



**UCV**

**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL**

**DE PSICOLOGÍA**

**TESIS**

**“Niveles de Flow en bailarines urbanos de la  
Asociación Cultural Ángeles D1, a través de la escala  
de estado de Flow”**

**PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

**AUTOR:**

**MULATILLO LÓPEZ, JESSICA LISSETH**

**ASESOR:**

**WILLIAM CABANILLAS ROBLES**

**LIMA – PERÚ**

**2010**

**A mis padres y mi familia que siempre me han apoyado a seguir mis metas.**

**A las personas especiales que he conocido en mi vida por sus enseñanzas y sus mejores deseos.**

## AGRADECIMIENTOS

El desarrollo y el resultado de este trabajo fueron posibles gracias al apoyo, orientación y confianza de muchas personas, a quienes quiero darle mi profundo agradecimiento.

Entre ellos a mis profesores y asesores que estuvieron en el transcurso de todos estos años, guiándome y enseñándome, como el profesor William Cabanillas, por su paciencia, esfuerzo y dedicación, la profesora y directora de escuela Silvia Tarazona Infantes por su preocupación y comprensión con todos.

A mi gran amigo y estadístico Paul Pairazaman, que siempre está ahí para todas las amistades de años, al igual que mis grandes amigas, Laura Ochoa, Paola Ramírez, Analí Carranza, Lidia Morante, Elizabeth Motoriche, Diana Llanca que siempre me dieron una palabra de aliento y me apoyaron al brindarme información.

Un agradecimiento especial a la Asociación Cultural Ángeles D1, sobre todo a Ricardo Gálvez, Roxana Ruiz, Juan Taxa que me abrieron las puertas de la asociación apoyándome y permitiéndome trabajar con ellos, al igual agradecer a los jóvenes que de la asociación por permitir entrar a su mundo.

Agradecer a Manuel M. Paz por ser un buen amigo, y enseñarme a ser paciente, cautelosa, a ver más allá del problema y nunca rendirme.

Finalmente, agradecer sobre todo a mis padres Luís Mulatillo Moreno y Esther López Parrilla y mi familia, sin ellos no estaría el día de hoy presente.

## PRESENTACIÓN

Este trabajo se baso en la experiencia de varios años, tratando de relacionar dos líneas: una ciencia que es la psicología y un arte que es la danza. Donde en el transcurso de muchos años se han realizado varios estudios sobre cada rama pero de maneras independientes y relacionadas a otros temas.

En la psicología en su mayoría ha estado relacionado a observar los aspectos negativos de las personas, hasta la llegada del milenio que surgió con mayor fuerza la corriente de la psicología positiva y trajo varios conceptos, fenómenos y/o terminologías que no se habían resaltado en las personas dentro de esos fenómenos se encuentra el “flow”, lo cual se observo en primer lugar en actividades específicas como el deporte, sobre todo por los mismos múltiples relatos y anécdotas de deportistas y atletas, acerca de las experiencias extraordinarias que pueden tener lugar durante el rendimiento deportivo, en situaciones tanto en competencias como en enterramientos, estos relatos incluían descripciones sobre fuertes cambios en la conciencia y percepción de sí mismos, y de los aspectos del entorno, llenos de un estado emocional positivo, muy satisfactorio, agradable, con una concentración y control total en lo que están realizando, y sintiéndose completamente identificados y comprometidos con sus acciones. (Jackson, 1995; Jackson y Marsh, 1996; Jackson y Csikszentmihalyi, 2002; Csikszentmihalyi, 2003a).

Una de las características que más llaman la atención sobre el “flow” es que se presentó como un fenómeno psicológico inesperado, emergente, como la consecuencia no programada del rendimiento de las diferentes actividades (deporte, baile, música, etc.), o incluso como el premio (meta) no buscado por el logro de un rendimiento a la máxima capacidad posible. Por ello, este tema se diferencia de todos los demás porque consiste en un fenómeno psicológico que no fue estudiado directamente, como otros fenómenos (motivación o ansiedad), simplemente surgió sin tener ninguna alteración

para que sucediera, solo surgía sin ninguna programación, inesperadamente y muchas veces acompañando el logro de rendimiento óptimos. Esto hizo el inicio de la presente investigación, ya que era un tema que se había tocado en diferentes trabajos en otros países y sobre todo en los deportes, pero no aquí, y menos en el baile, junto con una población de alto riesgo.

El baile o la danza ha estado entre nosotros durante toda la historia de la humanidad, se bailaba para atraer cosechas, para festejar, para representar costumbres del día a día, ya que en la mayoría los momentos en que se puede aplicar la danza, las personas se dejan llevar, fluyen al ritmo de la música, y llegan a expresar sentimientos, pensamientos, formas y/o de vidas a través de su cuerpo, y si el baile ayuda a realizar estas actividades, entonces también se puede observar y llegar a la conclusión, que el baile o la danza satisface al ser humano, a través de experiencias optimas y tomándolo como una disciplina que a la vez ayuda a formar la personalidad, si las personas llevarán un entrenamiento continuo, podrían aprender a tener paciencia, resistencia para enfrentar los problemas, a tener compromiso, confianza, dominio de su persona y poder plantearse metas, por el mismo hecho que se necesita concentración para controlar cada musculo y articulación de tu propio cuerpo.

Por ello la relación que hay entre “flow” y el baile hace que esta investigación tenga el propósito general de observar los niveles de “flow” en los bailarines, en este caso de estilos urbanos, por lo mismo que la mayoría de los jóvenes se sienten identificados con este estilo en la actualidad donde tenemos, el break dance, hip-hop, breakbeat, rap, bboying entre otros, dentro de la Asociación Cultural Ángeles D1, quien brinda una formación gratuita en este estilo de baile, a la vez es poder describir los niveles de “flow” por cada género, edad y nivel de instrucción.

Para ello, el presente documento se desarrolla en varias partes, en la primera parte se presenta el planteamiento del problema en términos de nuestra pregunta de investigación y objetivos. En la segunda parte se presenta el marco teórico que

consiste en la sustentación de evidencia previa sobre el tema, la descripción, caracterización y los diferentes conceptos de estudio. En la tercera parte se precisa la metodología de estudio, tanto en términos de tipo, diseño, muestra, instrumentos, procedimientos y análisis de datos. En la cuarta parte se presentan los resultados del estudio y la discusión de los mismos. Para concluir, se presentarán las conclusiones y recomendaciones.

Es importante mencionar que la información y los resultados que surgen a partir de esta investigación, busca brindar un aporte útil a los jóvenes para que busquen maneras diferentes de afrontar los problemas cotidianos de la vida.

## INDICE

|                             |        |
|-----------------------------|--------|
| Portada                     | i      |
| Dedicatoria                 | ii     |
| Agradecimiento              | iii    |
| Presentación                | iv-vi  |
| Índice                      | vii-ix |
| Lista de Tablas             | x      |
| Lista de Gráficos           | xi     |
| Resumen en español e inglés | xii    |
| Introducción                | 1      |

### **CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACION**

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| 1.1 Planteamiento del problema | 1 |
| 1.2 Formulación del problema   | 2 |
| 1.3 Objetivos                  | 2 |
| 1.3.1 General                  | 2 |
| 1.3.2 Específicos              | 3 |
| 1.4 Justificación              | 3 |

### **CAPÍTULO II: MARCO DE REFERENCIA**

|  |    |
|--|----|
| 2.1 Antecedentes                               | 5  |
| 2.2 Marco Teórico                              | 6  |
| 2.2.1 Psicología Positiva                      | 6  |
| 2.2.2 Flow                                     | 8  |
| A. Concepto de “flow” (Flow)                   | 11 |
| B. Dimensiones del “flow”                      | 13 |
| C. Modelos de “Flow”                           | 17 |
| a. Modelo de Privette (1983)                   | 17 |
| b. Modelo de Jackson y Csikszentmihalyi (2002) | 18 |

|   |    |
|---|----|
| D. El “flow”, La Atención, y el Yo                  | 19 |
| E El “flow”, la complejidad y el Desarrollo         | 21 |
| 2.2.3 La personalidad Autotética                    | 23 |
| A. Mecanismo de flow                                | 24 |
| B. Medición de flow y de la personalidad Autotética | 24 |
| Medición de Flow                                    | 25 |
| Entrevista  | 25 |
| Cuestionario  | 26 |
| C. Medición de la personalidad Autotética           | 27 |
| D. Las condiciones para el flow                     | 27 |
| 2.2.4 Danza   | 28 |
| 2.2.4.1 Elementos fundamentales de la danza         | 29 |
| 2.2.4.2 Danza Urbana                                | 29 |
| A. Historia   | 29 |
| B. Concepto de danza urbana                         | 30 |
| C. Tipos  | 30 |
| <br><b>CAPITULO III: MARCO METODOLOGICO</b>         |    |
| 3.1 Variables                                       | 34 |
| 3.1.1 Definición conceptual                         | 34 |
| 3.1.2 Definición operacional                        | 34 |
| 3.1.3 Dimensiones                                   | 34 |
| 3.2 Metodología                                     | 35 |
| 3.2.1 Tipo de estudio                               | 35 |
| 3.2.2 Diseño de estudio                             | 35 |
| 3.3 Población, muestra y muestreo                   | 36 |
| 3.4 Método de investigación                         | 38 |



|   |    |
|---|----|
| 3.5 Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 38 |
| 3.5.1 Forma de Consentimiento                       | 38 |
| 3.5.2 Ficha de Datos Personales                     | 38 |
| 3.5.3 Flow State Scale (FSS)                        | 39 |
| 3.6 Procedimiento de recolección de datos           | 44 |
| 3.7 Método de análisis de datos                     | 46 |
| <br>  |    |
| <b>CAPITULO IV: RESULTADOS</b>                      |    |
| 4.1 Descripción e interpretación                    | 47 |
| 4.2 Análisis y Discusión                            | 59 |
| <br>  |    |
| <b>CONCLUSIONES</b>                                 | 63 |
| <br>  |    |
| <b>SUGERENCIAS</b>                                  | 64 |
| <br>  |    |
| <b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b>                   | 65 |
| <br>  |    |
| <b>ANEXOS</b>                                       |    |
| Ficha de datos personales                           | 68 |
| Escala de Estado de “flow”                          | 69 |
| Autorizaciones                                      | 71 |

## LISTA DE TABLAS

**Tabla N ° 1**

Frecuencias de las características de la muestra

**Tabla N ° 2**

Resultados obtenidos por Criterio de Jueces

**Tabla N ° 3**

Nivel de “flow” en la muestra general: Media y desviación estándar

**Tabla 4**

Tabla de frecuencias del variable nivel de flow

**Tabla N ° 5**

Estadísticas Básicas para las Dimensiones – General y Según Sexo.

**Tabla N ° 6**

Tabla de frecuencias de la variable Sexo

**Tabla N ° 7**

Según Dimensiones

**Tabla N ° 8**

Media de Puntajes totales por edad según sexo

**Tabla N ° 9**

Tabla de media, frecuencias, porcentaje y desv. Típica de la variable Edad

**Tabla N ° 10**

Tabla de frecuencias por nivel

**Tabla N ° 11**

Media de Puntajes totales por nivel según sexo

**Tabla N ° 12**

Tabla de Contingencia Nivel de Flow vs Edad

**Tabla N ° 13**

Tabla de Contingencia Nivel de Flow vs Sexo

**Tabla N ° 14**

Tabla de Contingencia Nivel de Flow vs nivel de preparación

## LISTA DE GRAFICOS

### **Gráfico N ° 1**

Modelo de Privette

### **Gráfico N ° 2**

Modelo de Jackson y Csikszentmihalyi

### **Gráfico N ° 3**

Muestra de acuerdo al sexo

### **Grafica N°4**

Procedimiento Recolección de Datos

### **Gráfica N°5**

Puntajes promedio por dimensión

### **Gráfica N°6**

Puntajes totales según sexo

### **Grafico N°7**

Nivel de Flow vs Edad

### **Grafico N°8**

Nivel de Flow vs Sexo

### **Grafico N°9**

Nivel de Flow vs nivel de preparación

### **Grafico N° 10**

Cuadro Comparativo de Puntajes por ítem

## RESUMEN

En esta investigación tiene como objetivo principal es determinar el nivel de flow en los bailarines urbanos de la Asociación Cultural Ángeles D1. Esta investigación es de tipo descriptivo, transversal, fue aplicada a 70 bailarines urbanos en los tres niveles de formación: básico, intermedio y avanzado, sus edades oscilaban entre los 16 y 39 años y estuvo conformado por 42 varones (60%) con una media de 18.38 y desviación estandar 7.447 según la edad y 28 mujeres (40%) con una media 15.25 y desviación estándar 4.575 según edad. En esta investigación se utilizaron los siguientes instrumentos: a) Ficha de Datos y b) Traducción al castellano de la Escala del Estado de "Flow" – Flow State Scale- FSS de Jackson y Marsh (1996).

Los resultados arrojaron niveles moderados y altos de "flow" dentro de toda la muestra, donde la dimensión de experiencia autotélica tuvo el porcentaje más alto (con una media 18.63) y las dimensiones de menor porcentaje fueron acción-conocimiento fusión y transformación del tiempo (con una media de 14.87).

## ABSTRACT

This research aims is to determine the level of flow in urban dancers Asociación Cultural Ángeles D1. This research is descriptive, transversal, was applied to 70 urban dancer in the three training levels: basic, intermediate and advanced, their ages ranged between 16 and 39 and consisted of 42 males (60%) with a mean standard deviation of 18.38 and 7447 by age and 28 women (40%) with 15.25 of mean and 4,575 of standard deviation depending on age. This research used the following instruments: a) Data Sheet b) Spanish translation of the Scale of the State of "Flow" - Flow State Scale, FSS Jackson and Marsh (1996).

The results showed moderate to high levels of "flow" within the entire sample, where the dimension of experience autotelic had the highest percentage (18.63 of mean) and lowest percentage dimensions were action-knowledge fusion and transformation of time (14.87 of mean).