superiores musicales, hayan comprendido la necesidad de presentarse al menos a dos pruebas de acceso, ya que podrían no superar la prueba de la opción elegida. Aunque les queda un largo recorrido, es importante que conozcan las enseñanzas de máster y de doctorado.

## **Objetivos**

1. Que vean reforzada su confianza en sus propias capacidades y posibilidades, tanto para enfrentarse a la prueba de acceso como a las necesidades que aparezcan en función de las decisiones adoptadas y de los logros obtenidos.
2. Que sean capaces de presentarse a las pruebas con la información suficiente para poder afrontarlas con éxito.
3. Que conozcan, una vez aprobado el acceso a estudios superiores, los años de permanencia máximos en la carrera, y se ocupen de la organización y planificación de sus estudios.
4. Que sepan con certeza los títulos que obtendrán finalizados sus estudios superiores; en el supuesto de que sean estudios en conservatorio: título superior de Música o Danza en la especialidad de que se trate, que queda incluido a todos los efectos en el nivel 2 del Marco Español de Cualificaciones para la Educación Superior y será equivalente al título universitario de grado. Siempre que la normativa aplicable exija estar en posesión del título universitario de grado, se entenderá que cumple este requisito quien esté en posesión del título superior de Música o Danza.
5. Que conozcan y se preparen para abordar con éxito las materias de modalidad de la fase específica (voluntaria) con las que podrá subir nota en el examen de la PAU: análisis musical, historia de la música, lenguaje y práctica musical. (podrán examinarse de 1 a 4

asignaturas pero solo se tendrán en cuenta las 2 mejores notas) (La calificación de esta fase tiene una validez de dos años.).

6. Que sean capaces de crear un proyecto de futuro concreto, definiendo las alternativas elegidas y dando los pasos adecuados para lograrlo.

### 3.3. Sesiones con padres

Se organizan en paralelo a las de sus hijos. Comenzamos informándoles que nuestro objetivo no es decidir por ellos, sino ofrecerles información, ayuda y apoyo para que ellos mismos puedan decidir de la manera más acertada. Esto mismo es lo que les pedimos a los padres, que no decidan por ellos, sino que les ofrezcan información, ayuda y apoyo, dejándoles tomar sus propias decisiones.

El objetivo de la reunión es explicarles cómo realizamos la orientación académica y profesional en el centro integrado y en el conservatorio, así como desarrollar para ellos una sesión de orientación donde les exponemos todos los aspectos más relevantes sobre el objetivo del centro, las materias y asignaturas de cada curso, la orientación académica y profesional, la toma de decisiones de sus hijos, cómo el Centro colabora en ella y cómo pueden colaborar los padres.

## 4. Conclusiones

Para terminar me gustaría lanzar una reflexión que enlaza con el principio de la exposición, sobre una propuesta de preparación integral del alumno: una nueva asignatura en la que se trabajen los tres aspectos fundamentales para el desarrollo del alumno estudiante de música, el desarrollo psicológico, su cuerpo y la orientación vocacional con la finalidad de desarrollar los recursos necesarios tanto en lo personal como en lo profesional.

Las características de esta asignatura serían:

- Que se curse desde 1º hasta 6º de E.P.
- Que forme parte del currículo.
- Que sea impartida por especialistas en la materia.

1. Primera parte de la asignatura: "Recursos psicológicos para el estudiante de música". Plan de trabajo específico que acompañe y ayude a desarrollar recursos psicológicos a los alumnos con edades comprendidas entre los 11 y 17 años. (Ya existen experiencias como la de Sandra Tabasco Carretero, psicóloga de la Federación Madrileña de Natación y encargada del área de psicología en el centro de tecnificación de dicha federación).

2. Segunda parte de la asignatura: "Educación corporal del estudiante de música". Plan de trabajo específico que acompañe y ayude a desarrollar estrategias saludables para el crecimiento y mantenimiento del estudiante de música:

- Aspectos físicos de la interpretación musical
- Conciencia corporal
- Ergonomía
- Respiración
- Mantenimiento y ejercicios de acondicionamiento físico general
- Estiramientos globales
- Estiramientos específicos
- Herramientas para la focalización y la concentración
- Automasaje
- Introducción a las técnicas de soporte: Cos-art, Feldenkrais, Alexander, Rolfin, Pilates...

(Ya existe una experiencia similar puesta en marcha en el Conservatorio Municipal J, M<sup>a</sup> Ruera de Granollers por el equipo del Doctor Jaume Rosset de la Fundación Ciencia i Art de Tarrasa).

3. Tercera parte de la asignatura: "Orientación académica y profesional para estudiantes de música": Programa de orientación vocacional académica y profesional que se explica en este documento-resumen.

Nombrar para finalizar a Donald Super, quien elaboró diez proposiciones que resumen de alguna manera su posición frente a la conducta vocacional que vamos a ir adoptando a lo largo de nuestra vida (Super 1979):

*La satisfacción en el trabajo y en la vida, depende de la cantidad de salidas adecuadas que el individuo encuentre para sus habilidades, intereses, rasgos de personalidad y valores.*

## LA TRANSICIÓN EN EL CONSERVATORIO DE DANZA: PREVENCIÓN DE DUELO Y SALIDAS PROFESIONALES

Ana García-Dantas

*Conservatorio Profesional de Danza de Sevilla*



### Resumen

El aprendizaje de la danza requiere una formación muy exigente, y conlleva una creciente dedicación por parte del alumnado con jornadas lectivas muy largas, al compaginarse en la mayoría de los casos las enseñanzas de régimen general con las específicas de danza. Sin duda alguna, las implicaciones psicológicas que esto comporta en los estudiantes son la causa frecuente del abandono de los estudios. Igualmente resulta descorazonador, a la hora de plantearse una carrera profesional, las actuales circunstancias laborales. Es importante plantearnos la concepción de éxito que tenemos en nuestras clases y hacerles ver a los alumnos y alumnas el abanico tan amplio de posibilidades que tienen una vez finalicen los estudios. En este sentido, la orientación laboral puede ser una herramienta clave para evitar el fracaso escolar y la frustración de los estudiantes que, pese a su gran vocación, encuentran en un momento u otro la falta de motivación necesaria para seguir o la incapacidad por incorporar el amor hacia la danza en el contexto de su futuro vital.

**Palabras clave:** fracaso escolar enseñanzas de danza, intervención psicológica en danza, educación emocional artistas.

### 1. Exigencias del horario lectivo e implicaciones psicológicas

Las enseñanzas profesionales (EP) de Danza impartidas en los conservatorios de nuestro país requieren una importante y creciente dedicación por parte del alumnado a lo largo de seis años (García-Dantas y Caracuel, 2011a). Por ejemplo, analizando detalladamente el número de horas lectivas semanales exigidas en las EP de los conservatorios de la Comunidad Autónoma de Andalucía y la Comunidad Valenciana podemos observar que mientras que en primer curso se imparten un total de 14-14.5 horas semanales (Andalucía-C. Valenciana, respectivamente), el número asciende en tercero a 17-16.5 horas, terminando en último curso de profesional (sexto) con un total de 22-23 horas de clase a la semana. Comparativamente con las enseñanzas equivalentes de Música, los conservatorios de danza requieren significativamente más horas de trabajo presencial por parte del alumnado, lo cual puede influir en determinadas peculiaridades que presentan los y las estudiantes de esta disciplina. La tabla 1 recoge el número de horas semanales en los conservatorios de Danza y de Música a lo largo de los cursos de las EP.

Tabla 1. Horas lectivas semanales por curso en los conservatorios de Danza de Andalucía y Comunidad Valenciana, y en los conservatorios de Música de Andalucía.

	1º	2º	3º	4º	5º	6º
Danza Andalucía <sup>1</sup>	14	15	17	18	21.5	22
Danza Comunidad Valenciana <sup>2</sup>	15	15	17.5	29.5	22.5	22.5
Música Andalucía <sup>3</sup>	4.5	5.5	6	7	8.5	8.5

1 Orden de 25 de Octubre de 2007 p. 144, BOJA. Especialidad: danza clásica, contemporánea, española y flamenco.

2 Decreto 156, de 21 de Septiembre de 2007, p. 36980. Especialidad: danza clásica.

3 Orden de 25 de Octubre de 2007 p. 196, BOJA. Especialidad de guitarra.

La cuestión se complica cuando el alumnado se ve en la obligación de compaginar la danza con los estudios académicos, ya sean estos escolares o universitarios. Según los estudios más recientes, más del 90% de estudiantes de EP compagina dichas enseñanzas con estudios puramente académicos (García-Dantas, 2014). En concreto, una investigación realizada en dos conservatorios de Andalucía y con un total de 369 estudiantes de profesional reflejó que solo el 9.4% no estaba cursando estudios académicos mientras que el 43.5% estaba en educación secundaria, el 18.8% en bachillerato, el 4.3% en la universidad y el 3.9% cursaba otros estudios superiores y de grado medio.

Como resultado, la extensa mayoría de estudiantes de EP de Danza se ven obligados a llevar unas jornadas lectivas excesivas para su etapa evolutiva, su rendimiento y en ocasiones, desmesuradas para su salud física y mental. Específicamente, nos referimos con esto a que en primero de EP pueden tener una media de 49 horas lectivas semanales entre conservatorio e instituto. En tercero de EP se calcula que reciban una media de 55 horas de clase ascendiendo a 57 horas semanales en sexto. Por si esta cantidad de horas no fueran desproporcionadas, tenemos que contemplar también las horas de estudio personal, las tareas escolares y el ensayo y montaje de coreografías extracurriculares que suelen ascender progresivamente conforme la dificultad del currículo tanto escolar como de danza aumentan.

Todos estos datos permiten, de alguna manera, dilucidar el ritmo de vida que estos adolescentes y jóvenes llevan en su día a día, el cual es muy superior a lo que se entiende por una jornada laboral completa en nuestro país (40 horas). La enorme dedicación y sacrificio y la entrega desmesurada que exige el sistema educativo de la Danza puede traer consigo dificultades que impidan el poder finalizar las enseñanzas profesionales y a veces son incompatibles con la salud física y psicológica de muchas personas que lo cursan (García-Dantas y Caracuel, 2011b).

“Yo siempre he sido de notas buenas y, claro, en esos cursos la nota ya empezaba a contar para selectividad y yo estudiaba mucho, dormía poco, y el conservatorio cada vez eran más y más horas. Obviamente, si llegaba a mi casa a las diez, cuando cenaba me duchaba y todo, me ponía a estudiar a las tantas... Y aquello fue a peor porque en el conservatorio faltábamos muchas y, con razón, pues nos llamaban la atención. Entonces, yo sentía que a mí el conservatorio ya no me daba la satisfacción de antes. Era llegar, estar allí 5 horas sin aprovechar ni media. Me di cuenta que a mí me gustaba la danza pero no el conservatorio... Y me parecían y me lo seguirán pareciendo, que esos horarios son infernales. Quien los puso debería haber pensado que la gente, los niños niñas y adolescentes tienen más vida tras el conservatorio”.

Testimonio. Dejó el conservatorio en 5º de EP Danza Clásica.

Varios estudios analizan las diferencias en determinadas variables psicológicas entre los cursos de las EP. Por ejemplo, García-Dantas y Caracuel (2011) encontraron que los niveles de *Presión Percibida* en el día a día aumentaba significativamente de 1º a 3º de EP de forma contraria a lo que sucedía con el *Clima Positivo de Clase* cuyo patrón era de descenso a medida que se avanzaba de curso. En consonancia con estos datos, García-Dantas (2014) comparó los tres ciclos de EP de dos conservatorios de Andalucía utilizando una muestra de más de 300 estudiantes. Los resultados muestran que la sintomatología depresiva aumenta significativamente a lo largo de las EP. En concreto, llama la atención como las personas de tercer ciclo presentan unas puntuaciones medias muy cercanas al punto de corte que el instrumento administrado establece para identificar a las personas con diagnóstico de depresión leve. Este mismo estudio refleja también que la insatisfacción corporal y las conductas alimentarias anómalas son mayores en los cursos superiores, sugiriendo una tendencia ascendente a lo largo del grado profesional de Danza. A pesar de que muchas variables pueden influir en estos datos, debemos considerar especialmente las altas exigencias a las que este alumnado se ve sometido a lo largo de los años.

García-Dantas y Caracuel (2011) preguntaron a estudiantes de 1º y 3º de EP si alguna vez habían pensado seriamente abandonar el conservatorio y si lo estaban pensando actualmente. Los resultados mostraron que más del 40% se lo había planteado en algún momento y un 15% estaba pensando actualmente en dar el paso. Estos datos se centran únicamente en los primeros cursos de EP pero ¿qué pasará en los últimos cursos donde las exigencias son aún mayores y las jornadas académicas más extremas?

Indudablemente, el hecho de que haya tantas personas haciendo un esfuerzo excesivo para continuar las enseñanzas de Danza con deseos inmediatos de abandonarlas nos lleva a preguntarnos: ¿qué les mantiene a persistir a pesar del esfuerzo personal que están haciendo? ¿Por qué no lo dejan si están experimentando tales emociones negativas? ¿Qué repercusiones puede tener a nivel psicológico continuar las enseñanzas cuando la persona no se encuentra bien y está sufriendo signos de agotamiento?

“Mis amigos no lograban entender mi lucha personal por dedicarme a lo que realmente quería. Lucha que cada vez se hacía más interna, cada vez más pensaba que podían llevar razón, que mi futuro no estaba en la danza. Este fue el principal motivo por el que lo dejé, ya que el agotamiento mental que esta inseguridad me provocaba era peor que el físico. Finalmente me convencí de que era lo mejor, o eso quise creer en aquel momento, ya que no era cierto que así lo sintiera.”

Testimonio. Dejó el conservatorio en 4º de profesional de Danza Clásica.

## 2. Transición difícil

¿Y si dejo el conservatorio? Esta es una pregunta muy común a la que se enfrentan muchos alumnos y alumnas de conservatorios y normalmente va unida a mucho malestar. Cuando se invierte tanto en un proyecto de vida desde corta edad, es difícil y doloroso cuestionarse si es posible que este haya llegado a su fin. En la mayoría de los casos es una decisión tremendamente difícil en la que la persona se puede sentir sola, incomprendida y desarraigada. Su identidad como bailarina se puede ver alterada de un día para otro y esto puede producir miedo, ansiedad, rabia y tristeza.

Alguno de los pensamientos más característicos durante esta etapa de transición son “sin la danza no soy nadie”, “¿y si me arrepiento?”, “soy un fracasado”, “¿qué pensará la gente de mí?”, etc. Pongamos el caso real de una adolescente de 17 años que lleva 8 años en el conservatorio. Le quedan dos cursos para terminar el grado profesional, empezó a bailar con 4 años y todo su ocio, sus amistades y su historia están ligados a la danza. Después de la inversión personal y familiar durante toda la vida hacia este proyecto, se plantea dejarlo porque se siente desbordada, tiene la selectividad este año y sus estudios académicos se empiezan a ver comprometidos por el ritmo que lleva. Presenta altos niveles de ansiedad, estado de ánimo alterado que se refleja en el sentimiento de tristeza persistente, irritabilidad, llanto frecuente, aislamiento e insomnio. El acompañamiento durante este periodo de transición es fundamental para que la persona pueda aceptar el cambio e interiorizar la decisión como propia y la mejor, dada su situación personal. En ocasiones, este proceso de decisión puede ser complicado y requiere de una intervención psicológica que ayude a resituar la danza en la vida de la persona y prevenga posibles problemas asociados a este sentimiento de pérdida.

Hay varios **pilares fundamentales** para que esta transición tenga lugar con el mayor éxito posible:

- Por un lado, podemos destacar la figura del **profesorado** como agente encargado de acompañar al estudiante antes, durante y después de haber tomado la decisión. El alumno/a debe sentir en todo momento al profesor/a como aliado que persigue el bienestar de sus estudiantes por encima de todo. Debe ser una persona segura, de confianza

a quien recurrir ante posibles dudas, preguntas y a quien poder expresar con libertad sus miedos y dificultades durante este proceso.

- Por otro lado, la **institución** debería ofrecer o al menos facilitar algunos servicios de asistencia y apoyo durante este periodo. Aquí es interesante la figura del orientador/a, psicólogo/a o en su defecto, una profesora de referencia encargada de ayudar al alumnado en momentos de dificultad. Asimismo, un recurso que puede ser muy útil durante este período es una asociación de antiguos/as alumnos/as compuesta por personas que han pasado por una situación similar. Además, este espacio puede ofrecer información sobre formas de continuar vinculados a la danza e incluso seguir teniendo un papel en el propio conservatorio. En definitiva, servir como nexo de unión y facilitar el cambio de forma progresiva y no tan radical.
- La **familia** es probable que sea una de las primeras en percibir que algo no funciona. Su papel en esta difícil decisión es imprescindible puesto que el alumno o alumna buscará directa o indirectamente el apoyo y la aprobación de los suyos. Hay familias que también vivirán como una pérdida e incluso fracaso el cambio en el proyecto de vida de su hijo/a y no entenderán por qué se plantea abandonar después de las ilusiones depositadas y la inversión económica y de tiempo que han puesto en la danza durante tantos años. Si la transición es difícil en todos los casos, aún es más complicada cuando la persona no percibe apoyo por parte de su familia pues los sentimientos de miedo e inseguridad se pueden unir a los de soledad y culpa por hacerles daño y decepcionarles. Es esencial que las familias también reciban este acompañamiento por parte de la institución. En este sentido, nos referimos a que puedan tener reuniones con los tutores/orientadores, etc., cuando las primeras señales empiecen a aparecer y, por supuesto, sería muy interesante que periódicamente recibieran talleres de formación sobre cómo gestionar cuestiones de este tipo para prevenir futuros problemas y tener los conocimientos sobre la mejor manera de apoyar a sus hijos/as ante estas situaciones.

### 3. Duelo complicado

Para disfrutar de la danza y seguir vinculado a su pasión hay muchas formas alternativas de hacerlo. Así pues, hay personas que cuando dejan el conservatorio optan por inscribirse en una academia de danza, ya sea de su especialidad o de otra diferente, y seguir tomando clases como forma de ocio; otras asisten a espectáculos, siguen viendo vídeos de danza, o incluso realizan voluntariados donde utilizan la danza como herramienta de trabajo para conseguir los objetivos que se proponen. Todas estas opciones serían formas positivas para enfrentarse al proceso de transición.

Sin embargo, no todas las personas son capaces de avanzar y muchas permanecen durante un tiempo ancladas al sentimiento de pérdida. Como resultado de este sufrimiento, suelen mostrar una firme oposición y rechazo a todo lo que tiene que ver con la danza, desde la música hasta los espectáculos. Tratan de protegerse evitando cualquier contacto con lo que

ha significado su mayor fuente de satisfacción durante toda la vida por no saber gestionar las emociones tan negativas que le devienen cuando son conscientes de que ya no van a poder desarrollar el proyecto que esperaban. Algunas pensarán que si no pueden dedicarse profesionalmente a la danza, no tienen derecho a seguir disfrutando de esta. Otras no conocen alternativas para continuar esta relación de forma positiva y se quedan únicamente en el recuerdo de los momentos buenos que la danza le otorgó pero que jamás podrán recuperar. Sentimientos de culpa y de desarraigo serán los ingredientes principales para convertir el proceso de transición en un duelo complicado.

“Los meses posteriores no era yo. Me faltaba algo. Fue como finalizar una relación. Demasiadas horas dedicadas a algo que ya no estaba. ¿No habían significado nada? No entendía mi vida sin la danza. Y es que corté todo tipo de relación con ese mundo, nada de asistir a espectáculos, tener relación con amistades relacionadas con la danza, todo me hacía recordar mi “fracaso”. Fracaso en la danza y en mi vida, pues al no encontrar mi identidad, me costó encauzar una vida estable en cuestión de estudios y relaciones con mi entorno. (A día de hoy sigo pensando que lo único que he hecho por verdadera pasión, vocación, ha sido bailar). La adaptación no fue fácil. Fue doloroso”.

Testimonio. Dejó el conservatorio en 5º de EP.

En ocasiones, el duelo se vuelve complicado y pueden pasar muchos años para superarlo. Hay casos en los que es muy difícil salir de este proceso traumático solos y que requieren, como ya hemos dicho, de ayuda profesional para aceptar la pérdida e integrarla en su nueva vida de forma adaptativa.

“Finalmente parece que el tiempo lo curó. Puede que solo lo parezca, que sea ficticio, pues actualmente sigo sin tener relación con la danza. Pensaba que era porque finalmente me acostumbré, pero lo cierto es que cada vez que veo un trozo de un espectáculo en televisión, o el anuncio de un festival o cualquier ballet en algún teatro de la ciudad, se me coge un pellizco. Es difícil.” [...] “Ciertamente de esta decisión han pasado diez años, y rara vez hago por recordar aquellas sensaciones, pues no son agradables. Incluso recordar los maravillosos momentos que bailar me hizo sentir resulta doloroso, ya que se convierten en una sensación de añoranza. Pero la realidad está ahí, e intentar explicarlas en estas líneas me ha removido ciertos sentimientos”.

Testimonio. Dejó el conservatorio hace 10 años en 4º de profesional.

No solo las personas que interrumpen las enseñanzas profesionales pueden experimentar el sentimiento de pérdida cuando dejan el conservatorio. También, aquellas que terminan en

sexto son susceptibles de una transición complicada pues aunque sea un cambio normativo, muchas no están preparadas para experimentar un cambio de vida tan radical. Sexto es un curso complejo en el que se suele vivir una mezcla de emociones. Por un lado, es probable que muchas se encuentren felices por haber terminado unas enseñanzas que han implicado mucho esfuerzo y sacrificio pero por otro, pueden sentir miedo por un futuro incierto y desconocido. Después de 10 años (4 de enseñanzas básicas y 6 de EP) con máximo control y rigurosidad en su estilo de vida, tendrán que enfrentarse a una decisión complicada. ¿Interrumpo los estudios académicos y me centro en hacer audiciones en compañías de danza? ¿Tengo el suficiente nivel para ello? ¿Estudio el grado superior y apuesto por la docencia? ¿Qué alternativas hay en mi ciudad para seguir vinculada a la danza de forma no profesional? ¿Qué voy a hacer yo ahora cuando interrumpa de golpe tantas horas de entrenamiento?

Un sin fin de dudas que generan niveles elevados de angustia en gran parte de los estudiantes egresados quienes en la mayoría de ocasiones, se sienten desinformados y con pocos conocimientos para poder elegir. Esto tiene un riesgo en los casos en los que ha habido una gran dependencia con el conservatorio porque pueden anticipar sentimientos negativos cuando se termina por todo lo que éste implica.

Tenemos que tener en cuenta que la gran inversión que ha supuesto el conservatorio ha podido significar que no dispongan de alternativas de ocio fuera de la danza, es decir, no tengan aficiones en las que invertir su tiempo libre. Puede que cuenten con pocos apoyos sociales fuera de la institución, porque nunca han tenido tiempo para mantener a sus amistades. Algunas personas se han podido sentir muy sumisas y con poca autonomía durante sus enseñanzas, siempre dependientes del sistema y bajo la dirección de sus profesores/as. Sin embargo, ahora tendrán que sentirse capaces, como personas autónomas, de tomar decisiones trascendentes para sus vidas, sin estar a veces preparadas para ello.

#### 4. Señales de alarma

Hay determinadas señales que sugieren que el alumno/a puede estar atravesando un momento difícil y es conveniente saber cómo identificarlas para poder intervenir con la mayor rapidez posible. Conocer dichas señales es aún más importante cuando, frecuentemente, la idea de dejar el conservatorio no se comparte con los demás sino más bien se tiende a ocultar. Muchas personas no lo expresan abiertamente, y mucho menos en el conservatorio por temor a que le juzguen en un ambiente de tanta competitividad. Miedo a que le digan “entonces es que no te gusta la danza de verdad” o a no recibir la respuesta esperada.

Lamentablemente, a menudo el curso natural es resistir en silencio durante un tiempo prolongado hasta que, de un día para otro, dejan de acudir a clase sin ni siquiera tener la oportunidad de despedirse de algo que ha significado tanto en sus vidas. Esto se suele hacer con la ingenua y equivocada intención de facilitarse a sí mismos el proceso. No obstante, se sabe que en la mayoría de los casos, una retirada a tiempo es mejor que persistir en algo que ya no te produce la satisfacción necesaria para continuar haciéndolo. Y más

aún cuando este algo implica tanto sacrificio, afecta al bienestar y produce agotamiento físico y psicológico.

La percepción de falta de apoyo contribuye a que decidan continuar a pesar de lo que conlleva. Por tanto, saber detectar las primeras señales de alerta sobre que algo no funciona en el alumno/a es imprescindible para poder abordar cuanto antes la difícil situación. En algunos casos, la retirada será inevitable; en otros, el apoyo del profesorado será suficiente para poder descubrir cuáles son sus objetivos y aspiraciones en la danza, y de esta forma la propia persona podrá reconducir su trabajo para satisfacerlas de una forma sana y positiva.

Las señales de alarma son signos que te ayudarán a identificar en primer lugar que algún/a alumno/a de tu clase puede estar pasando por un momento complicado y, por tanto, requiere atención para conocer si tiene algún problema; y, en segundo lugar, para hacerle saber que puede contar contigo siempre que lo necesite.

Presta especial atención si identificas alguna de estas **señales de alarma**:

- **Cansancio** que no se recupera tras las vacaciones: después de un puente llega cansado/a.
- Pérdida de **peso/apetito** o aumento de peso/apetito.
- Altos niveles de **ansiedad**: se pone muy nervioso/a (o más de lo habitual) cuando tiene que bailar solo/a.
- **Insomnio**: tiene ojeras, dice que no puede conciliar el sueño.
- **Tristeza**, desánimo: más serio/a de lo habitual y no disfruta tanto como antes.
- **Nauseas, temblores**.
- Fragilidad emocional: **llora** fácilmente, parece pensativo/a y “encerrado en sus cosas”.
- **Falta a clase** a menudo.
- Se **aísla** de sus compañeros/as: se queda solo en los descansos, no quiere participar en las representaciones, habla menos que antes.
- No termina los ejercicios de clase: se aprecia **falta de energía**, poca resistencia.

## 5. Papel del profesorado

Cuando el profesor o profesora detecta alguna de estas señales, es conveniente que se reúna en privado con la persona en cuestión y se interese por su situación actual. La primera reunión tendría como objetivo mostrar una postura cercana y abierta, una actitud de ayuda y compromiso con el caso personal. En este momento no es conveniente ser demasiado directivo y confrontador, es decir, es preferible dejar que se exprese y ofrecerle un espacio de confianza. En la medida en que sepamos preguntar con paciencia y sobre todo escuchar, la persona se encontrará más relajada y se permitirá a sí misma compartir con nosotros/as sus preocupaciones y miedos.

Debemos transmitirle que estamos preocupados por él/ella e incluso concretar los signos que nos han llevado a realizar la reunión. Simultáneamente, tenemos que expresarle que vamos a

estar a su lado en todas las decisiones que tome y que puede contar con nuestra ayuda para lo que necesite. Habrá casos en los que una primera reunión será suficiente para que sienta confianza y nos plantee el conflicto sobre si dejar o no el conservatorio. Sin embargo, en otros, necesitaremos un poco más de tiempo para que pueda compartirlo tranquilamente. Independientemente de la edad, es importante que estas reuniones sean individuales y no se haga referencia a ellas dentro de la clase, pues será el alumno/a en cuestión el que decida si llevar este asunto de forma privada o no. Puede que incluso no desee en un principio contarlo a la familia y prefiera de momento que sea algo entre su profesor/a y él/ella. En todo caso debemos respetarle y preservar el grado de confidencialidad que la persona nos solicite.

“Los últimos meses fueron duros, pues era habitual verme desbordada por la situación de compaginar estudios y conservatorio. Esto me producía un estado de malestar continuo, tanto con la familia como con mi entorno, del cual realmente no era consciente en aquel momento. Yo pensaba que estaba bien, eran los demás los que estaban contra mí. Pero la verdad es que no lo estaba. Simplemente seguía por la inercia, por la pasión por la danza, pues las horas diarias dedicadas causaban un agotamiento físico y psicológico”.

Testimonio. Dejó el conservatorio en 4º de EP.

Ciertos tipos de preguntas pueden facilitar la comunicación. Aquí hay algunos ejemplos que puedes utilizar en estas reuniones:

- ¿Cuánto tiempo llevas sintiéndote diferente (triste, cansado, apático, etc.)?
- He notado un cambio en ti desde Navidades, ¿Qué pasó en ese momento que te hizo cambiar de este modo?
- ¿Cómo crees que te ve tu familia? ¿Y tus compañeros/as?
- ¿Qué dificultades estás teniendo en las clases (del conservatorio, del instituto, etc.)?
- ¿En quién te estás apoyando?
- ¿Cómo te sientes respecto a los horarios del conservatorio? ¿Cómo te organizas el tiempo?
- Además de las obligaciones, ¿en qué ocupas tu tiempo libre?
- ¿Qué te gustaría estudiar en un futuro? ¿Cómo te ves dentro de 5 años?
- ¿Has estado tan agobiado/a que te has planteado alguna vez dejar el conservatorio y centrarte en los estudios? ¿Cuánto hace desde la última vez que te sentiste así? ¿Qué te ha llevado a planteártelo?
- ¿Cómo ves tu vida sin el conservatorio? ¿En qué ocuparías tu tiempo? ¿Qué otros proyectos tienes? ¿En quién te apoyarías?
- Si tomarás la decisión de dejar el conservatorio, ¿cuándo lo harías?, ¿cómo?, ¿en qué podría ayudarte para que fuera más fácil para ti?

## 6. Prevención de duelo

Podemos implementar diferentes estrategias para facilitar el proceso de transición cuando se interrumpen o finalizan las EP. La tabla 2 distingue entre: la prevención primaria, que incluiría todas las pautas que disminuyen la probabilidad de que el alumnado en general atravesase una etapa de duelo complicada; y la prevención secundaria, que sería aquella dirigida a las personas que ya están atravesando el proceso de transición, con objeto de prevenir que dicho cambio tenga un impacto negativo en sus vidas. En dicha tabla encontramos diferentes medios para preparar y facilitar un proceso de retirada del conservatorio psicológicamente positivo y funcional con objeto de que, dado el caso, cuenten con estrategias y conocimientos útiles para adaptarse con la mayor brevedad posible a su nueva situación.

Tabla 2. Prevención primaria y secundaria por parte del profesorado y medidas de actuación por parte de la institución.

Prevención	
<b>Primaria</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Informar sobre el abanico real de salidas profesionales relacionadas con la danza: docencia en el ámbito privado, ciencias aplicadas a la danza (medicina de la danza, psicología de la danza, etc.).</li><li>2. Fomentar la compatibilización de la danza con los estudios académicos (reforzar y proporcionar facilidades).</li><li>3. Eliminar frases del tipo "tu no vales para bailar", cambiar la concepción de éxito en la danza. Buscar el estilo que mejor se ajuste a sus capacidades.</li><li>4. Bailar profesionalmente solo es una salida más y posiblemente la menos frecuente. Hacérselo saber.</li><li>5. Organizar jornadas de puertas abiertas con otros profesionales de la danza con objeto de dar a conocer todas las opciones profesionales que surgen a partir de sus conocimientos sobre danza.</li><li>6. Promovemos percepción de competencia. Independientemente de su nivel técnico, valoramos al alumno/a por quién es. Reforzamos su pasión por la danza en todas sus vertientes.</li><li>7. Transmitir que para bailar hay que estar en plenas aptitudes físicas y psicológicas y que es perjudicial para la persona resistir si estas no funcionan bien.</li><li>8. Organizar tutorías entre los antiguos/as alumnos/as y los actuales de enseñanzas básicas con la idea de que los primeros puedan mentorizar con su experiencia a los segundos y transmitirles que siempre van a tener un rol en el conservatorio.</li><li>9. Enseñar que la danza necesita de otras áreas para crecer y progresar (medicina, psicología, fisioterapia, etc.).</li><li>10. Ayudar a reconocer sus cualidades y aquello que le gusta y se le da bien aparte de la danza (ej. otros deportes, actividades, etc.).</li><li>11. Promover nexos de unión con la vida fuera del conservatorio: fomentar que tengan actividades de ocio, que conserven sus amistades, etc.</li><li>12. Transmitir que son importantes por quiénes son y no por lo que hacen. El conservatorio es una etapa que más tarde o más temprano llegará a su fin. Swaber mirar más allá de sus fronteras.</li></ol>

<b>Prevención</b>	
<b>Primaria</b>	<p>13. Evitar resaltar el esfuerzo invertido en las clases a través de la comparación con las personas que no bailan o que bailan con un régimen lectivo menos exigente. Hay muchas formas de reforzar que no implican infravalorar a la gente que no está en el conservatorio (ej., algún día todos estaremos fuera del centro).</p> <p>14. Reconocer que gran parte de las habilidades personales y psicológicas que desarrollan día a día para bailar son muy útiles y valoradas en otras profesiones (ej., disciplina, rigurosidad, responsabilidad, etc.).</p> <p>15. Recordar que cada día han sumado y que valoren el conservatorio por lo que han disfrutado allí. Cuando éste cuenta más por lo que resta que por lo que suma a la vida de cada una, hay que plantearse si es positivo continuar en él. En esta situación, se recibirá el apoyo y la comprensión de toda la clase y del profesorado para que sea lo más fácil posible.</p>
<b>Secundaria</b>	<p>1. Transmitir que no va a dejar de bailar ni de estar relacionada con la danza porque ya no esté en el conservatorio.</p> <p>2. Ofrecer asesoramiento sobre las salidas profesionales y formativas de acuerdo a sus inquietudes e intereses.</p> <p>3. Mostrar cuáles son las opciones en su ciudad para que pueda seguir bailando con un régimen lectivo menos exigente ¿Qué es lo que le gusta?</p> <p>4. Habilitar aulas en determinados horarios para antiguos/as alumnos/as. Permitir, al principio y durante un tiempo establecido, la entrada en algunas clases pero ya fuera del sistema de evaluación. De esta forma la retirada es gradual y la adaptación a su nueva vida más fácil.</p> <p>5. Organizar un homenaje de despedida en la clase donde sus compañeros/as puedan obsequiarle con cartas, regalos y recuerdos positivos. No obstante, advertirle de que siempre tendrá las puertas abiertas y se le llamará para las celebraciones, comida de Navidad, etc.</p> <p>6. Que no asistan diariamente a clase no significa que no van a contar con el apoyo de las profesoras y compañeras durante la transición y después de esta. Planificar llamadas entre los compañeros y el profesorado para estar muy próximos y cercanos en los primeros momentos.</p>
<b>Institución</b>	<p>1. Crear una asociación de antiguos alumnos/as y otorgarles funciones dentro del conservatorio (servir como mentores a los estudiantes de enseñanzas básicas, ayudar en el montaje de coreografías, preparar salidas a espectáculos, museos, etc.).</p> <p>2. Mostrar en los tabloneros ejemplos de antiguos/as alumnos/as con diferentes trayectorias profesionales. Muchas personas pueden tener éxito en la danza sin tener que bailar en compañías, ya que esto solo es una opción.</p> <p>3. Organizar los fines de semana actividades extraescolares: otros tipos de danza, música, formación diferente para que vean todas las opciones que existen para seguir vinculados a su pasión. En definitiva, crear un puente entre el conservatorio y el exterior para transmitir en todo momento que su vida sigue después del conservatorio.</p>

## 7. Salidas profesionales en danza/éxito

En ocasiones se equipara erróneamente el hecho de tener éxito en la danza a llegar a ser bailarín o bailarina profesional de compañía. Esto puede llevar al establecimiento de metas poco reales y difícilmente alcanzables dadas las posibilidades que el sector artístico y cultural ofrece

en la actualidad. De hecho, información proveniente de diferentes directoras de conservatorios de danza nacionales afirman que menos del 5% de personas que acceden a enseñanzas profesionales terminan bailando profesionalmente en compañías como único medio de subsistencia. Sin embargo paradójicamente, son muy comunes dentro de las clases comentarios del tipo “No llegarás a nada en el mundo de la danza”, “No tienes cuerpo de bailarina”, “No vas a llegar muy lejos”, etc.

Psicológicamente ¿cómo se puede sentir una persona que realiza un gran esfuerzo cada día y que recibe constantemente este tipo de comentarios? Con esta concepción de éxito en la danza, ¿cuál es la motivación de una persona que, aunque reconoce no estar entre las primeras de la clase en calificaciones, admite que le encanta bailar y disfruta con ello? Esta contradicción de partida puede dar lugar a creencias irracionales del tipo “Si no soy bailarina profesional ya no debo disfrutar de la danza”. “No me compensa este esfuerzo sabiendo que más pronto que tarde esto se acabará y no llegaré a nada en el mundo de la danza” o “No puedo bailar si no valgo para esto, es mejor abandonar y no engañarme a mí misma.”

...Si bailaba, debía ser profesional; si no, lo dejaba y cortaba completamente con el placer que me producía la danza...

Testimonio. Dejó 4º de enseñanzas profesionales.

En consecuencia, es importante desterrar esta concepción de la danza en los conservatorios para que todos los estudiantes sientan que tienen cabida dentro de las EP, independientemente de que su futuro esté en una compañía de danza. Existen muchos motivos por los que una persona no llega a bailar profesionalmente, pero esto no significa necesariamente que no deba finalizar las enseñanzas profesionales de conservatorio. De hecho, si esto fuera así, un número extremadamente reducido de estudiantes llegarían a finalizarlas, quedando en algunos centros solo uno o dos alumnos por especialidad de danza lo cual sería prácticamente imposible de sostener organizacional y económicamente hablando.

¿Cómo cambiamos esta forma de entender lo que es tener éxito en la danza? Lo primero que debemos preguntarnos es la definición de éxito. Según la RAE, ‘éxito’ se define como: 1. El resultado feliz de un negocio, actuación, etc. 2. Buena aceptación que tiene alguien de algo. En ningún momento se establece la relación entre éxito y salario; ni siquiera entre éxito y alto nivel profesional. El éxito tiene más que ver con el resultado feliz y con la consideración personal o aceptación que puede tener alguien sobre aquello a lo que dedique su tiempo. De este modo, podemos contemplar que una persona tenga éxito en la danza mientras que guarde algún tipo de vinculación con esta disciplina y ella entienda y la acepte de forma positiva y gratificante. De acuerdo con esta nueva forma de contemplarlo, hay muchas salidas profesionales y vocacionales alrededor de la danza que pueden convertir a la persona en alguien con éxito.

Así pues, una chica que decide dejar las EP en 5º para dedicarse a su carrera de Medicina con objeto de centrarse en estudiar e intervenir patologías características de los bailarines podría considerarse como una persona con éxito en la danza. Asimismo, un chico que decide terminar las EP y formarse en Educación Física y Deporte con el fin de trabajar como profesor de pacientes de fibromialgia para aliviar sus dolencias físicas a través de la danza, también estaría dentro del grupo de las personas con éxito. Estos son solo dos ejemplos entre las muchas personas que hay y que viven con un salario obtenido gracias a su formación y especialización en danza.

Para terminar con este artículo, mostramos varios testimonios de personas que han sido bailarinas y que han optado por dedicarse profesionalmente a una disciplina diferente pero con gran vinculación a lo que ha sido y es su pasión: la danza. Todas estas personas con éxito justifican el argumento de que el único camino después del conservatorio no es bailar en una compañía de danza y que hay muchas opciones después de este. Nuestra función como docentes debería saber acompañarles en este proceso de decisión y ofrecerles un amplio abanico de posibilidades siempre aceptando la trayectoria que cada una quiera seguir en sus vida, ya esté directamente relacionada con la danza o no.

## **Testimonios sobre profesionales relacionados con la danza**

### **¿En qué te ha ayudado tu formación en danza para ser médica especialista en bailarines/as?**

“Para mí supone mucha mas empatía con sus lesiones, algunas las he vivido en mi piel; por otro lado, ya que bailo menos, parece que siga bailando cuando me explican clases, coreos, etc. Conozco el lenguaje, tanto para clásico como jazz o flamenco, esto hace que tengan un acercamiento no solo como médico sino más humano, de tú a tú, y más complicidad. También está claro que conocer la biomecánica y el gesto del bailarín ayuda mucho al diagnóstico y tratamiento. ¡¡Diría muchas mas cosas!!”.

Dra. Emilia Pérez  
Medicina de la danza. Barcelona.

### **¿En qué te ha ayudado tu formación en danza para ser nutricionista especialista en bailarines/as?**

“Mi experiencia como bailarina me ayuda a entender a las personas que asesoro, transmitir la información de forma práctica, cuestionarles sus mitos sobre la alimentación en danza, entender sus necesidades, hablar el mismo idioma, plantear preguntas de investigación útiles que aporten conocimientos prácticos, etc.”

MSc. Shiobhan  
Nutricionista. Reino Unido.

## **Danza como forma de ocio y disfrute**

“Hoy en día sigo relacionada con el mundo de la danza, porque es una parte de mi vida muy grande que nunca ya podrá salir. Pero ahora lo hago a mi manera, sin presiones. También asisto a conciertos, musicales, ballets y utilizo la danza como método de desconexión y relajación en los días en los que me siento estresada o desanimada, por lo que para mi es una herramienta en mi vida”.

Anónimo

## **Profesora de danza en academia privada**

“En estos momentos me dedico a enseñar a niños y adultos que se inician o continúan bailando, y lo hago en mis ratos libres que no trabajo, y es algo con lo que disfruto muchísimo. Intento ponerme en el lugar del alumno y no cometer los mismos errores que cometieron conmigo e intento que a mis alumnos les guste lo que hacen, pero sin sentirse obligados, disfrutando de ello”.

Anónimo

## **¿Cómo influye la danza en un grupo de pacientes con fibromialgia?**

“A nivel práctico la danza les resulta muy motivante (de hecho el grupo en número se mantiene todo el curso e incluso se incrementa el número de alumnas). Les hace reír, mejora la relación social entre ellas y, lo más importante dentro de mi campo, es que realizan actividad física aeróbica moderada (por debajo de las 160 pulsaciones minuto), la cual sí que está demostrado en múltiples estudios que aumenta el margen de tiempo entre la aparición de episodios de dolor, mejora la calidad del sueño, la autoestima o disminuye su ansiedad”.

Diana Vega Barrientos  
Lda. Educación Física. Sevilla.

## **¿En qué te ha ayudado tu formación en danza para ser fisioterapeuta especialista en bailarines/as?**

“Me ayuda a entender las necesidades de los bailarines y de la práctica de la danza, a conocer la técnica-biomecánica a fondo. Esto es muy importante ya que muchas lesiones (la mayoría son por sobreuso) se producen por fallos en la técnica-aprendizaje.

Para la evaluación y rehabilitación esto es esencial, y entender exactamente las demandas físicas para las que los pacientes han de prepararse, que son muy específicas”.

MSc. Ana Álvarez Franco  
Fisioterapeuta. Reino Unido.

## 8. Conclusiones generales

1. Debemos prestar atención a las señales de alarma de nuestro alumnado y mostrar una actitud cercana y de confianza para poder ser un pilar de apoyo en un momento de decisión.
2. Hay estrategias que se pueden implementar para prevenir un proceso de transición complicada.
3. Es importante intervenir directamente con las personas que se están enfrentando a la decisión de dejar el conservatorio y proporcionarles alternativas para que puedan elegir conscientemente y antes de que sea demasiado tarde.
4. Es interesante plantearnos la concepción de éxito que tenemos en nuestras clases y hacerles ver el abanico tan amplio de posibilidades que tienen una vez finalicen el conservatorio. Siempre podrán estar relacionados con la danza en la medida en la que deseen.

## 9. Referencias

García-Dantas, A. (2014). *Factores que influyen en la satisfacción corporal del alumnado de conservatorios de danza*. Tesis doctoral no publicada. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos. Universidad de Sevilla, España.

García-Dantas, A., & Caracuel J.C. (2011a). “Psicología y Danza”. En F. Arbinaga y J. C. Caracuel (eds). *Intervención psicológica en actividad física y deportes minoritarios* (pp.139-163). Madrid: Psimática.

García-Dantas, A., y Caracuel J.C. (2011b). “Factores que influyen en el abandono en los conservatorios de danza”. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte*, 6, 79-97.



