



CARRERA DE PSICOLOGIA

# **“Influencia de la práctica de Taekwondo en el bienestar de un grupo de niños de un taller vecinal”**

Profesor Guía: **Javier Lepe Honores**  
Metodólogo: **Francisco Kamman**  
Profesor Informante: **Carolina Sepúlveda**  
Estudiante: **Felipe Riveros Araya**

**Tesis para optar al grado de Licenciado en Psicología**  
**Tesis para optar al título de psicólogo**

Santiago, Mayo 2011

## **RESUMEN**

La presente investigación nace a la luz de una serie de inquietudes por parte del investigador respecto a cómo potenciar espacios de bienestar que además contribuyan el desarrollo de habilidades en los niños relacionadas con la autoconfianza, el respeto por lo demás, el compañerismo, etc. De este modo, este estudio describe de qué modo influye el entrenamiento del Taekwondo en el bienestar de un grupo de niños que practica en un taller vecinal, a través de los relatos generados tanto por los niños que practican en el taller como sus padres, quienes por medio de las entrevistas, dan cuenta de los procesos que viven, las emociones que los mueven, las expectativas que los motivan en un proceso en donde se integran partes aparentemente contradictorias como el combate con la cooperación y el respeto por los demás

Esta investigación es de tipo exploratoria-descriptiva no experimental con metodología cualitativa, que acontece en un equipo de trabajo con un total de 8 personas, integrantes de un taller de Taekwondo de una sede vecinal.

Para la recopilación de la información, se realizaron 8 entrevistas abiertas semi-estructuradas, 4 de ellas a niños y 4 de ellas a los padres de los niños, todos parte de un taller de Taekwondo de una sede vecinal.

Finalmente, las conclusiones dan cuenta de la práctica del Taekwondo influye de manera positiva en el bienestar de los niños, además de plantear posibilidades respecto a formas de integrar el modo de vida planteado por la disciplina en contextos como el escolar.

## DEDICATORIAS

*A Patricia, mi madre, que ha sido mi más grande maestra desde que tengo  
uso de razón.*

*A Francisco, mi hermano, mi cómplice en mi entrenamiento como ser  
humano.*

*A Joanna, mi compañera, quien me abre mundos, me muestra opciones...y  
me llena con esa sonrisa que me levanta cuando el cansancio es mucho.*

## AGRADECIMIENTOS

*La consecución de este trabajo, implicó la colaboración de un sin número de personas que se han vinculado conmigo desde que comencé mi camino en las artes marciales. Cada uno de los seres que colaboró en esto; con una palabra, un gesto, una mirada, una corrección técnica; a cada uno de los seres vivos que haya estado en contacto conmigo, vale decir, todos y cada uno...a todos les agradezco, por esa interacción que se da en el fluir de la vida, incluso a aquellos en que en algún momento me dificultaron las cosas. Quiero agradecer a mis amigos, Gustavo, quien me introdujo al Taekwondo, a Alvaro y Felipe, quienes desde el colegio siempre han estado ahí; a Vania y Fernando, por apoyarme y compartir ese espacio llamado “Universidad” conmigo; a Javier, quien me orientó en esto de querer ser psicólogo; a Marcia, de quien creo no se toma el real peso de la labor que cumple en la escuela de Psicología; a Marcel y Betzabé por confiar en mí en el proceso de potenciar futuros talentos; a Juan Hidalgo, mi maestro, por enseñarme lo que es el Taekwondo y en especial a mis niños, tanto pequeños y adultos, quienes entrenan duro, para ser cada día mejores personas, artistas de la vida.*

*Por último agradezco a mi madre, quien siempre ha sabido, desde la magia de la maternidad, darme algún consejo sabio; a mi hermano, quien me enseñó el valor de la verdadera disciplina y a Joanna, quien ha sido mi compañera, mi estudiante, mi maestra y mi amiga.*

## INDICE

|   | <b>Página</b> |
|---|---------------|
| 1. INTRODUCCION   | 7             |
| 1.1 Planteamiento del problema                            | 7             |
| 1.2 Formulación del problema y pregunta de investigación  | 11            |
| 1.3 Aportes y relevancia                                  | 14            |
| 2. OBJETIVOS GENERAL Y ESPECIFICOS                        | 16            |
| 3. MARCO TEORICO  | 18            |
| 3.1 Taekwondo   | 18            |
| 3.2 Bienestar   | 28            |
| 3.3 Emoción   | 33            |
| 3.4 Desarrollo Infantil                                   | 39            |
| 4. MARCO METODOLOGICO                                     | 46            |
| 4.1 Enfoque metodológico                                  | 46            |
| 4.2 Tipo y diseño de investigación                        | 47            |
| 4.3 Delimitación del campo de estudio                     | 49            |
| 4.3.1 Universo  | 49            |
| 4.3.2 Muestra   | 50            |
| 4.3.3 Criterios Centrales                                 | 51            |
| 4.4 Técnicas e instrumentos de recolección de información | 54            |
| 4.5 Plan de análisis de la información                    | 56            |
| 5. RESULTADOS Y ANALISIS                                  | 62            |
| 5.1 Resultados y Análisis por Núcleos Temáticos           | 64            |

|   |     |
|---|-----|
| 5.2 Análisis e Interpretación de los Resultados en Relación a los Objetivos | 101 |
| 6. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN   | 113 |
| 7. BIBLIOGRAFÍA   | 128 |

## **1. INTRODUCCION**

### **1.1 Antecedentes y Planteamiento del problema**

Durante el año 2001 en Chile, por medio de lo que hoy en día se conoce como Instituto Nacional del Deporte (IND en lo futuro), se promulgó la ley 19.720, también conocida como “Ley del deporte”, a través de la cual se fomenta por medio de recursos del estado, la práctica de distintas disciplinas en distintos niveles, a saber, competitivo, recreativo y formativo, en función del rango etario y al objetivo que persiga dicha actividad deportiva. De acuerdo a lo establecido por el IND en su misión, con esto se busca “Desarrollar la cultura deportiva de la población a través de la ejecución de planes y programas de fomento e infraestructura, y el financiamiento de proyectos, orientados a masificar la actividad física y la práctica deportiva y a apoyar a los deportistas tomando como eje su crecimiento dentro del Sistema de Competencias Deportivas, con una perspectiva territorial, intersectorial y de género”. (IND, 2001). Esta propuesta se enmarca en una serie de invitaciones que, además de buscar el desarrollo del deporte competitivo en nuestro país, busca fomentar la actividad física en una población que de acuerdo a un estudio<sup>1</sup>, establece que un 35% de la población chilena entre 18 y 60 años, no realiza actividad física alguna y donde tan sólo el 21% dice hacer actividades al aire libre una vez a la semana. Ahora bien, si consideramos los beneficios de la actividad física, los cuales han sido largamente

---

<sup>1</sup> Estudio hecho por el Centro de Estudios Sociales y Opinión Pública de la Universidad Central (CESPO-UCEN), en abril de 2011

documentados, cabe hacerse la pregunta de qué pasa que estas actividades beneficiosas no se realizan con mayor frecuencia y variedad en espacios comunes desde la edad escolar, principalmente dentro de los colegios.

El Taekwondo es un arte marcial nacido en Corea en 1945, derivado de influencias de antiguos sistemas de combate de ese país. Actualmente es un arte marcial con carácter deportivo, debido a su vinculación al Comité Olímpico Internacional (COI), lo que le ha valido posicionarse como deporte de competencia en las olimpiadas, fomentando su práctica al punto de contar en Chile con alrededor de veinte mil practicantes<sup>2</sup>, los cuales practican en academias, universidades, talleres, colegios, centros de entrenamiento, etc. Si bien esta vinculación al ámbito del deporte es importante por cuanto posibilita su difusión, también es cierto que el Taekwondo como disciplina reviste un carácter más formal, vinculado a la marcialidad, la autodisciplina y la internalización de normas, las cuales constituyen parte importante de su aprendizaje. En relación a lo anterior y situándonos en un contexto relativo al fomento del deporte y el bienestar por medio de su práctica, es posible pensar que es posible generar espacios en los que se pueda practicar disciplinas que además de aportar desde los beneficios del deporte, pudieran eventualmente ser una alternativa y un aporte respecto de algunos de los grandes problemas con los que debe lidiar el sistema educativo en estos días, a saber,

---

<sup>2</sup> Datos otorgados por Juan Carlos Aguila, miembro del cuerpo de árbitros de la Federación Nacional Deportiva de Taekwondo y tercer Dan de Taekwondo WTF



violencia, problemas de autoestima, baja capacidad de automodelamiento, altos niveles de ansiedad, etc.

Kyu Hyung Lee<sup>3</sup>, realizó un estudio sobre la relación existente la práctica de Taekwondo y el desarrollo de la personalidad en niños de edad escolar en Seúl. De acuerdo de los resultados de este estudio, los niños que practicaron Taekwondo mostraron un mejor control de impulsos, menos ansiedad. Además de esto se mostraron más respetuosos, con buenos modales y con un desarrollo de habilidades como líderes positivos, sumado a un aumento en su autoestima. Otro dato importante es que el desarrollo de estas características se acrecentaba en la medida que los niños aumentaban el tiempo de práctica, vale decir, aumentaba a lo largo del tiempo y que por otro lado, mientras mayor fuera el niño que entrena, mayor se mostró su aumento en estas características. (Lee, K. H. Sin fecha).

Otro estudio realizado sobre los efectos positivos de la práctica del Taekwondo en los niños, lo hace David R. Law, quien hace referencia a que el Taekwondo, así como cualquier arte marcial, puede tener beneficios para la salud mental (Law, David R. 2004). Por otro lado, destaca que los niveles de agresividad de una persona que practica artes marciales, tienden a disminuir conforme aumenta su tiempo de práctica (Daniels & Thorton, citado en Law, David R, 2004). Estos datos por si mismos o por separados, sirven como referencia respecto de los beneficios que reviste la práctica de una disciplina como el Taekwondo en el

---

<sup>3</sup> Kyu Hoyng Lee es actualmente Maestro noveno Dan de la World Taekwondo Federation. Doctor en Educación de la Universidad de Keym Yung, en Corea

desarrollo de valores y habilidades que posibilitan una mejor calidad de las interacciones sociales en los niños. Sin embargo no existen estudios en población chilena que hagan referencia de forma sistemática al modo en cómo la práctica de esta disciplina pueda influir positivamente en el desarrollo de los niños, sino que los estudios referentes al Taekwondo en nuestro país, se orientan al área del alto rendimiento, fundamentalmente en función de la metodología del entrenamiento (Cristi, J, 2006), por medio de lo cual se busca generar las mejores pautas de trabajo para lograr resultados cada vez mejores en la competencia nacional e internacional, mejorando la posición del país respecto del deporte de alta competencia, en un medio deportivo que se vuelve cada día más específico y competitivo. Si bien esta búsqueda de resultados y logros deportivos es importante para el país, enmarcar los estudios en una sola área, deja de lado el carácter formativo que reviste la práctica de esta disciplina y que, si nos atenemos a lo planteado por el IND, es parte fundamental del programa de deporte (formativo), por lo que resulta importante generar conocimiento sobre el área desde nuestra propia realidad país. Es probable que el aumento de talleres de Taekwondo tanto en sedes sociales como en colegios, responda a una realidad similar a la expuesta por los estudios de Lee y Law, y que las realidades de los niños en Corea, Canadá y Chile no sea tan lejana en términos de lo que motiva e realizar una actividad, por lo que podríamos pensar que existe un algo que se genera en los salones de práctica de Taekwondo, que influye positivamente en los niños en edad escolar y que los llama a participar de este tipo de actividades; algo que los hace sentir bien y genera bienestar.

## **1.2 Formulación del problema y pregunta de investigación.**

Si hacemos revisión acerca de la convivencia y la violencia escolar, es posible encontrar informes sobre la realidad chilena y de cómo se percibe un aumento de las conductas agresivas en los niños y jóvenes. En este contexto, García y Madriaza, en un estudio sobre violencia, mencionan sobre los jóvenes, que estos dicen dejar de ser violentos al madurar, como parte de un proceso natural, al momento de generar un proyecto personal futuro y que sería esto lo que, al afiatar su autopercepción, disminuiría la necesidad de mostrarse agresivos frente a los demás (Garcia, M. & Madriaza, P. 2005). Considerando esto, es posible pensar que si un joven no madura, difícilmente dejará de ser violento. Por otro lado, según la OMS, en su Informe sobre la violencia y la salud, se declaró que “la violencia es un problema de salud pública fundamental” (Monclús M. 2005). De acuerdo a lo anterior, la violencia es un tema que influye no sólo respecto a lo relacional, sino que a la salud misma de las personas. Por lo mismo, encontrar herramientas que ayuden a mitigar y/o solucionar el problema, deben ser consideradas sin lugar a dudas, más aun si nos encontramos con experiencias que en otros lugares han dado resultados, siempre que se tome en consideración las adecuaciones necesarias para el contexto en se vive en Chile.

Si nos enfocamos en la práctica del Taekwondo, tanto como un arte marcial o como una disciplina deportiva, nos encontramos con un espacio en que se generan espacios de interacción, donde los practicantes se relacionan entre sí, ya sea en la práctica de un ejercicio concreto, en el combate o en una conversación antes o

después de la práctica, los que a su vez son guiados por una serie de normas de conducta que invitan a una forma de ver el mundo que fomenta el modelamiento de los impulsos y la meditación, por medio de la enseñanza de una filosofía de vida que integre el cuerpo, la mente y el espíritu (Lee, 1989, p58, citado en Law, 2004). Si nos detenemos a pensar, resulta interesante preguntarse de qué forma estas prácticas implícitas en una clase de Taekwondo podrían generar bienestar en quienes las practican, especialmente en los niños y si, en función de esto, sería posible integrar este tipo de trabajo de forma efectiva dentro de las actividades extraprogramáticas en las escuelas ya que, si bien es cierto, hay establecimientos en los que se cuenta con este tipo de talleres, el hecho de conocer con mayor profundidad el cómo este tipo de actividad beneficia a los niños en el contexto chileno, podría proporcionar una buena herramienta de acción frente a dificultades de nivel conductual. Si consideramos estudios como el de Lee Kyu Hyung, es necesario considerar el contexto en que este se realiza, ya que si bien, apunta a los cambios observados en una muestra amplia, es necesario considerar que Corea es un país en donde las artes marciales como el Taekwondo son deporte nacional y se encuentra profundamente arraigado en la cultura popular (WTF, 2009). Por lo mismo, resultaría importante contextualizar la realidad de la práctica del Taekwondo en nuestro país, para así tener una visión más cercana y específica sobre la forma en que la práctica del Taekwondo influye en el bienestar de los niños y qué elementos tiene en particular como disciplina que puedan contribuir en el desarrollo de habilidades que puedan ser consideradas como importantes en un contexto escolar.

Desde esta perspectiva sería provechoso el conocer de qué forma influye de manera positiva en los niños el tema del combate que se realiza en los entrenamientos de Taekwondo, ya que podría ser visto como una forma de tratar con temas como la violencia, aprendiendo a moldearla más que reprimirla. También se abre la interrogante sobre si en la reglamentación o en la interacción que se genera existen elementos que fomenten algún tipo comportamiento que apunte al modelamiento conductual y cómo esto es percibido tanto por los niños que practican como por los padres de estos, quienes son lo que a la larga, propician la permanencia de sus hijos en las escuelas de Taekwondo.

De acuerdo a todo lo anterior, la pregunta que guiará esta investigación será:

**¿Cómo influye el entrenamiento del Taekwondo en el bienestar de un grupo de niños que participan en un taller vecinal?**

### **1.3 Aportes y relevancia de la investigación.**

En términos de los aportes y alcances que tiene por objetivo este trabajo, estos hacen referencia en primer lugar a la Psicología. Esto en virtud de que por medio de lo que aquí se expone, se busca dar un primer acercamiento teórico respecto del bienestar proporcionado por una actividad física específica como lo es el Taekwondo, ya que los datos existentes sobre la influencia del entrenamiento en el bienestar están dados mayormente en relatos y experiencias personales que se pueden encontrar tanto en conversaciones con practicantes como en documentos que circulan en internet y no se encuentran sistematizados en un documento compilatorio. En función de lo anterior, este trabajo se plantea más específicamente como un posible referente para la psicología educacional, en relación a la forma en que las interacciones y conductas que se generan durante el entrenamiento del Taekwondo, pudieran extrapolarse a otros ámbitos, relacionados con los procesos de enseñanza-aprendizaje a nivel escolar o bien a nivel relacional, tanto con sus compañeros como con sus profesores, padres y otras personas cercanas, donde dicha extrapolación se puede presentar como un aporte relevante en virtud de presentar nuevas formas de caracterizar y tratar el tema del modelamiento conductual, el control de impulsos y los problemas de ansiedad. Si consideramos esto, es posible pensar en la importancia que puede tener este estudio para la educación primaria, ya que pretende ser una aproximación desde lo teórico, que llame a la inclusión de disciplinas como el Taekwondo dentro de las actividades extra programáticas de los colegios, como una alternativa concreta al momento de trabajar temas relacionados con algunas de las dificultades que se viven en estos espacios, principalmente relacionadas con la

violencia estudiantil, sobre todo considerando el período de edad dentro del cual se enmarca este trabajo, el cual se caracteriza por constituir un período de consolidación de habilidades cognitivas y el paso previo a la adolescencia, por lo que cualquier contribución en el desarrollo de una personalidad segura en esta etapa del desarrollo, debiera ser considerada dentro de un contexto educacional, más aun si está sustentada sobre la base de la cooperación.

Además de lo descrito anteriormente, este estudio busca ser un referente para la psicología del deporte y la actividad física, en virtud de los beneficios que brinda la práctica deportiva y el énfasis que da esta área de la psicología a los estudios sobre motivación y factores determinantes del alto rendimiento y la competitividad, dejando de lado muchas veces la importancia que reviste el generar en los estudiantes de cualquier ámbito, espacios en los que puedan desarrollar habilidades que les permitan enfrentar de mejor forma distintas situaciones y que por medio de esto colaboren en el desarrollo de seres humanos íntegros, responsables, autovalentes y proactivos, mismas que son parte del objeto de estudio del área. En este sentido, esta investigación es un aporte sobre dichas áreas, las cuales, por lo menos en Chile, no han sido pilar fundamental de investigación.

Por último, este estudio pretende ser un aporte teórico respecto para el Taekwondo como deporte y disciplina marcial, generando un documento que sirva como antecedente acerca del cómo influencia la práctica de esta disciplina desde las relaciones sistémicas que crean, las emociones que aparecen durante la práctica y los vínculos que se generan en el entrenamiento y el cómo estos pudieran ser beneficiosos para los practicantes, además de abrir preguntas acerca de cómo

fomentar espacios de bienestar dentro del entrenamiento y de este modo mejorar la calidad de vida de los practicantes.



## **2. OBJETIVOS: GENERAL Y ESPECÍFICOS**

Para concretizar todos estos intereses y responder a la interrogante planteada para guiar esta investigación, los objetivos serán los siguientes:

### **2.1 Objetivo General**

Conocer cómo el entrenamiento de Taekwondo influye en el bienestar de un grupo de niños que participan en un taller vecinal.

### **2.2 Objetivos específicos**

- 1.** Conocer las dinámicas relaciones-emocionales que se generan en el entrenamiento de Taekwondo de un grupo de niños de un taller vecinal.
- 2.** Describir cómo perciben los niños las dinámicas relaciones-emocionales que se generan en el entrenamiento.
- 3.** Conocer las percepciones que tienen los padres de los niños que practican en el taller, respecto de los procesos relacionales que se generan en el entrenamiento.
- 4.** Describir las configuraciones conductuales relacionadas con el bienestar, observadas en los niños a lo largo del entrenamiento.

### 3. MARCO TEORICO

*"Hay una cosa que lo contiene todo,  
que nació antes de que existiera el Cielo y la Tierra.*

*¡Qué silente es!*

*¡Y que solitaria!*

*Permanece alejada de todo y no camina.*

*Torna siempre a sí misma.*

*Y es la madre del Universo.*

*Como ignoro su nombre, la llamo Sendero.*

*No sin pensar la designo igualmente,*

*dándole el calificativo de Infinito.*

*Lo Infinito es lo Fugitivo.*

*Lo Fugitivo es lo Evanesciente.*

*Y lo evanescente es el Futuro.*

*Lao - Tse*

#### 3.1 Taekwondo

A pesar de que el Taekwondo puede considerarse más un objeto de estudio que un concepto que debe ser conceptualizado para la comprensión de esta tesis, resulta esencial la profundización en su propuesta, su comprensión en términos de la filosofía que engloba respecto del cómo vivir y relacionarse con el resto de las personas y con el mundo. El eje fundamental de este estudio, es la influencia de la

práctica de Taekwondo en un grupo de niños, razón por la cual es necesario realizar un acercamiento previo al concepto y la práctica de esta disciplina.

Para mayor entendimiento, nos remitiremos a la traducción propuesta por la federación mundial de Taekwondo. La palabra Taekwondo, proviene de tres vocablos, a saber, Tae; que significa pie, Kwon; que significa mano y Do; que significa camino. De este modo podemos entender el Taekwondo desde lo literal como el camino o la forma de usar pies y manos. En primer término, la palabra se aplica al concepto de un sistema de defensa a mano limpia, dejando de lado el uso de cualquier arma (World Taekwondo Federation, 2003). Sin embargo, este primer acercamiento a una comprensión del término como forma de vida, resulta insuficiente, por lo que es necesario revisar otros elementos de suma importancia al momento de clarificar qué entenderemos por Taekwondo. Es por esto que el presente capítulo estará dividido en un apartado dedicado a la historia del Taekwondo, otro a las influencias de distintas escuelas de pensamiento y otro dedicado a los principios que lo sustentan.

### **Historia del taekwondo**

De acuerdo a la página oficial de la Federación Mundial de Taekwondo (WTF de ahora en adelante), el origen del Taekwondo se remonta al período en que existían tres grandes reinos en lo que actualmente corresponde al territorio Coreano. Esto reinos eran Silla, Koguryo y Baek Je, los cuales se establecieron en la península

coreana entre los años 57 a.c. y 936 d.c. Debido a los constantes enfrentamientos entre los tres reinos, cada uno de ellos contaba con una fuerza de elite: Hwarang-do en el caso de Silla, Sonbae en el caso de Koguryo, mientras que en el caso de Baek-je, no se menciona alguna fuerza de elite, probablemente debido a que eran el reino más pequeño. En el año 936, luego de la unificación de los tres reinos, se funda la dinastía de Koryo, quienes reúnen los estilos practicados por cada uno de los reinos y los unifican para convertirlos en sistemas de entrenamiento militar hasta el inicio de la época Choson, dinastía Yi (1392-1910), en donde se disminuyó la práctica militar. En 1910 el ejército japonés se instaló en Corea, prohibiendo la práctica de cualquier actividad cultural que promoviera los valores coreanos a fin de generar una pérdida de identidad en el país. Luego de la liberación coreana, en 1945, se reinstauró la práctica de sistemas de defensa como el Taekkyon y el Subak, los que fundan la base de lo que es el Taekwondo actual. Finalmente en 1955, el nombre “Tae kwon do” es elegido para denominar el estilo de defensa que unificará a las 9 principales escuelas de artes marciales en Corea (WTF, sin fecha).

En 1971, el Taekwondo recibió el nombramiento de arte marcial nacional de Corea, para luego en 1972, fundar su sede central, Kukkiwon, que además funcionaría como el lugar de las diversas competencias de Taekwondo. Un año más tarde, en 1973, se establece Federación Mundial de Taekwondo.

Uno de los hitos más importantes dentro de la historia del Taekwondo, es haber sido aceptado como disciplina olímpica, con lo que se posiciona como un

deporte marcial, acercándolo más a las personas. La World Taekwondo Federation (a futuro WTF), se convirtió en una federación deportiva reconocida por el Comité Olímpico Internacional (IOC por sus siglas en inglés) en 1980, haciendo del Taekwondo un deporte olímpico. Así, la adopción del Taekwondo como evento oficial fue seguida por los Juegos Mundiales de 1981, los juegos Panamericanos en 1986, y finalmente por los Juegos Olímpicos del 2000 en Sídney en 1994, y posteriormente en los Juegos Olímpicos del 2004 en Atenas en el 2000. El 29 de noviembre de 2002, la 114a sesión del IOC también confirmó la inclusión del Taekwondo en los Juegos Olímpicos de Beijing en 2008. (WTF, 2009)

### **Taekwondo en Chile.**

El Taekwondo en Chile comenzó a enseñarse a partir de 1976 como parte del entrenamiento específico de las fuerzas armadas producto de un tratado realizado entre los gobiernos de Chile y Corea en ese entonces. El ejército de Chile fundó la especialidad de “Combate Especial” la cual fue realizada por los maestros Young Soo Kim, Kung Young Chun y Han Chang Kim, de nacionalidad coreana, quienes formalmente introdujeron esta disciplina dentro del país. En 1979 el maestro Chung Young Taek, creó la Escuela de Infantería la cual tuvo la primera generación de instructores chilenos de Taekwondo (W.T.F.).

Hoy en día el Taekwondo no se enseña sólo como disciplina militar, sino que se puede practicar como parte de academias, ramas y/o selecciones en universidades y colegios, o en sedes vecinales, lo que ha aumentado su popularidad, hasta alcanzar

un número aproximado de veinte mil practicantes según cifras entregadas por Juan Carlo Águila, integrante del comité de árbitros de la Federación Nacional Deportiva de Taekwondo. De acuerdo a estas mismas conversaciones, existe un aumento considerable en el número de practicantes menores de edad, lo que según Águila, se debe al apoyo que ha recibido la disciplina por parte del IND (Águila, J. Comunicación personal, 20 de marzo de 2011).

### **Influencias**

Al conocer la historia del Taekwondo, sin duda se piensa en el contexto en que se producen cada uno de los hechos relatados. De modo que es necesario adentrarse en las influencias filosóficas que están a la base de este arte marcial.

El fundamento del Taekwondo se encuentra en las influencias filosóficas que determinaron la historia de Corea desde sus inicios. No olvidemos que para entender en profundidad el sentido del Taekwondo, es necesario mirarlo como producto de la herencia cultural de una nación y los principios que la sustentan. Así, nos encontramos con el Taoísmo, originado en china, pero que sin embargo, ha tenido una influencia tan grande en la cultura de Corea, al punto que su bandera lleva inscrito en ella el símbolo del Yin Yang y cuatro de los ocho trigramas del libro de las mutaciones, el I-Ching. En un artículo de la uruguaya Patricia Llambí, se hace referencia a que las enseñanzas de Lao Tse, fueron tomando fuerza dentro de la cultura coreana al punto que el código de conducta del Hwarang-do, del reino de

Silla, estaba basado en sus enseñanzas, orientando a sus miembros sobre las bases de la paciencia, la sencillez, la alegría y la armonía, las cuales eran elementos fundamentales de la ética Taoísta (Llambí, 2009). Por otro lado, la influencia del budismo y del confucianismo se hacía presente respecto de la naturaleza del propio espíritu y la importancia de la práctica de la ética como operar cotidiano. Llambí menciona que son estos principios emanados de estas tres corrientes, los que de manera complementaria, son la manifestación de tres caminos, vías, senderos o “DO”, que conducen al mismo despertar. Cada una de estas tres corrientes tiene como objetivo común el constante perfeccionamiento del ser humano. Es en este contexto de integración de tres corrientes de pensamiento que se gestan los sistemas de defensa del pueblo coreano, orientados a preservar la paz del reino y que serán lo que hoy en día fundamenta los principios de Taekwondo como arte marcial.

### **Principios**

A pesar de que la imagen más difundida del Taekwondo como arte marcial, tiene relación con su vertiente deportiva, esta no muestra más que una ínfima parte de lo implica como conjunto de haceres y pensares. Así, en esta investigación, el Taekwondo será entendido como mucho más que un deporte que se practica a nivel olímpico. Para esto es necesario entender cuáles son los principios que los sustentan.

### **Kang-Yu**

Cuando hablamos de Kang-Yu en Taekwondo, según el maestro Lee Chang Hoo, nos referimos a la puesta en práctica de los conceptos de Yin y Yang. Según la filosofía Taoísta, Yin y Yang son opuestos complementarios que componen la unidad del universo. Así la noche es Yin y el día es Yang y ambos, día y noche, constituyen en su complementariedad, un ciclo (Lee, 2003). De este modo, Kang, corresponde a los movimientos fuertes o ataque, mientras que Yu, hace referencia a los movimientos débiles o de defensa. Cuando hablamos de fuerte o débil, no debe entenderse desde un punto de vista peyorativo, sino que complementario. Del mismo modo, Kang-Yu hace referencia a la complementariedad existente y necesaria en la práctica. Según lo ejemplifica Lee en la Biblia del Taekwondo, no es posible la tensión sin la distensión, por lo que los momentos tanto de la práctica como del combate están dados por una constante variación entre Kang y Yu por parte de los practicantes.

### **Samjae**

El Samjae o “tres materiales” sirve para explicar la posición del Taekwondo en relación al hombre. Los tres materiales a los que hace referencia el Samjae son Hanul o el cielo, Tang o la tierra y Saram o el hombre, siendo en la interacción de estos tres materiales que todo lo que existe surge. Así mismo, el Taekwondo se compone de estos tres materiales. Patricia Llambí explica esta composición desde la concepción del Taekwondo como arte marcial. De acuerdo a lo que plantea y citando



a Confucio menciona que el arte está en el cielo, mientras que los rituales se realizan en la tierra (Llambí, P. 2009), de modo que el Taekwondo es un arte al ser una vía de expresión del ser, una vía de conocimiento de sí mismo y del universo, que se basa en el desapego al vivir en el fluir de la vida como vivir que se vive. Por otro lado es marcial, puesto que está regido por una serie de normas y ejercicios que se realizan de manera preestablecida en forma de ritual. Finalmente, el elemento que completa esta trinidad es el practicante, quien a su vez pasaría por tres estadios o etapas. En la primera de ellas el estudiante practica con voluntad y conciencia, en la segunda etapa se avanza a un estado en que el estudiante está en paz consigo mismo, mientras que al alcanzar la tercera etapa, el estudiante se encuentra en paz con el universo.

### **Ilgiyae**

La práctica del Taekwondo comienza y termina con Ilgiyae. Ilgiyae significa “una técnica” haciendo referencia a que existe un proceso en el cual se comienza la práctica con el aprendizaje de una técnica única, la cual es perfeccionada por medio de la constante repetición en búsqueda de la perfección. Así un estudiante puede pasar su vida completa en la práctica de esta técnica. Sin embargo, Ilgiyae guarda un sentido más profundo que ese y está arraigado en la búsqueda de la perfección de la técnica, pero además de eso, en la unificación de todas las técnicas. De este modo, se parte con Ilgiyae, es decir, se trabaja concienzudamente sobre una sola técnica, pero esto a su vez, implica generar la capacidad de ver esa técnica desde todos los puntos

de vista posibles, de modo de ampliar la mirada del practicante, hasta el punto en que se llega nuevamente a Ilgiyae, pero ahora para completar el círculo recursivo que implica el entrenamiento. (Lee, 2003)

Los conceptos revisados nos acercan un poco más a la conceptualización del Taekwondo ya no como una actividad deportiva o un sistema de combate únicamente, sino que como un sistema de creencias orientado al desarrollo de habilidades que generen bienestar. En relación a esto se menciona la importancia de la reflexión sobre lo aprendido, principalmente cuando nos referimos a Ilgiyae. Por eso, en último término no existen los enemigos en Taekwondo, tal como se plantea en la Biblia del Taekwondo (Lee, 2003), el fin último que se persigue es lograr una vida significativa para quien practica, la cual se consigue por medio de una lucha constante contra sí mismo, pero no vista como una lucha en la que se desea eliminar al otro, sino que asimilarlo, de modo que un oponente no es más que un compañero ayuda al practicante en su búsqueda.

Junto con lo anterior, el entrenamiento se realiza a fin de generar un encuentro del estudiante con su corporalidad y la corporalidad del otro. Para esto es que se trabaja sobre la base de ejercicios sistemáticos que están orientados a mejorar la percepción de distancia, los movimientos, el balance, la respiración, el ritmo y la templanza del practicante. Finalmente, se nos presenta una actividad, un modo de vivir la vida en que se considera al ser humano como una unidad, tanto en sí misma como en unidad con todo lo que lo rodea, que parte de un lugar y vuelve al mismo

lugar tras haber experimentado una serie de eventos en el transcurso de su viaje que implican un cambio constante en el fluir de la vida. El Taekwondo aparece como un hacer que va más allá de la práctica en un gimnasio y en donde simbólicamente, el Dojang es uno mismo, pues es en el interior de cada uno donde se desarrolla el entrenamiento en este buscar Ilgiyae y que en último término nos conduce a una sensación de bienestar.

De todo lo mencionado, el Taekwondo se aparece como una dimensión que se vive desde la experiencia misma, en donde no se modifica el ser de la persona sino que su hacer, en la búsqueda del bienestar que se produce cuando se vive en la libertad del desapego, por medio del cual es posible integrar las conductas agresivas y modelarlas, contribuyendo al crecimiento de las personas que practican.

De acuerdo a lo antes mencionado, entenderemos Taekwondo para efectos de esta investigación, como un arte marcial de carácter deportivo, entendiendo arte marcial como una disciplina de autodefensa, compuesta de una serie de rituales que permiten la expresión del ser en su totalidad y que son practicados de manera sistemática por una persona y de carácter deportivo, puesto que se enmarca en un contexto en el cual, se compite contra otra persona como parte de un juego.

### **3.2 Bienestar**

Para ahondar más aun en la comprensión de cómo influye el entrenamiento de Taekwondo en el bienestar de los niños, es necesario también especificar de manera certera a qué nos referimos con este término, cuáles serán sus alcances y sus límites, así como los componentes que implica.

Desde el sentido común, se habla de bienestar desde la generalidad de “estar bien” o de “sentirse bien” con lo que se hace o lo que se piensa, sin embargo, al ahondar más en el tema es posible encontrar definiciones como la que nos entrega la Real Academia de la Lengua Española, la cual hace referencia a un estado en el cual las personas son conscientes de un buen funcionamiento en su actividad somática y mental. Desde esta mirada, parece haber una relación entre la sensación de bienestar físico y el bienestar, en la que no se menciona la posibilidad de que exista bienestar si es que uno de estos dos puntos, lo físico o lo mental, no están dentro de este buen funcionamiento.

Por otro lado, la OMS, considera el bienestar como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente es la ausencia de afecciones o enfermedades” (OMS, 2009).

Si bien las definiciones anteriores cumplen con algunos de los criterios que se adecuan a una conceptualización de bienestar adecuada para efectos de esta

investigación, no cumplen con ciertos requerimientos que tienen relación con aspectos que influyen en el bienestar de manera más profunda.

Para lograr un acercamiento más profundo al tema, resulta interesante el planteamiento que hacen Vega y Sepúlveda en su tesis sobre las conversaciones que fundan espacios de bienestar en una organización. En su tesis, las autoras intentan encontrar una definición de bienestar que se adecue a un contexto relacional social. En su trabajo, dan una gran importancia a la valoración que cada persona da acerca de su propia percepción de bienestar, aludiendo a que existen elementos subjetivos que influyen directamente en la percepción de bienestar y que no son observables directamente (Vega, V. & Sepúlveda, L. 2009).

Contribuyendo a la búsqueda de una conceptualización adecuada para el término bienestar, se encuentran los planteamientos de Humberto Maturana, quien considera que es el deseo lo que mueve la existencia, para lo cual entenderemos deseo como aquella emoción que orienta el vivir. Por lo tanto aquello que nos mueve en nuestra existencia, nos lleva a una sensación de bienestar. En este sentido, al vivir desde la emoción del vivir en nuestro existir y no desde la carencia, contribuye al desarrollo del concepto de bienestar, puesto que si consideráramos el vivir desde la carencia, nos encontraríamos en una emoción de sobrevivir, la cual no nos permitiría en ningún momento sentir bienestar.

Continuando con los aportes Humberto Maturana nos encontramos con que, junto a Xímena Dávila, realizan una revisión del Taoísmo en relación a los planteamientos de la Biología del Amor, en donde sitúan el bienestar como un punto inherente en su documento “Biología del Tao o el Camino de Amar”. Aquí, tomando los principios del Taoísmo, se presenta la invitación a vivir en un bienestar psíquico y corporal o como dicen ellos mismos, “vivir sin esfuerzo en la unidad de toda la existencia en el hacer que surge del ver el presente cuando no hay prejuicio o expectativa” (Maturana, H. y Dávila, X., 2009, p. 01). Desde esta perspectiva, Maturana y Dávila, hacen referencia a tres conceptos fundamentales para poder entender de manera más acabada estos planteamientos. De este modo, procuran definir, El presente, La experiencia y El desapego. El presente, será entendido como un suceder el vivir mismo, que ocurre en el fluir que sucede en el propio existir, de modo que se configura como un entrecruzamiento de nuestros deseos, miedos y expectativas. (Maturana, H. y Dávila, X., 2009).

La experiencia, será entendida como “lo que decimos que nos pasa, cuando somos conscientes de que lo que nos pasa, nos pasa como un suceder de nuestro vivir, que distinguimos en el vivir en el lenguajear” (Maturana, H. y Dávila, X., 2009, p. 05). Desde esta mirada la experiencia no es posible de describir, puesto que la descripción no es capaz de revivir lo vivido, pero en cambio, posibilita el ubicar la experiencia en un contexto reflexivo. En este sentido, la propuesta de Maturana y Dávila es que el bienestar es un vivir en el presente, sin un apego o condicionamiento producido por las consecuencias de cumplimiento/incumplimiento de nuestras

expectativas. De este modo es posible liberarse del sufrimiento que conlleva el vivir el presente de las expectativas de lo que pueda o no pueda pasar en el futuro. ((Maturana, H. y Dávila, X., 2009).

Como último punto, el desapego, es planteado como una invitación a reconocer que las cosas no tiene valor por sí mismas. Valor y sentido, de acuerdo a Maturana y Dávila, son nociones que aparecen en el vivir relacional cultural de las personas que los viven, afectando el sentido que se le da al suceder del fluir de la vida. (Maturana, H. y Dávila, X., 2009).

Cuando se logra entender desde esta mirada que nada en si mismo tiene valor más que aquel que le otorgamos desde nuestras propias expectativas y se logra vivir en un continuo coherente de este saber, es posible reflexionar acerca de que el vivir no puede simplemente ser descrito “porque no tiene forma preestablecida, al surgir espontáneamente en el presente cambiante que vive quien vive así, aunque un observador que ve ese vivir, vea unidad con toda la existencia y amor y ternura con todo lo existente, en un vivir sin control, sin agresión, sin codicia, sin vanidad, y sin envidia” (Maturana, H. y Dávila, X., 2009, p. 08).

Para los objetivos de esta investigación, resultan relevantes las descripciones hechas por Maturana y Dávila, además de la revisión de Vega y Sepúlveda, ya que se adecuan al contexto en que el término “bienestar” surge en la práctica del Taekwondo. Desde el entendimiento del Taekwondo como una concepción de vida,

que tiene a la base de sus principios los enunciados Taoístas, el comprender el bienestar como un vivir El presente, a través de la vivencia de La experiencia y que tiene como consecuencia el Desapego, posibilita la legitimidad del ser en el vivir y vivir-se en la aceptación de la legitimidad de toda existencia de modo que, bienestar como concepto y como vivir en el fluir de la vida, se funda en un vivir en el amar, entendiendo por amar, la aceptación del otro que surge como legítimo en coexistencia con uno mismo. El amor se funda en el Tao, del mismo modo que se funda gran parte de la filosofía que sustenta al Taekwondo como una forma de vivir la vida más que como un deporte, de modo que podemos pensar también que el encuentro final con uno mismo, que es fin último del Taekwondo representado por el concepto de Ilgiyae, está sustentado en esta aceptación que se comienza en la aceptación un otro que surge como legítimo en coexistencia con uno mismo, considerando que ese otro, puede ser uno mismo. Del mismo modo que la propuesta Taoísta del Yin y el Yang, “el amar ocurre en el fluir del vivir en el presente en la legitimidad de todo, sin dualidad, sin hacer distinciones de bueno y malo, de hermoso y feo, ... Esto es, el amar ocurre en el fluir del vivir en que uno vive en el dominio de las conductas relacionales a través de las cuales la otra, el otro, lo otro, y uno mismo, surgen sin intención o propósito como legítimos otros en convivencia con uno” (Maturana, H. y Dávila, X., 2009, p. 18). Al entender el Taekwondo como un vivir en el cual no existen enemigos reales, más que la propia negación de la aceptación del otro y de uno mismo, nos encontramos en una dimensión que genera bienestar, en donde en la mera convivencia aparecen espontáneamente emociones de ternura y cercanía con el otro y en donde interacciones propias del entrenamiento



como el combate mismo, no son vistas más que como oportunidades de aprendizaje y crecimiento, en donde el otro no es un enemigo a quien eliminar, sino un compañero de quien aprender. Este bienestar generado por esta forma de experimentar la vida, nos expande la mirada al punto que eventualidades como un golpe o una caída no son tomadas más que como un suceso que se da como consecuencia de un fluir continuo.

De este modo, entenderemos Bienestar como una sensación que significamos con valor positivo desde nuestra propia subjetividad, que hace referencia a la continuidad de este fluir en el vivir cambiante de nuestro propio vivir, de modo que hace referencia a un estado que se vive tanto en relación a un vivir individual como a un vivir relacional, en donde se evocan de manera constante emociones relativas al amor, el placer, la tranquilidad, dejando de lado restricciones características del vivir desde la prohibición. El bienestar nos posibilita vivir socialmente sin prejuicios, exigencias o expectativas

### **3.3 Emoción**

Cuando nos referimos a las emociones, nos encontramos con que es un concepto que ha intentado desarrollarse desde mucho antes del establecimiento de la psicología como una disciplina del conocimiento. La filosofía, así como la matemática y principalmente la fisiología han tratado de hacerse con el término y explicarlo en función de sus propios paradigmas principalmente a través de lo que

implican las manifestaciones fisiológicas involucradas en la emoción, separándolas de los procesos psíquicos, de modo que emoción y psiquismo han sido entendidos como fenómenos separados hasta el surgimiento de enfoques más integrativos como las miradas sistémicas y humanistas, los cuales los ven de manera interrelacionada en una conjunción entre cognición, acción y emoción.

Una frase que puede graficar de manera bastante cercana la conceptualización de las emociones, es planteada por Wenger, Jones y Jones que dice que “casi todo el mundo piensa que sabe qué es una emoción hasta que intenta definirla. En ese momento prácticamente nadie afirma poder entenderla” (Wenger, Jones y Jones, 1962, p.3 citado en Cholíz, 2005). Sin embargo, para efectos de esta investigación, es importante poder lograr una aproximación a esta dimensión de lo humano. Para eso es que haremos revisión de algunas definiciones que se dan acerca de lo que constituyen las emociones.

Entre las múltiples definiciones que existen de emoción, se encuentra la de Darwin, quien afirma que “los cambios cuerpo aparecen inmediatamente después de la percepción del acto emotivo, y lo que sentimos al mismo tiempo que suceden los hechos es la emoción” (Garrido, 2000). Además de Darwin, existen autores que se encuentran dentro de los referentes teóricos respecto de la emoción como experiencia, como es el caso de William James y Carl G. Lange, quienes se preocuparon de delimitar las emociones según su intensidad, definiendo además que las reacciones fisiológicas son las que determinarían como se experimenta la emoción, dando paso

al *Enfoque Psicofisiológico de la Emoción*, mismo que dará las bases para una aproximación neurológica del fenómeno. En contraposición a esto, Walter B. Cannon, critica de manera intensa la teoría del *Enfoque Psicofisiológico de la Emoción*, proponiendo como contraparte, la *Teoría Talámica de la Emoción*, que plantea que la emoción no es más que un añadido a la percepción del cerebro. (Garrido, 2000). La diferencia fundamental entre ambos enfoques es que para Cannon el origen de los estados emocionales estaría en los cambios del sistema nervioso central y para James-Lange en los viscerales. Sin embargo, ambas teorías son similares respecto al tema de que es lo fisiológico, a través de las percepciones, lo que genera la emoción.

Si cambiamos el punto de la mirada sobre la emoción, nos encontramos con las aproximaciones que hace Sigmund Freud en base a sus trabajos clínicos. Freud declara que cuando una persona cualquiera se encuentra en un estado de ansiedad, este es producido debido a algún deseo inconsciente que ha sido reprimido. Vale decir, que no es un estímulo externo o su percepción lo que producen el estado, sino que más bien, actúan como meros detonantes. En relación a lo anterior, él comprende los afectos como acciones motoras y sensaciones de placer y displacer que son capaces de alterar al paciente en su psiquismo de manera tal que se propicie su proceso de cura. Estos procesos los evaluó por medio de los sueños, lapsus linuae, las posturas, lenguaje corporal, expresiones faciales y la voz (Lyons, 1985, citado en Garrido, 2000).

Isaac Garrido (2000), en “La Psicología de la emoción”, plantea que esta es usada por la psicología como una de las variables hipotéticas para explicar la conducta, e “integra tres tipos de procesos que se producen a tres niveles: A nivel cognitivo tiene lugar la experiencia emocional, un sentimiento. A nivel biológico, se producen cambios neurofisiológicos y bioquímicos. A nivel social, la emoción desempeña relevantes funciones a través de cambios neuromusculares-expresivos que subyacen a un comportamiento específico” (Garrido, 2000, Pág.69). Desde esta perspectiva, los componentes antes nombrados se interrelacionan entre sí. Sin embargo corresponden a ámbitos de respuesta distintos.

Si bien este recorrido histórico da luces respecto a lo que son las emociones desde una óptica más bien biologicista, aun nos encontramos lejos de una conceptualización que resulte más aproximada al contexto del Taekwondo, puesto que si bien, las emociones se pueden entender como una respuesta fisiológica a un evento determinado, existe un grado relacional que se deja de lado y que resulta fundamental para el propósito de esta investigación. Las definiciones revisadas con anterioridad sólo dan cuenta de manera causal y/o lineal del fenómeno de la emoción, en donde se busca encontrar cual de los tres elementos descritos; cambios neurofisiológicos, las manifestaciones corporales observables y la experiencia del sujeto se da primero que el otro. Para esto y, de acuerdo al enfoque al que se adscribe, se han delimitado grados de intensidad y duración se han categorizado según estos criterios.

Esta visión y revisión del concepto de emoción nos da cuenta de qué forma se ha visto postergada en función del razonamiento, considerando este último como una máxima a la que se aspira, lo que incluso es posible constatar en conversaciones diarias. Lo anterior responde también a la segmentación que culturalmente se ha producido respecto de la mente y el cuerpo, en donde las emociones no tienen un lugar bien especificado. Tal como lo plantea Rafael Echeverría, “a partir del supuesto de que estamos conformados por substancias diferentes y separadas entre sí, a saber, la mente y el cuerpo, nuestra concepción tradicional de los seres humanos no ha sido capaz de decidir donde se sitúan las emociones” (Echeverría, 1994, citado en Flores, sin fecha) quizás por eso el menoscabo, por la imposibilidad que hemos tenido como seres humanos de estudiarla sistemática, metódica y científicamente.

Desde una mirada más centrada en el ser humano, tenemos las observaciones realizadas por Humberto Maturana, quien explica la emoción desde una óptica en donde esta está compuesta por elementos fisiológicos y conductuales, pero centra la mirada de manera diferente a los autores presentados anteriormente. Maturana hace especial hincapié al decir que todas las relaciones humanas en tanto relaciones sociales, están fundadas en base a la emoción. Plantea que “lo que connotamos cuando hablamos de emociones son distintos dominios de acciones posibles en las personas y animales, y a las distintas disposiciones corporales que los constituyen y realizan” (Maturana, 1997. Pág.23). Según el autor, los dominios de acciones descritos se configuran de manera integrada en un todo, en donde la experiencia se relaciona con los cambios neurofisiológicos, bioquímicos, neuromusculares-

expresivos que son los que determinan el modo relacional de estar consigo mismo, con otro o con las circunstancias. Podemos entender de esto, que no es posible concebir ninguna acción humana que no se encuentre fundada en la emoción ya que en última instancia, sería esta la que nos lleva a las acciones y no la razón.

Del mismo modo, según se explica en la investigación de Sonia Flores, nuestras emociones actúan como aspectos centrales de nuestra vida debido a que funcionan como guías operacionales del curso de nuestro vivir desde el operar de nuestra biología (Maturana, 2003. Citado en Flores, sin fecha). Así mismo, podemos decir desde su mirada que distintas emociones especificarán distintas guías operacionales y por consiguiente distintos dominios de conversación. Con esto es posible pensar que si nos encontramos en comunidades fundadas sobre la base de distintas emociones, así mismo serán distintas en sus modos de relación.

Maturana señala que cuando nos referimos a sentires, estamos hablando de algo de lo cual no podemos dar cuenta a través de observaciones, por lo que a la vez, pasa a ser un dominio que quedar también fuera de las descripciones, al no darse como parte de la sensorialidad de las coordinaciones de los haceres. Es por esto que al hablar de sentimientos o sentires como un fenómeno interno de nuestro organismo, sólo podemos aspirar a connotar como observadores alguna de las distintas configuraciones de dinámicas relacionales internas de éste (Maturana, 2003, citado en Flores, sin fecha). Vale decir, que el sentir no lo entenderemos como algo que se distingue en mi cuerpo, lo cual podría eventualmente ser observada, sino como una

distinción del espacio de la relación cuando me muevo de un modo tal que distingo como triste, alegre, enojado, etc. (Flores, sin fecha p18)

Desde esta mirada podemos entender el espacio psíquico en el cual nos encontramos como el “ámbito o conjunto de las dimensiones, operaciones, y relaciones emocionales y mentales de nuestro vivir”... “dimensiones psíquicas como el emocionar, el sentir, y el imaginar, guían de hecho el curso del devenir de nuestro ser y de nuestro hacer, tanto en lo cultural como en lo que queremos ver como lo concretamente biológico, que es lo molecular” (Maturana, 2003. Citado en Flores, sin fecha). En otras palabras, las emociones o sentires que experimentamos guían el fluir de nuestro vivir en nuestra fisiología y corporalidad relacional en el entrelazamiento del fluir de nuestro de razonar y nuestro emocionar.

### **3.4 Desarrollo infantil**

Considerando la etapa del desarrollo de los niños implicados en el estudio, los cuales bordean los nueve y diez años de edad, es posible fundamentar el análisis desde la perspectiva del ciclo vital, particularmente destacando la perspectiva de Jean Piaget, respecto al concepto de aprendizaje y estadios del desarrollo y los postulados L. Vigotsky sobre la Zona de Desarrollo Próximo.

#### ***Jean Piaget***

Ortiz (2006), menciona los elementos fundamentales en la concepción de aprendizaje postulados por Piaget, desglosando como primer punto, la existencia de sistemas operativos de la cognición integrados por operaciones y esquemas lógicos que se organizan de manera peculiar en el sujeto, lo cual propicia la aparición de complejas estructuras cognitivas.

Como segundo punto, desprende la posición activa del sujeto que aprende, el cual elabora su propio conocimiento, por lo que el aprendizaje es un proceso constructivo peculiar de reorganización y reestructuración cognitiva. Considera la actividad del ser humano como fundamental, desde aquellas de carácter sensoriomotriz hasta las complejas operaciones formales (Gimeno y Pérez citado en Ortiz, 2006). Por tanto, el desarrollo cognitivo se produce como resultado de la interacción del proceso de maduración y el medio social y natural.

Como tercer punto y final, rescata la propuesta de estadios del desarrollo intelectual, el cual permite conocer cómo evolucionan los procesos lógicos del niño a través de la ontogenia. De lo anterior, se desprenden cuatro Estadios del desarrollo intelectual, cada uno de los cuales representa la transición a una forma más compleja y abstracta de conocer, siendo el pensamiento del niño cualitativamente distinto entre éstas. Es importante destacar que los estadios del desarrollo están relacionados entre sí y asociados a la edad del infante, siendo jerárquicamente inclusivos; por lo que



sigue una secuencia invariable, en tanto todos los niños pasan por las cuatro etapas en el mismo orden (Rafael, 2009).

Los Estadios del desarrollo intelectual según Piaget son los siguientes: Sensoriomotor, Pre-operatorio, Operacional Concreto y Operaciones Formales.

- 1.) El Estadio Sensoriomotor, contempla los 0 – 2 años de edad; en este la inteligencia es práctica y se relaciona con la resolución de problemas a nivel de la acción.
- 2.) En el Estadio Preoperatorio (2 – 7 años de edad), la inteligencia ya es simbólica pero sus operaciones aún carecen de estructura lógica.
- 3.) El Estadio de las Operaciones Concretas (7 – 12 años de edad), el pensamiento infantil es un pensamiento lógico, a condición de que se aplique a situaciones de experimentación y manipulación concretas y,
- 4.) El Estadio de las Operaciones Formales (desde la adolescencia en adelante), se observa la lógica formal y la capacidad para trascender la realidad, manejando y verificando hipótesis de manera exhaustiva y sistemática (Rafael, 2009).

De los cuatro Estadios del desarrollo, para fines de esta investigación se profundizará en el período que comprende los 7 – 12 años de edad, correspondiente a las *Operaciones Concretas*.

En el *Estadio de las Operaciones Concretas* el infante se caracteriza por la utilización de las operaciones mentales y la lógica para reflexionar sobre los hechos y los objetos de su ambiente. El pensamiento del niño muestra menor rigidez y mayor flexibilidad, por lo que es capaz de entender que las operaciones pueden invertirse o negarse mentalmente, siendo a la vez, menos centralizado y egocéntrico, fijándose simultáneamente en varias características de un estímulo. El niño, es capaz de hacer inferencias respecto a la naturaleza de las transformaciones, basando sus juicios más allá de la apariencia de las cosas.

### **Vigotsky**

Para Vigotsky, es posible que si nos encontramos en presencia de dos niños con el mismo nivel evolutivo y los ponemos frente a situaciones que les signifiquen una dificultad real, vale decir, que vayan más allá de las capacidades que tienen en ese momento específico de sus vidas y se le pone a cada uno de ellos un maestro que les enseñe acerca de los pasos necesarios para superar el obstáculo, es posible que superen estos obstáculos pero con una variación en los resultados. Es en esta instancia en donde aparece lo que él llama la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP), la cual define como “la distancia entre el nivel real del desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema, bajo la guía de un

adulto o en colaboración de un compañero más capaz” (Vigotsky, 1994, citado en Morales y Rodriguez, 2001).

Para Vigotsky “lo que crea la zona de desarrollo próximo es una rasgo esencial de aprendizaje; es decir, el aprendizaje despierta una serie de proceso evolutivos internos capaces de operar cuando el niño está en interacción con las personas de su entorno y en cooperación con algún semejante” (Vigotsky, 1988. Citado en Torga, sin fecha)

Es de suma importancia que cuando hablamos del concepto de ZDP, la relación que existe entre el individuo que aprende con el que lo guía. Aquí se da cuenta de un plano interpsicológico, del que luego se pasa al intrapsicológico, que es el momento en que el individuo internaliza el nuevo concepto y lo convierte en un logro dentro de su proceso de aprendizaje. Para él, “el único tipo de instrucción adecuada es el que marcha adelante del desarrollo y lo conduce” (Vigotsky, 1995. Citado en Torga, sin fecha)

En términos de la práctica del Taekwondo por parte de los niños, es de suma importancia considerar los aportes tanto de Piaget como de Vigotsky, por cuanto posibilitan un acercamiento desde lo teórico a los procesos mentales por los que pasan los niños entre los 7 y los 12 años. En este punto resulta importante recalcar el porqué de la elección de este segmento de edad para desarrollar esta investigación.

Desde la mirada de Vigotsky, podemos observar que los procesos de enseñanza aprendizaje que se dan en el espacio desarrollado en el entrenamiento del Taekwondo, guardan relación con dinámicas relacionales en las que existen jerarquizaciones. Estas jerarquizaciones están dadas en función del nivel de aprendizaje alcanzado por los niños que practican en el taller, dando como resultados que no solamente el instructor dicta la clase, sino que muchas veces son los mismos niños que tienen mayor grado en la clase, los que hacen las correcciones a sus compañeros que llevan menos tiempo. Esto produce, de acuerdo a lo expuesto por Vigotsky, una ZDP en donde los niños que están entrando aprenderían más rápido si cuentan con más compañeros antiguos en la clase que están dispuestos a enseñar las técnicas que conocen.

Por otro lado, desde los postulados de Piaget, resulta importante el trabajo con niños entre los 7 y los 12 años, puesto que corresponde a un período en donde se consolidan la capacidad de reversibilidad además de contar con un tipo de pensamiento más flexible, lo que facilita la comprensión de las técnicas que se le muestran, las cuales puede observar como un todo, entendiendo un mayor número de operaciones mentales, debido a que es capaz de centrarse en varias características del estímulo y no sólo en una, como lo hacía en la etapa anterior. Además de esto, al ser capaz de realizar inferencias respecto de la naturaleza de las transformaciones, le permite tener un conocimiento más certero acerca de los posibles usos de las técnicas, así como de las normas implícitas en el entrenamiento, en vez de simplemente seguirlas por imitación.

A pesar de que los planteamientos teóricos de ambos autores tiene bases distintas, ambos resultan importantes a la hora de entender el porqué trabajar a partir de una edad específica en el entrenamiento con los niños.

## 4. MARCO METODOLOGICO

### 4.1 Enfoque metodológico

La tesis a realizar seguirá una línea de investigación de **enfoque cualitativo**, ya que en ella se intentará un acercamiento a la realidad desde un diseño flexible, en donde las interrogantes serán formuladas de forma parcial y, en donde los datos producidos por la investigación serán descriptivos, a saber, las emociones observables por el investigador, las palabras usadas por las personas y las conversaciones generadas por estas palabras y la forma en que se describe el suceso investigado. Debido a esto, es que no existe la intención de ser un trabajo positivista que establezca leyes generalizadoras, sino de comprender un fenómeno relacional.

El principal motivo para elegir este tipo de estudio es que “todos los estudios cualitativos contienen datos descriptivos ricos: las propias palabras pronunciadas o escritas de la gente y las actividades observables” (Taylor, Bogdan, 1994). Por otro lado, el modelo de investigación cualitativa, posibilita una observación de los sucesos mucho más holística, en donde escenarios y grupos no son reducidos a variables, sino que muy por el contrario, son considerados como un todo. Los investigadores Taylor y Bogdan, hacen referencia a la sensibilidad de la persona que realiza una investigación cualitativa, respecto a los efectos que causa sobre las personas que son investigadas, además de tratar en comprender su marco referencial, dando por otra parte énfasis a otras características. Estas características se relacionan

y se adecuan a mí interés de observar a los niños en su entrenamiento marcial, los vínculos que generan y el impacto que esto tiene en sus familias y el colegio.

Investigar sobre la influencia que puede tener el modo de vida propuesto por la filosofía y el entrenamiento del Taekwondo en el bienestar de un grupo de niños que practican esta disciplina, es posible desde un enfoque cualitativo, más aun ya que permite obtener una multiplicidad de realidades que contrastadas, pueden devenir en una comprensión reflexiva del tema.

#### **4.2 Tipo y Diseño de la investigación**

Esta investigación se enmarca dentro del tipo de estudio **Exploratorio-Descriptivo**.

*Exploratorio*, ya que en Chile, poco se ha investigado respecto a la parte formativa de las artes marciales y, en específico, al Taekwondo, del cual, de existir estudios, se han realizado apuntando a la disciplina en su vertiente deportiva, orientada al alto rendimiento.

Al comentar que esta investigación tiene un carácter exploratorio, nos referimos a una familiarización con fenómenos relativamente desconocidos, desde la

definición de Hernández, Fernández y Baptista, (Hernández R., Fernández, C., Baptista, P. 1991).

*Descriptivo* ya que, según plantean Hernández, Fernández y Baptista, los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis (Hernández, Fernández y Baptista citando a Dankhe, 1997), y por otra parte, intentan especificar las propiedades importantes del fenómeno como tal.

El diseño de esta tesis es **no experimental**, ya que las variables no serán manipuladas, es decir, que no existió una variación intencional de las variables independientes. Al ser una investigación cualitativa, los fenómenos se observarán tal como se den en el contexto en que se presenten, para luego estudiarlo.

Y será transeccional, ya que los datos para la investigación serán recolectados “en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado” (Hernández, Fernández y Baptista, 2003). Las entrevistas se realizarán con la intención de conocer impresiones que tienen los niños, sus padres y apoderados en el presente.



### **4.3 Delimitación del campo de estudio**

#### **Universo**

El universo de esta investigación es un grupo de niños elegidos aleatoriamente que participan de un taller de Taekwondo, los que realizan su entrenamiento en una sede social. Además de estos niños, se incluye a familiares cercanos a ellos, quienes los acompañan en las clases de manera regular. El espacio habilitado para esta actividad es el salón principal destinado por la sede, dentro del cual se realizan las clases. El escenario entonces, es el “Dojang”, en coreano, o lugar de entrenamiento destinado por la sede social para realizar el taller, donde entrenan los practicantes y donde familiares cercanos asisten a observar los entrenamientos.

Un “Dojang” o salón de entrenamiento hace referencia a un lugar físico donde un grupo humano se reúne para realiza un entrenamiento en artes marciales coreanas de forma sistemática y sostenida en el tiempo. Cada Dojang, está compuesto por un Kwanyangnim o director de escuela, uno o varios Sabomnim o instructores y un grupo de personas que recibe instrucción.

El interés en este tipo de espacio, surge debido a que los entrevistados son niños junto a sus padres, quienes viven en espacios relacionales constantemente, por lo que cualquier sensación de bienestar percibida por cualquiera de ellos, puede ser observada tanto por los practicantes como por los familiares cercanos, enriqueciendo

las respuestas de forma complementaria, lo que puede dar cuenta del proceso vivido por los niños tanto a nivel físico como emocional.

Para lograr una imagen más acabada de los procesos relacionales que se generan en relación al entrenamiento, los actores son los niños que asisten a los entrenamientos y los familiares cercanos que asisten a observar las clases, ya que lo relevante es conocer cómo impacta el entrenamiento marcial en el bienestar de los niños; se pretende acceder al mundo relacional a través de las emociones y el lenguaje de aquellos niños y padres que forman el grupo de trabajo.

### **Muestra**

En el caso de los estudios cualitativos, el muestreo “exige que el investigador se coloque en la situación que mejor le permita recoger la información relevante para el concepto o teoría buscada. El muestreo se orienta a la selección de aquellas unidades y dimensiones que le garanticen mejor la cantidad (saturación) y la calidad (riqueza) de la información” (Ruiz, 1996).

Para esto, se decidió usar una muestra **No Aleatoria o No Probabilística**, la cual “no se basan en una teoría matemática estadística sino que dependen del juicio del investigador” (Ander-Egg, 1987). Para este estudio se optó por el **Muestreo Intencional** donde el investigador “selecciona la muestra procurando que sea

representativa pero haciéndolo de acuerdo a su intención u opinión” (Ander-Egg, 1987).

Para la selección de la muestra, se utilizará la estrategia de *ideal tipo*, ya que no se pretende tomar a toda la población, sino que se elegirá a algunos de los practicantes y algunos de los familiares cercanos, en función de los criterios centrales. De este modo, se pretende seleccionar un pequeño grupo de personas que cumplan con los criterios que se definen a continuación:

### **Criterios Centrales**

*Antigüedad en el taller:* Se tomará a un grupo compuesto por personas que tengan como mínimo 8 meses de participación continua en el taller, de modo de que la persona tenga un conocimiento certero de las normas que rigen el taller, además de estar relacionada con la cotidianeidad de la actividad.

*Cercanía con el practicante:* En la muestra se puede encontrar personas que guardan un grado de cercanía con los practicantes del taller. Tal es el caso de padres que asisten a observar las clases u otros familiares cercanos a los niños, que puedan entregar datos sobre el comportamiento de los practicantes fuera del taller.

*Sexo:* Se escoge a una población que tenga una distribución lo más representativa posible, en términos de cantidad de hombres y mujeres que lo componen y que guarde relación con la distribución de practicantes de Taekwondo en Chile.

*Edad:* Para efectos de la investigación, se considerará niños y niñas de entre 8 y 12 años de edad, debido a la cantidad de cambios que se producen tanto a nivel emocional, psicomotor y en las relaciones sociales durante este período (Cepvi, 2010). Estos mismo criterios son explicados con mayor profundidad en el marco teórico de esta investigación.

El tamaño de la muestra, como se observa en la tabla 01, fue de 8 personas, los cuales participaron en entrevista semi-estructurada en profundidad. Esto en coherencia el desinterés respecto de la relevancia el tamaño al ser una investigación cualitativa, en una intención de privilegiar la profundidad en el estudio.

| Integrante de un taller vecinal de Taekwondo |  |       |                                |
|--|--|-------|--------------------------------|
| Edad   | Participa del taller hace 8 meses a lo menos |       | Persona cercana al practicante |
|  | Hombre                                       | Mujer | Padres                         |
| 8-10   | 0  | 1     | 1                              |
| 11-13  | 3  | 0     | 3                              |
| Total  | 8  |       |                                |

Por lo anteriormente descrito se desprende que dadas las características de este estudio particular, la metodología empleada (cualitativa) y el instrumento seleccionado para la recolección de datos (entrevista semi-estructurada en profundidad) y considerando que se utilizará la estrategia de ideal tipo, es adecuado contemplar una muestra relativamente pequeña para facilitar la comprensión y descripción de los fenómenos en estudio.

#### **4.4 Técnicas e instrumentos de Recolección de Información**

Dadas las características de esta investigación, el método a utilizar para la obtención de información y datos, **la entrevista en profundidad semi estructurada.** Esto, debido a que al trabajar con métodos cualitativos para la recopilación de información, es posible comprender los procesos detrás de los resultados observados, así como también es posible evaluar cambios en la percepción que los actores tienen respecto al impacto del entrenamiento en su bienestar.

Una de las principales razones para elegir el modelo de entrevistas en profundidad semi estructurada, es que permite un grado de profundidad que resulta ventajosa, al aportar elementos de carácter simbólico, como lo es la comunicación no verbal, además de dar la posibilidad de acceder a las interpretaciones de las personas, así como sus creencias, impresiones y juicios, los cuales posibilitan el logro de un grado de autenticidad y profundidad mayores respecto a la información recopilada.

Además de lo nombrado anteriormente, este tipo de entrevista, al ser semi estructurada, posibilita la libertad para poder introducir preguntas en adición a las primeramente planificadas, en virtud de obtener más información o profundizar en temáticas que resulten importantes para los objetivos de esta investigación. La pauta de las entrevistas pretende ahondar en algunas de las temáticas de interés por medio de algunas preguntas de reflejo, las cuales se muestran como una opción que

contribuye a conservar la fluidez necesaria en la conversación, considerando la importancia que tiene para la investigación conocer las impresiones y emociones que surgen respecto del bienestar que produce el entrenamiento del Taekwondo.

En cuanto al instrumento se construirá una pauta de entrevista que permita contar con lineamientos generales para cada eje temático, acotando la conversación a los temas que interesan investigar. El sentido de los ejes temáticos será guiado por los objetivos específicos de la presente tesis.

Esta entrevista en profundidad semi estructurada se realizaron con el guión descrito a continuación:

- Descripción de las actividades realizadas en el taller
- Descripción de las relaciones interpersonales que se producen en el taller
- Descripción de las emociones que aparecen durante la práctica en los niños
- Descripción de los cambios emocionales que se producen en los niños
- Descripción de los cambios conductuales que se producen en los niños
- Descripción de la apreciación de los padres del proceso de los niños

#### **4.5 Plan de Análisis de la información:**

Para esta investigación, se utilizó un plan de análisis de información basado en el “análisis de contenido por categoría”, en donde los parámetros para organizar este análisis serán los objetivos planteados en la investigación. El análisis de contenido por categoría consiste en reducir la información obtenida, generando categorías que den cuenta de las interrogantes planteadas por la investigación. Para esto, se utilizará un proceso de codificación de “tipo abierto, según el cual, el sistema de categorías no ha sido preestablecido sino que surgirá como consecuencias del propio proceso de codificación”. De acuerdo al sistema de categorías resultantes en la primera entrevista, sería posible aplicar las mismas al resto de las entrevistas, por similitud y acomodación de contenido. (Rodríguez, Gil y García, 1996).

Según plantean Taylor y Bogdan (1986), es el investigador quien analiza y codifica sus propios datos. Para esto, diferencian distintas etapas en el análisis de estos datos, como se describe a continuación:

La primera fase consiste en la lectura de las entrevistas semi estructuradas. Esta lectura permite generar una idea general respecto de los contenidos, además de posibilitar la identificación de relaciones que dirijan el análisis.



Se caracteriza por ser una etapa de descubrimiento, en donde se lee y se transcriben las entrevistas realizadas, para luego desarrollar los conceptos e identificar las temáticas. Para esto, los datos son leídos de forma repetida y registrando cada una de las ideas que surgen durante la lectura, además de buscar registrar los temas emergentes, siempre respaldándose en el material bibliográfico.

La segunda fase se produce cuando ya los datos han sido recogidos, incluye la codificación de los datos y el refinamiento de la comprensión del tema de estudio. Es un proceso que incluye la reunión y análisis de todos los datos que se refieren a temas, ideas, conceptos, interpretaciones y proposiciones. Lo que fueron en un momento intuiciones o ideas vagas se desarrollan o descartan. Un modo de codificar los datos cualitativos es el siguiente:

- Desarrollar categorías de codificación: Para esto, se redacta una lista con los temas, conceptos y tipologías que se generaron durante el primer análisis de los datos. Debe existir una idea del tipo de datos que se ajustan de manera adecuada a cada una de las categorías. Además de esto, el número de datos y la complejidad del esquema de análisis, determinará el número de categorías a adoptar. Luego, cada una de las categorías es asignada con un número o letra, las cuales pueden indicar relaciones lógicas si es que hay más de un número o símbolo.

- Codificar los datos: Se escribe al margen de cada párrafo, el número o letra que corresponda a cada una de las categorías. Mientras se avanza en la codificación, es posible que sea necesario refinar el esquema de codificación, redefiniendo las categorías.

- Separar los datos pertenecientes a las distintas categorías de codificación: Es necesario colocar un texto lo suficientemente extenso de modo que sea comprensible, además de indicar de qué conjunto específico de materiales fue obtenido cada fragmento.

En la última etapa, el investigador intenta relativizar los descubrimientos hechos, tratando de comprender los datos obtenidos de acuerdo al contexto en que estos han aparecido, sin que esto implique que se descarte algo. Sino que simplemente cambiando la interpretación.

Los núcleos temáticos son construidos a partir de la semejanzas que se dan en las categorías, es decir que son agrupaciones de categorías que refieren a la misma idea.

Este tipo de análisis cualitativo permite analizar la información obtenida mediante las entrevistas en profundidad, permite ordenar estas mismas y encontrar similitudes.

De acuerdo a los pasos descritos anteriormente, el plan de análisis de este trabajo se realizó en función de diecinueve categorías, las cuales fueron organizadas de acuerdo a los contenidos de cada una de ellas, en cuatro núcleos temáticos, mismos que fueron el pilar por medio del cual se realizó la interpretación que se presenta en el punto referente al análisis de resultados.

Los núcleos temáticos que agrupan las categorías con las cuales se analizan las entrevistas son los siguientes:

### **Descripción del taller y sus aplicaciones**

Categorías:

Descripción de las actividades realizadas en el taller

Descripción de la utilidad de las técnicas aprendidas en el taller

Expresión de las preferencias por una actividad en el entrenamiento

Situaciones en las que los niños han usado o usarían las técnicas aprendidas en el entrenamiento

### **Relaciones interpersonales dentro y fuera del espacio de entrenamiento**

Categorías:

Dificultades al momento de establecer relaciones con los otros integrantes del taller

Calidad de las relaciones interpersonales de los niños fuera de los entrenamientos

Calidad de las relaciones interpersonales de los niños dentro de los entrenamientos

Calidad de las relaciones interpersonales de los niños dentro del espacio de entrenamiento percibidas por los padres

### **Emociones y conductas de los niños durante el entrenamiento**

Categorías:

Emociones que aparecen en los niños ligadas al entrenamiento

Cambios emocionales que los niños perciben como positivos producto del entrenamiento

Cambios conductuales que los niños perciben como positivos producto del entrenamiento

Motivaciones y expectativas de los niños para entrar al taller de Taekwondo

Cambios percibidos por los niños en relación a su corporalidad

Emociones emergentes en los niños durante la competencia

### **Emociones y conductas de los padres durante el entrenamiento de los niños**

Categorías:

Emociones que aparecen en los padres ligadas al entrenamiento

Cambios emocionales que los padres perciben como positivos producto del entrenamiento

Cambios conductuales que los padres perciben como positivos producto del entrenamiento

Motivaciones y expectativas de los padres para introducir a sus hijos al taller de Taekwondo

Emociones emergentes en los padres durante la competencia

## **5. RESULTADOS Y ANÁLISIS**

Realizadas las entrevistas, se procedió con la segmentación y categorización de la información. Este proceso permitió recolectar y sistematizar la información que los entrevistados expusieron, con respecto a los diferentes factores que están presente en sus actividades durante el entrenamiento en la sede vecinal, sus emociones, sus conductas y como estas se han ido configurando a lo largo de su proceso de entrenamiento, además de las evaluaciones y las explicaciones que se dan para cada fenómeno que fue parte de la conversación que se estableció con cada uno de los entrevistados durante esta Tesis.

A modo de síntesis general es posible decir que, desde las actividades que se realizan dentro del entrenamiento de los niños, podemos conocer las dinámicas relacionales que se generan entre ellos, sus conflictos, emociones, las conductas que devienen de estas últimas y el cómo en el cambio de las emociones es posible observar un cambio conductual que guarda estrecha relación con la sensación de bienestar, tal como la entendemos desde el enfoque de esta Tesis. Gran parte de las entrevistas alude a valoraciones que se realizan de los beneficios que el Taekwondo entrega, como también de las relaciones que se establecen, los espacios donde los niños comparten y los momentos que permiten vivenciar emociones de seguridad, confianza, alegría, compañerismo, amistad, etc. Existen también relatos en torno a las impresiones sobre cómo la participación en el taller influye en los padres de los

niños, sobre sus motivaciones y expectativas respecto al taller y en cómo estas se han visto cumplidas en mayor o menor medida, haciendo alusión principalmente a la importancia del desarrollo de cualidades en los niños como sentimientos de autovalía, independencia y seguridad en sí mismos.

Las citas realizadas en función de las entrevistas realizadas, seguirán la siguiente nomenclatura:

**EN:** Entrevista niño

**EP:** Entrevista padre

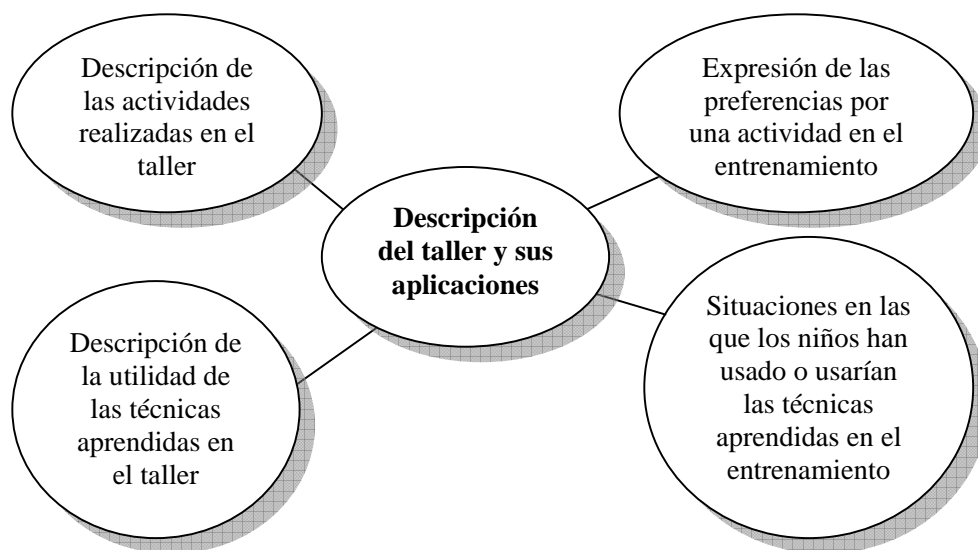
**P:** Párrafo

De este modo, si tenemos (**ENI-P12-15**) significará que la cita hace referencia a la entrevista de niño número 1, entre los párrafos 12 y 15.

Los hallazgos que se recogen en esta investigación, se han organizado según lo establece el marco metodológico, agrupando las Categorías que se pudieron observar, en Núcleos Temáticos que son desarrollados a continuación:

## 5.1. Resultados y Análisis por Núcleos Temáticos

### *01-Descripción del taller y sus aplicaciones*



A la luz de las entrevistas, es posible observar variada información con respecto a las características del taller, donde se describen las actividades de que se realizan en éste, además de la descripción de las aplicaciones prácticas de las técnicas que se enseñan, tanto dentro del contexto de la competencia, como en situaciones de la vida cotidiana, donde también se puede observar las preferencias que tienen los niños respecto a una actividad específica por sobre otra y si en alguna situación puntual han usado las técnicas que aprenden en el taller para defenderse, así como la forma en que evalúan este tipo de situaciones de riesgo.



En términos de la **descripción de las actividades realizadas en el taller**, los entrevistados hacen referencia al orden cronológico de la clase, la que empieza con ejercicios de calentamiento, trabajo principal y vuelta a la calma. Durante este espacio, realizan trabajos de distinto tipo orientados a desarrollar habilidades específicas relacionadas con el Taekwondo, tales como técnicas de pateo, ejercicios de resistencia, velocidad, fuerza y coordinación. Además de esto, se realizan ejercicios de combate, en los que se ponen en práctica las habilidades desarrolladas durante los entrenamientos de las habilidades específicas. Según los relatos de los entrevistados, la duración e intensidad de los combates intenta aproximarse lo más posible al contexto de competencia deportiva.

*“Bueno, Lo primero es el calentamiento. Después... después de hacer el calentamiento, vamos soltando los brazos, haciendo ejercicios de, para ir soltando el... cuerpo, extremidades todo y, después empezamos la clase.” (EN3-P12)*

*“Con focos o con escudo. Por ejemplo, hacen filas y el instructor da la instrucción de, por ejemplo, qué patada dar y después él... la muestra o exhibe y después tienen, los demás tienen que hacerlo. Pateando el escudo o el foco” (EN3-P64)*

*“Podría... Em... hacemos combate de dos minutos, round, como un round en una pelea de verdad, en un torneo, podría decirse... em... También...” (EN3-P28)*

Por otro lado, es posible observar que periódicamente, alrededor de tres o cuatro meses, se realiza un examen en el que el practicante muestra las habilidades

que ha aprendido para subir de grado. En el relato se aprecia que en términos generales es un hito importante para los niños, en términos de poner a prueba lo que han aprendido hasta el momento, a pesar de ser en ocasiones una situación estresante, pero que sin embargo se observa como parte de su proceso de desarrollo dentro del contexto del entrenamiento.

*“Hay que cuando va para el examen, tiene que prepararse antes, cuando ya el día del examen uno va y tiene que... Cómo se llama... uno tiene que mostrar lo que sabe. Primero eh... Hay que, el instructor da... dice que tiene que hacer tal bloqueo o tal golpe de pie... de... de puño y tiene que ir mostrando lo que sabe” (EN3-P79)*

En términos de la **utilidad de las técnicas aprendidas en el taller**, los entrevistados hacen referencia a la posibilidad de poder controlar situaciones de riesgo, minimizando el riesgo para ellos mismos, siendo capaces de defenderse, lo que es descrito como algo que los hace sentir más seguros de sí mismos en términos de autovalía. Además de esto, es posible observar agrado y emociones de alegría en los relatos, debido probablemente a la adquisición de un nuevo conocimiento respecto al Taekwondo.

*“Porque así uno controla a los compañeros, cuando están así, más o menos así locos, uno los controla, y como hay niños así en el curso, por eso es lo que más me gusta.” (EN1-P16)*

*“¿Y para qué otra cosa sientes tú que te ha servido entrenar o practicar el taekwondo?*

*Para defenderme.” (EN1-P80-81)*

*“¿Cómo, por qué te sientes más seguro?*

*Porque antes yo no sabía qué hacer si me pasaba algo así en la calle, pero ahora ya sé que hacer, para eso me ha servido.*

*¿Y en qué otras cosas te ha servido?*

*Mmm no se, en controlarme, como le decía.” (EN1-P84-87)*

Con respecto a la **expresión de preferencias de una actividad específica durante el entrenamiento**, estas son diversas. Los entrevistados hacen referencia a distintos ítems dentro del entrenamiento, dentro de los cuales las inclinaciones varían entre la práctica para la competencia, la práctica de técnicas de defensa personal, compuestas de llaves, proyecciones y palancas y, la práctica de formas, o secuencias de movimientos necesarias para aprender las técnicas básicas que tiene el Taekwondo. Las explicaciones dadas apuntan a distintos factores en los que los niños pueden verse involucrados, a saber: una situación conflictiva de la vida cotidiana, frente a la cual dicen sentirse más seguros; un torneo en que conocerán nuevas personas con las que combatir y compartir o la práctica de la técnica pura.

*“Ya, ¿por qué te gusta practicar defensa personal?*

*Porque así uno controla a los compañeros, cuando están así, más o menos así locos, uno los controla, y como hay niños así en el curso, por eso es lo que más me gusta. (EN1-P15-16)*

*“Y a ti qué te gusta hacer más ¿combate para ir a los torneos o el combate para la calle?*

*“El combate para los torneos (...) Porque es más entretenido (...) Eh... enfrentarse a nuevos niños... pelear con ellos y ahí...” (EN2-P47-52)*

*“Dentro de las clases, ¿cuáles son las cosas que a ti más te gusta hacer?*

*Las formas, las defensas y eso...*

*Ya... qué son....*

*Ah, sí, las defensas personales*

*¿Qué tiene de especial las defensas personales?*

*Ah... para... las defensas personales... sirven para los combates de torneos y para los callejeros” (EN2-P59-64)*

Dentro de los relatos se describen **situaciones en las que los niños han usado o usarían las técnicas aprendidas fuera del contexto de la práctica**. En este espacio, los relatos hacen referencia a la importancia que dan los entrevistados al respetarse a ellos mismos y no dejar que alguien más los pase a llevar. En estos relatos se hace referencia a que las técnicas aprendidas no son ni serían usadas a menos que los entrevistados se encuentren en una situación que los comprometa en

su integridad o en la integridad de alguna persona cercana. Es posible observar que durante los relatos se manifiesta la importancia de no buscar problemas ni conflictos y que el uso de las técnicas aprendidas responde exclusivamente a la defensa propia.

Este tipo de conducta de autodefensa es validada por los padres entrevistados, quienes apoyan la decisión de los niños respecto de usar las técnicas aprendidas en el taller como una forma válida de terminar un conflicto, siempre que se encuentren en una situación que vaya en desmedro de la integridad de los niños y no alentándolos a usar lo que aprenden cuando quieran.

*“Y ¿en qué condiciones sientes tú que tendrías o deberías usar lo que has aprendido?”*

*“Cuando ya es mucho la molestia... ya cuando insultan hasta la familia... o cosas así... Cuestiones así, no sé cuando ya están usando agresión física, ahí uno tiene que entrar a usar lo que aprendió.” (EN3-P-163-164)*

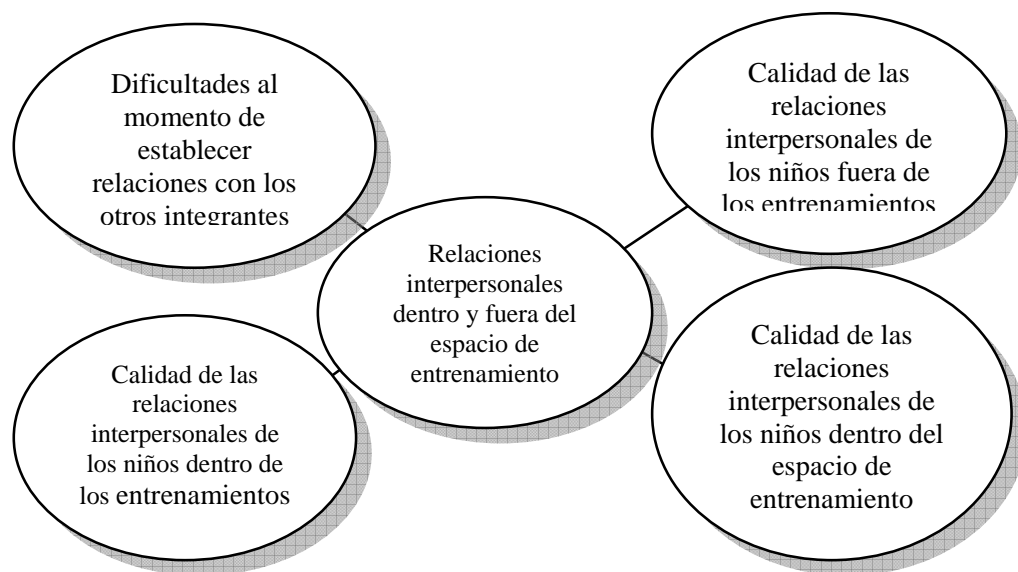
*“No... yo no ando en busca de pelear” (EN3-P168)*

*“Eh... la más chica sí... la más chica... la más chica me ha dicho, bueno la mayor también hubo una oportunidad tuvo que también digamos ocupar un poco lo que tiene, lo que han aprendido por situaciones puntuales con sus compañeros. De que lo han ocupado, lo han ocupado. Ahora no lo han ocupado siempre en las situaciones que a lo mejor deberían haberla utilizado, pero si lo han hecho y eso ha sido bastante bien, porque quien las ha molestado y han hecho digamos uso de lo que aprenden... eh... no las han vuelto a molestar. (...). Que es lo que ocurre, que*

*es lo contrario a lo que pasa con estos niños que a veces son medios bruscos con el resto, entonces buscan al más débil para que puedan molestar. Entonces la idea es que aprender algo que te haga más fuerte no te haga más débil.” (EP3-P13)*

*“Y le pegué una patada en la guata al otro. (...) Sí, y me fui corriendo donde mi hermana y los retaron. Y después, desde ahí no tuve más miedo de hacer taekwondo porque vi que si sirve para defenderse...” (EN4-P114-116)*

#### *02-Relaciones interpersonales dentro y fuera del espacio de entrenamiento*



Este núcleo hace referencia a la forma en que se dan las relaciones entre los participantes del taller, tanto dentro como fuera del espacio de entrenamiento,

considerando las apreciaciones que tienen de esto tanto los niños como los padres entrevistados.

*“El entorno amigable, bueno nace primero con, con los niños que son los que con los que comparten normalmente y digamos tres veces al día, o sea tres veces a la semana o dos veces a la semana cuando no se puede eh... los niños son muy amigables con ellas y ellas a su vez son muy amigables con todos, o sea el entorno en sí de los... digamos del grupo, es muy ameno. Y son todos como que y los veo a todos casi como que se cuidan mucho y lo pasan bien, yo los veo reír, los veo jugar... eh... los veo cantar, los veo gritar, los veo perseguirse, los veo hacer muchas cosas. Entonces, ese entorno de, inclusive en el mismo lugar donde están, donde practican aunque estén cansados es muy entretenido.” (EP3-P24)*

En términos de la **calidad de las relaciones de los niños dentro del espacio de entrenamiento percibidas por los padres**, es posible observar que los padres describen estas relaciones haciendo referencia a emociones como la amistad, compañerismo y mutuo apoyo en las que no se hace diferencia por parte de los niños, sino que se integran mutuamente, fomentando un ambiente de amistad en que son todos bien recibidos, destacando principalmente lo que los padres describen como apoyo entre los niños al momento de realizar las distintas actividades que se desarrollan dentro del taller.

*“O sea, están con el tema, por ejemplo la que es débil, que yo encuentro que es un poco más débil y ellos me lo han demostrado así, es la X, en cuanto a las formas y eso, y ellos dos le aportan a ella, si le dicen no X que tienes que pararte así, tienes que hacerlo de esta forma, tienes que... y entonces me he dado cuenta que él está metido en un tema y que él se hace partícipe de algo y que eso a la vez también es importante.” (EP2-P19)*

Además de esto, se observa que el fin de la clase no es el fin de las relaciones que se establecen entre los niños, sino que se han generado espacios de esparcimiento fuera del taller en donde los niños se reúnen para realizar actividades que no guardan relación con la práctica del Taekwondo. Este tipo de actividades son muy apreciadas por los padres entrevistados, lo que en sus relatos manifiestan la importancia del desarrollo de nuevas redes, además de la integración de algunos de los otros padres de los niños, lo que ha contribuido a la cohesión del grupo y al fortalecimiento de los lazos entre los niños.

*“Sobretudo... yo creo que en el compañerismo más que nada. Y que son... a parte salen del grupo normal que tienen ellos de amigos, que son los compañeros de colegio, por ejemplo. En este caso ellas han generado amistades nuevas con otros, con otras personas que no son digamos del mismo círculo que están normalmente y que los he visto comportarse con ellos bastante bien y eso es bastante agradable (...) Me ha llamado la atención que hay varios eventos que hemos realizado, cumpleaños y cosas así, que ellos se han recordado de sus compañeros de tae kwon*



*do y los llaman y los invitan porque se llevan bien con ellos y eso habla de una buena relación que se genera en el ambiente de practicar, de estar con ellos a lo mejor dos o tres días a la semana y eso es bonito, o sea generan una buena impresión”. (EP3-P6)*

En la descripción de la **calidad de las relaciones interpersonales de los niños dentro del espacio de entrenamiento** es posible observar que el relato de los niños destaca las interacciones que se dan en los “tiempos muertos” durante la clase, vale decir, principalmente los espacios de descanso, tanto entre los ejercicios, como en el tiempo que se les da para rehidratarse y hacer estiramientos como parte de la pausa de media clase. Durante estos espacios se destacan los juegos que realizan y las conversaciones que sostienen respecto a diferentes temas de su interés, con lo que se genera lo que es descrito como lazos de amistad o ser como “de la familia”. Dentro de estos mismos relatos se describe cómo, la instancia de tomar agua, se convierte en un puente relacional entre ellos, debido a que, suelen lanzarse agua de la llave, mojándose unos a otros antes de regresar a la clase. Este espacio puede observarse como un posibilitador de refuerzo en las relaciones que los niños establecen.

*“Ya... y qué son... ¿qué cosas hacen ustedes cuando están entrenando?*

*Algunas veces, cuando el instructor no está mirando, algunas veces empezamos a divertirnos o cuando sale así como a conversar empezamos a jugar.*

*Y normalmente cuando están entrenando ¿qué cosas hacen?*

*Cuando estamos trotando algunas veces empezamos a jugar a la pinta, pero al final el profe nos reta y tenemos que trotar... es verdad.” (EN4-P3-6)*

*“Es que empezamos a conversar más, después empezamos así como a juntarnos más y después empezábamos a jugar más porque nos hicimos amigos, me hice amigos de ellos... (...)*

*Lo que más me gusta del taller es que puedo disfrutar con mis amigos, porque es como una parte de mi familia...” (EN4P16-20)*

*“Si algunas veces, cuando así como cuando salimos a tomar agua así como cuando hay mucho calor, y es el día sábado nos empezamos a tirar agua y nos divertimos harto”. (EN4P32)*

Para ampliar el contexto de las relaciones, es posible observar que como parte de las **relaciones interpersonales fuera del espacio de entrenamiento**, se observan comportamientos que hablan acerca de la forma en que los entrevistados llevan lo aprendido más allá del contexto de la clase o de la competencia, lo que en algunos casos influye en el entorno familiar, integrando a sus miembros en el proceso de aprendizaje, en lo que algunos de los padres entrevistados califican como un aumento en la capacidad para compartir por parte de los niños.

*Lo que él aprende en la clase, él lo llega a practicar aquí con su hermano, que antes, si bien cierto, Benjamín era más chiquitito, pero él aprendió a compartir*

*más con su hermano, enseñarle cosas a su hermano. Él es como el profesor aquí de su hermano. (EPI-P13)*

Es importante además, destacar algunos de los cambios que se relatan como parte del proceso, en el cual, en términos generales, es posible escuchar entrevistas que hacen referencia a cambios en la conducta que pueden ser calificados como positivos, los cuales serán analizados con mayor detalle en el núcleo número tres, pero que sin embargo para fines de este núcleo, corresponden a una mejora de las relaciones de los niños con su entorno, especialmente el familiar.

*“Eh sí... Mi mamá me ha dicho que estoy más tranquilo, que me demoro más en enojarme o... me daba la lesera... Y eso...(…)Que... no se mi hermana se ponía pesa, mi hermano chico también me, me enrabiaban... No se... me hacían cuestiones, desordenan mi pieza cuando yo la tenía ordena’ y después ellos no ordenaban y dejaban ahí todo desordenado y entonces a mi me daba rabia... Y toda la cuestión tenía que controlarme... me controlo más” (EN3-P150-152)*

*“Cuando me enojaba eh... yo iba y le gritaba... a mi hermano le gritaba para que ordenara de nuevo, me enojaba tiraba harta chuchá, por decirlo... para, porque me daba rabia y toda la cuestión... y ahora no... Ahora se me ha quitado.” (EN3-P156)*

Son estos cambios a nivel familiar, ya sea con hermanos, padres u otros parientes, los que se destacan más dentro de las entrevistas, ya que son reiterados

tanto por los padres como por los niños como parte de relaciones de creciente calidad entre ellos y en las que si bien, puede haber diferencias, son posibles de escuchar como en constante desarrollo.

Respecto de las **dificultades al momento de establecer relaciones con los otros integrantes del taller**, estas son descritas como parte del proceso de integración al grupo, en el que los nuevos practicantes pasan por un proceso de adaptación a un espacio relacional nuevo. Este tipo de relato cambia cuando se hace referencia a la forma de relacionarse en la actualidad, en donde no se observan dificultades mayores, salvo en casos específicos.

*“Si, como que... como que me caía mal primero el Fabián, y después cuando ya fue pasando más tiempo... es que lo veía así como... y cuando eran... cuando teníamos que hacer el taller me ponía cara de malo así, como que me asustaba.(...)” (ENI-P89)*

*“¿Te costó en algún momento relacionarte con tus compañeros?”*

*Eh... si al principio.(...)*

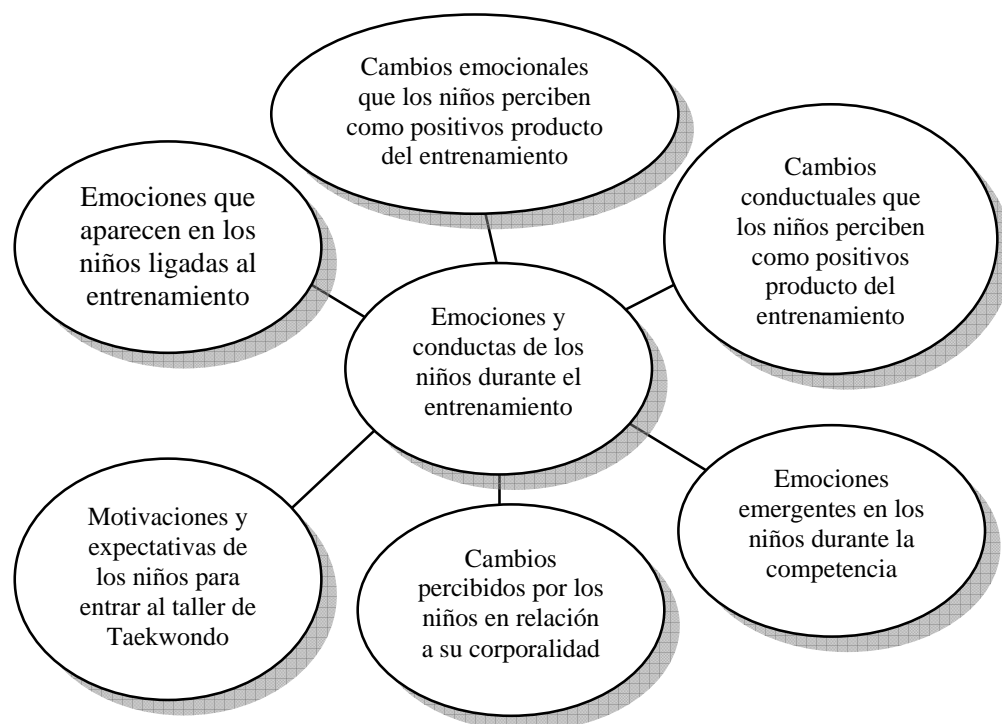
*Que no los conocía, y como yo soy más o menos tímido, también... me costó acostumbrarme.*

*Que cuando al principio era tímido, yo ni siquiera les hablaba, les decía hola y chao, nada más, entonces así como que me daba cosa, pero ahora ya no.” (ENI-P29-34)*

De manera aislada es posible describir episodios de dificultad en las relaciones que se dieron por períodos más largos, debido a conflictos con participantes específicos que, según el relato de los padres, se daban con niños que no concordaban con la mayoría, buscando sobresalir sin considerar a sus compañeros como parte del proceso de trabajo de grupo durante las actividades del entrenamiento. Este tipo de comportamiento, desde la mirada de los padres, afectó en un momento específico del taller, las relaciones entre los compañeros, así como la autoestima de algunos, además de generar sentimientos de antipatía hacia el integrante. Sin embargo se declara también que se dio la instancia para solucionar estos conflictos. Uno de los relatos más claros respecto a esta situación es de uno de los padres entrevistados.

*A ver... por ejemplo, había un niño X... eh... él siempre trataba de ser él. Incluso... eh... en su afán de tratar de ser él, el que sabía más, el que le salían mejor las cosas, las formas, las patadas... todo el cuento, trataba de apagar a los otros niños, a lo mejor inconscientemente, pensemos que es un niño. Pero él yo creo que de cierto modo interrumpía al no querer entender que acá el trabajo se hace en equipo, que a lo mejor uno tiene más capacidad que otro... eh... en su afán de querer mostrarse o sobresalir más que los otros, interrumpía de cierto modo o hacía sentir mal a los demás niños (...). (EP2-P32)*

### 03-Emociones y conductas de los niños durante el entrenamiento



uando hablamos de las emociones y conductas de los niños durante el entrenamiento, se hace en relación a la forma en que durante el proceso del taller y a lo largo de las interacciones que se dan entre los participantes, es posible observar cambios en las emociones y conductas iniciales. Estas emociones en términos generales van cambiando desde el miedo y la inseguridad, hacia un estado de mayor autonomía y confianza en sí mismos, lo que deviene finalmente en cambios conductuales que pueden considerarse como parte del proceso de desarrollo de un sentimiento de bienestar según lo relatan los entrevistados.

Para lograr un mejor acercamiento al proceso de los entrevistados, es necesario conocer las **motivaciones y expectativas de los niños para entrar al taller de Taekwondo**. Estas aluden a distintas razones acerca de lo que esperan los niños respecto del taller, las cuales pasan por emociones de agresividad en las que se relata el deseo a aprender a golpear a otros frente a situaciones de riesgo o incómodas como aparece en el relato de uno de los padres.

*“Era en su primera instancia era eso. Él quería aprender a pegarle a sus compañeros, porque él antes pegaba el empujón y como tenía fuerza bruta, lo hacía nomás y si bien es cierto que lo hizo una sola vez cuando era chiquito, ahora tiene diez años y esto fue hace cinco, cuando estaban en kínder, y él se dio cuenta que no fue la mejor forma de solucionar el problema, porque nunca lo solucionó, esto siguió y siguió y simplemente como el compañero lo siguió molestando él se lo advirtió muchas veces y el compañero siguió” (EPI-P25)*

Por otro lado, dentro de los relatos es posible escuchar acerca de motivaciones respecto de lo divertido que puede resultar el practicar una actividad que implique el combate, además de la sensación de seguridad que puede desarrollar la persona que entrena de manera sistemática.

*“Bien... qué es lo que más te gusta de, de, de las cosas que hacen en las clases. ¿Por qué te gusta ir a clases?”*

*El... las... porque me parece entretenido” (EN2-P127-128)*

*“Ya... y si le tuvieras que decir a un niño que entrenara Taekwondo ¿por qué le dirías que entrenara?”*

*Para que no lo golpeen en la calle “(EN1-P244-245)*

Posiblemente como consecuencia de la práctica sistemática de una habilidad específica, algunos entrevistados declaran respecto de **avances percibidos por los niños en relación a su corporalidad**, los cuales apuntan al aumento de capacidades tanto físicas como mentales. Dentro de las capacidades físicas, los relatos apuntan en su mayoría a un aumento considerable en la vitalidad, la coordinación y la resistencia física, lo que le permite a los entrevistados rendir mejor en diferentes actividades, principalmente durante los juegos. Sin embargo, además del aumento de las capacidades físicas, también se escuchan opiniones acerca de una mayor capacidad de atención y concentración en ciertos espacios.

*“Sí... la resistencia me ha aumentado bastante.” (EN3-P48)*

*“Eh... antes, por ejemplo, en el colegio corríamos cuando hacíamos Ed. Física, corríamos más y cuestiones así. Ahora estoy más rápido que antes”. (EN3-P50)*

*“Sí, porque antes podía, no sé, dar patadas y no sabía dónde tirarla y a adónde llegar. Ahora sé dónde ahora, coordinar dónde pegar.” (EN3-P62)*



*“Yo... sí, sí me ha servido harto. En el sentido de energía de... de... No se... En las clases al menos pongo un poco más de atención que antes eh... Eso.” (EN3-P144)*

Estos cambios producidos por la práctica constante y las nuevas capacidades adquiridas por los practicantes, devienen a su vez en **emociones que aparecen en los niños ligadas al entrenamiento**, las cuales se manifiestan de distintas formas, dependiendo del contexto y la calidad del logro obtenido por los niños durante la práctica, pasando desde estados de duda como el miedo, la confusión y la pena, a estados en los que predominan emociones como el orgullo, la satisfacción y la felicidad.

Dentro de los relatos se escucha también la importancia de “subir de nivel” mostrando lo aprendido, así como el sacrificio hecho y el compromiso adquirido tanto con los ejercicios realizados, así como con las normas establecidas de modo cumplir con lo necesario para adquirir un cinturón mayor, lo cual es el hito por medio del cual se demuestra el avance de los practicantes. Este esfuerzo implica a su vez, el pasar por emociones de duda, miedo, nerviosismo e inseguridad, pero en función del resultado obtenido gracias este esfuerzo, se refuerzan los sentimientos de seguridad de los practicantes.

*“Al principio me daba miedo, porque yo no sabía cómo peleaban los demás, pero ahora ya como uno sabe...” (EN1-P45)*

*“Sí, me confundía. Todos iban pa’ un lado, yo tenía, a veces tenía la mano pa’l otro lado. Tenía la mano al revés así, me equivocaba.*

*Ya, ¿y cómo te sentiste cuando estabas dando el examen?*

*Nervioso, pensando si me iba a ir mal o tal vez bien. Eh... sí*

*(...) Me sentía orgulloso y... pasar otro nivel, un nivel superior.(...)Para... Porque en ese cinturón se mostraba todo lo que había sacrificado para merecer ese cinturón. (...)Esfuerzo... eh... de hacer los ejercicios bien... De esforzarme al máximo para tratar de hacerlo bien... Y eso (...) Me sentí bien...” (EN3-P93-106)*

Dentro del contexto de las emociones que aparecen descritas como parte del proceso de entrenamiento, es posible también dar cuenta de los **cambios emocionales que los niños perciben como positivos producto del entrenamiento**, los que podemos encontrar en lo concreto como cambios en la forma en que los entrevistados dicen acercarse a las situaciones, en relación a su postura, vale decir, un cambio en la manera en que se ven las cosas desde esta nueva emoción. Estas emociones son descritas por los niños en la forma de mayor seguridad en sí mismos, sensación de tranquilidad para abordar distintas situaciones.

*“Eh sí... Mi mamá me ha dicho que estoy más tranquilo, que me demoro más en enojarme o... me daba la lesera... Y eso (...) Que... no sé, mi hermana se ponía*

*pesa, mi hermano chico también me, me enrabiaban... No se... me hacían cuestiones, desordenan mi pieza cuando yo la tenía ordena' y después ellos no ordenaban y dejaban ahí todo desordenado y entonces a mi me daba rabia... Y toda la cuestión tenía que controlarme... me controlo más (...) Cuando me enojaba eh... yo iba y le gritaba... a mi hermano le gritaba para que ordenara de nuevo, me enojaba tiraba harta chuchá, por decirlo, para, porque me daba rabia y toda la cuestión... y ahora no... Ahora se me ha quitado. (...) Cuando me enojo yo digo ¡Ya! Esta cuestión se termina aquí! Cierro la puerta pa' que no entren, tengo que volver a dejar ordenado y... tengo que dejar todo cerrado para que no... (EN3-P150-158)*

Estos cambios en las emociones también se describen respecto de la resolución de conflictos por parte de los niños, los que en términos generales, describen que afrontan las situaciones con sensaciones de calma, en relación a estadios anteriores en los que reaccionaban de manera más violenta.

*“Antes llegaba y pegaba y ahora dos veces, una hablo, y la segunda advierto y la tercera pego”. (EN1-P67)*

*“¿Y que ha ido pasando, qué sientes tu que te pasó a ti, que ya no te da tanta timidez?*

*Ehh... no sé, que... era como lo primero, lo que a uno casi siempre, casi a todos les pasa.” (EN1-P35-36)*

Dentro del mismo contexto, los niños entrevistados hacen referencia a algunos de los cambios que han tenido otros de sus compañeros y como estos se van evidenciando a lo largo del proceso de entrenamiento. El siguiente relato, da cuenta de la percepción de una de las niñas respecto de una de sus compañeras.

*“Sí, siento que... veo que la Z está más segura de sí. Ahora tiene más atención, ya sabe lo que debe hacer. Y además, veo que ella es más alegre que antes...” (EN4-P130)*

*“Antes no, la veía muy así como triste, algo asustada, pero con el tiempo dejo de hacer eso y se volvió más fuerte.”(EN4-P132)*

*“El X, porque antes... el profe siempre lo corregía a él, siempre lo corregía, porque hacía patadas malas, a lo mejor; pero ahora se lo dice a la primera y todas las demás las hacen todas bien y además es más divertido...(…) Hace más cosas locas, hace como travesuras, juega hartito, dice chistes, hace caras locas, todo eso.” (EN4-P134-136)*

Si bien es cierto, durante el proceso de entrenamiento se generan emociones y además de esto, las emociones van cambiando según los relatos, aumentando la sensación de seguridad y autovalía de los participantes, esto también tiene repercusiones que derivan en **cambios conductuales que los niños perciben como positivos producto del entrenamiento**. Tal como se mencionó anteriormente, estos

cambios se perciben como estrechamente ligados a las emociones descritas por los entrevistados tanto niños como adultos, quienes los describen como una forma de exteriorizar un cambio emocional que ha ocurrido, refiriéndose a estos cambios como positivos tanto para en su fuero interno, así como en la calidad de las relaciones con los demás.

Los cambios conductuales descritos por los niños, hacen referencia a cómo se comportan frente a distintas situaciones, las que guardan relación con la forma de resolver conflictos, a diferencia de los cambios emocionales, que hacen mención al cómo se sienten en determinadas situaciones.

*Y tú, desde entonces ¿sientes que ha cambiado algo en ti, desde que empezaste a entrenar hasta ahora?*

*“Sí, mi control (...) Porque antes era como... como que ya, era como todo suelto, y ahora ya no, ahora ya tengo todo mas... porque antes llegaba y pegaba, y ahora ya, ya me empecé a controlar.” (ENI-P62-66)*

*“¿Cómo, por qué te sientes más seguro?”*

*Porque antes yo no sabía qué hacer si me pasaba algo así en la calle, pero ahora ya sé que hacer, para eso me ha servido.” (ENI-P84-85)*

Estos cambios de comportamiento, también hacen referencia a la interacción con sus padres, frente a los cuales, se manifiesta que se han generado cambios

conductuales que han sido provechosos para la relación con ellos, tal como se puede escuchar en el relato de uno de los niños.

*“La actitud puede ser... que antes era más irrespetuoso, antes molestaba más (...) Con mis papas, mi mamá sobre todo (...) Y no sé, era más pesado con compañeros (EN3-P172-176)*

Es posible observar estos cambios conductuales a través de los relatos que se generan en torno a la práctica diaria, en donde al cambiar las emociones que rodean una situación particular, se genera un cambio en la conducta de los niños

*“Y al principio, cuando recién empezaste a practicar taekwondo, ¿cómo te sentías haciendo combate?*

*Muy asustada, porque no sabía qué íbamos a hacer, no sabía si me iban a pegar, porque igual había niños bien grandes, más altos que yo y me asustaban no sabía si me iban a pegar, no sabía qué me iban a hacer.*

*Ya... ¿y ahora también peleas con niños más grades que tú?*

*Sí, si ahora ya que he progresado harto en taekwondo, no me da miedo pelear con niños grandes, aunque sea con el X.” (EN4-P59.62)*

*“Es que yo entré cuando ya todos estaban entrenando. Pero a la, pero también he visto a otras niñas que yo entré y los vi entrar, igual han progresado harto, aunque no sean así como tan expertos en hacer eso, igual son muy buenos,*

*como la X, ella ha progresado harto. Ahora, ya que peleo con la XX y todo eso, ahora ya sabe lo que tiene que hacer cuando un niño como la XX le pegue, tiene que acortar, ya sabe todo lo que tiene que hacer.”(EN4-P128)*

Parte importante del entrenamiento del Taekwondo, es el referente a su parte deportivas, respecto a la en las entrevistas se describen las **emociones de los niños durante la competencia**. Estas emociones se describen como más fuertes por parte de los entrevistados, debido al nivel de exigencia frente al cual se encuentran, ya sea por el público presente, la ansiedad frente a la competencia, además de la presencia en muchos casos, de sus padres, los que son descritos por los niños como muy importantes para ellos, en función del apoyo que sienten al tener personas queridas que los observan y los validan en la actividad que realizan.

*“Ya. ¿Y qué pasó allí en esa competencia?*

*Eh... me puse nervioso” (EN2-P25-26)*

Las emociones descritas en los relatos, hacen referencia principalmente a dos puntos. En el primero de ellos, los niños entrevistados relatan el agrado que sienten por participar en este tipo de competencias, en donde describen emociones de orgullo, emoción y seguridad en lo practicado durante las clases, tal como se puede leer en el relato de una de los entrevistados.

*“Porque se siente bien que todos te apoyen y tú te sientes orgullosa por tener una familia que te apoye. Se siente muy bien.”(EN4-P-96)*

*“Mi papá, mi hermana, mi mamá. Algunas veces el bebé y no me acuerdo de nadie más, pero los papás de los amigos míos, como del X, también apoyan a sus amigos. Así como que los papás del X, yo soy amiga del X y los papás del X me apoyan a mí cuando estoy en torneos, mi mamá también, mi papá. Entonces, te sientes así como con mucha energía para pelear” (EN4-P98)*

*“Porque se siente bien, se siente como si estuvieras libre... como que nada te detiene. Es como si tu mente dijera: “si empiezas ahora, debes terminar”. Y te sientes bien, se siente muy bien. Se siente que todo lo que aprendiste, lo sueltas, se lo muestras a todos. Eso se siente muy bien, con contacto.”(EN4-P100)*

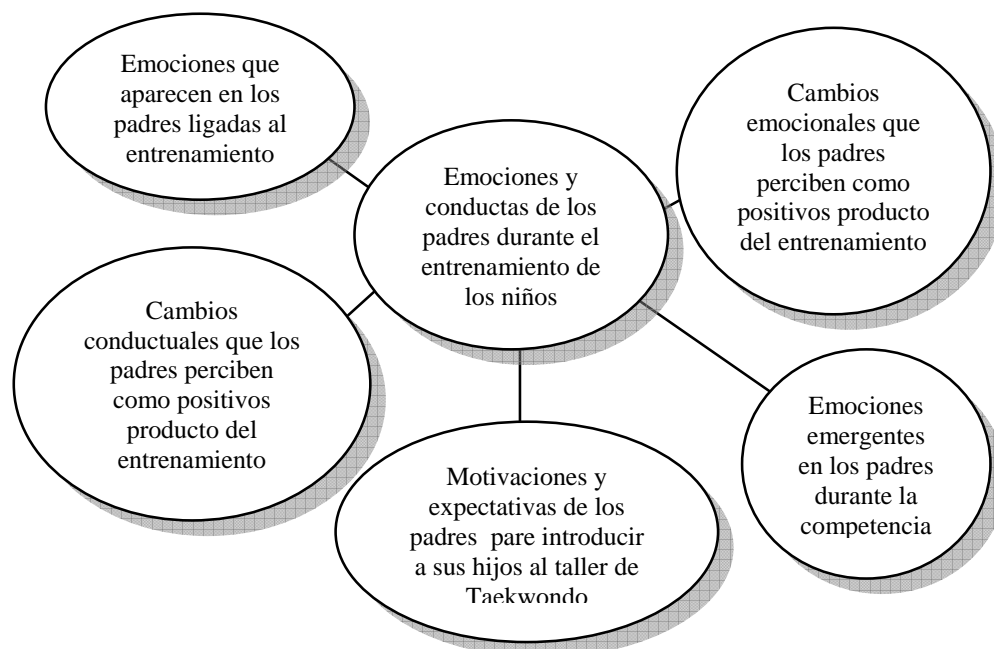
Como segundo punto, se escuchan relatos referentes a emociones como nerviosismo y miedo frente a lo que implica una situación en la que se sienten observados por todos lados, lo que en ciertos casos, se describe como una situación que fomenta la ansiedad, a lo que agregan el nerviosismo de encontrarse en una competencia de combate, donde pueden salir eventualmente lastimados. Estas emociones de ansiedad y nerviosismo pueden leerse en el relato de unos de los niños entrevistados.



*“Decía oh!... Cuando iba, no sé, en el auto me tiritaba la pierna porque no... me daba como cosa ir para allá... Y toda la cuestión y me da, no sé, no sé nada, si ir al torneo... hm... Cuando, cuando llegué o al menos vi el lugar... era, que era grande así... Entonces dije ¡oh!... Que grande esta cuestión, entonces ya!... cuando entre vi los tatami, que son superficie donde se combate... y... nada me puse más nervioso aún más nervioso, porque aparte estaban los asientos justo ahí y dije ah! todos me van a mirar ¡qué cosa! Y toda la cuestión. Entonces, fue más... más nervioso estar ahí (EN3-P113-114)*

*“Sí... me ponía más tenso, me sentía más, más... eh... no, como que te daba más cosa intentar de hacerlo, como que te daba más cosa... eh entonces, cuando me subí a la arena o el tatami, ahí se me quitaron todos los nervios ya...él, el que dirigía la pelea eh... cuando recién dijo, ahí ya! Combatan y toda la cuestión, tuvimos que Ahí ah! Me, me sentía más nervioso, aunque no me tiritaba la pierna, me sentía un poco más relajado que antes... ya a veces me daba cosa, así dije ya! y mostré un poquito la pechera y ah! Me tiró una patada y Wa! punto y miraba una pantalla donde decían los puntos que marcaban y... y eso. Después, cuando terminó la pelea y me di cuenta que, yo cacho que de pura suerte gané...” (EN3-P125)*

#### 04-Emociones y conductas de los padres durante el entrenamiento de los niños



En este núcleo se hace referencia a los relatos de los padres respecto de cómo ellos perciben el entrenamiento de sus hijos, cuáles son las emociones que les surgen a ellos como parte del proceso, sus expectativas y motivaciones, así como también los cambios que ellos perciben en sus hijos y cómo estos cambios influyen de manera positiva o negativa en la relación que ellos establecen con ellos en su interacción diaria.

Dentro de las **motivaciones y expectativas de los padres a respecto del proceso de los niños dentro del taller de Taekwondo**, los padres entrevistados hacen referencia a distintos puntos. Se escuchan en las entrevistas, declaraciones que aluden a la importancia que dan algunos de los padres al desarrollar habilidades para

defenderse frente a situaciones de riesgo, principalmente en el colegio, en donde la expectativa se pone en que estas habilidades a su vez, desarrollen la confianza necesaria para desarrollar una personalidad segura de sí misma frente a los denominados “matones” existentes en entre los compañeros de clases. El siguiente relato de uno de los padres entrevistados da cuenta de este tipo de interés.

*“Bueno lo principal es que aprendieran a defenderse. Decía que tuvieran las herramientas para como pa’ poder defenderse de alguien, de algún ataque, de algún compañero que fuera molesto, que está muy de moda el “bullying”, entonces no... que es “matonaje” en realidad, aunque antiguamente se conocía como matonaje, ahora le pusieron un nombre más... se ve más bonito, pero sigue siendo matonaje y como es ahora y como se ve antes. Pero, básicamente eso que aprendieran a defenderse, que tuvieran esa arma por dentro...” (EP3-P34)*

En los relatos es posible también escuchar interés respecto de la necesidad de realizar alguna actividad deportiva por parte de los niños, como una forma de mejorar su calidad de vida.

*“En primera instancia fue por el tema de su peso, porque él tenía problemas de hipotiroidismo, por lo tanto teníamos que buscar una actividad que lo tuviera siempre en movimiento y nos dimos cuenta que al final no era sólo por el tema del peso sino que tener mejores relaciones sociales con sus amigos, que se explayara*

*más y que fuera algo que a él le gustara y no fuera obligado donde él iba para poder bajar de peso, para tener mejor conducta”(EP1-P2-3)*

El desarrollo de valores y emociones como la confianza, el valor, el compañerismo son algunos de los que los padres entrevistados nombran como parte de lo que ellos esperan que sus hijos aprendan durante las clases del taller.

*“Mira... yo creo que en realidad lo que... en teoría y en todo lo que a lo mejor te comenté eh... ese es lo que uno percibe y lo que uno quiere que aprendan sus niños... o sea todo lo que uno... eh... la confianza, los valores, el no tenerle miedo a enfrentar los problemas, es un tema que como papás nosotros queremos que los niños aprendan. Y si practicar tae kwon do hace que esa... esos valores y todo eso que te pueda comentar, se genere o se amplíe, bienvenido sea para nosotros y bienvenido sea para los niños. Que es lo que a nosotros nos mueve, o sea todo esto es en base a los niños (...).” (EP3-P46)*

Producto de estas expectativas y la forma en que se cumplen en mayor o menor medida, es que podemos observar algunas **emociones que aparecen en los padres ligadas al entrenamiento**, las cuales se manifiestan de acuerdo a sus relatos, en primer lugar como la adquisición de un compromiso respecto de la participación activa en el proceso que viven los niños. Así, se da a entender que no son sólo los niños los que están involucrados en el taller, sino que también los padres de ellos, quienes los acompañan en distintas instancias que se generan, tales como

competencias, seminarios, exámenes, exhibiciones y cualquier actividad relacionada con el entrenamiento.

*“Yo si... me involucro harto... en realidad yo me involucro en todas las cosas que tengan que ver con las niñas... eh... si es tae kwon do, yo me involucro con ellas, las ayudo y las apoyo, mi señora igual. Vamos a estar siempre con ellas ahí, pero somos de eso que estamos súper metidos adentro. Si nos gusta estar, si tienen que ir a algún torneo, vamos con ellas; si tienen que salir a lo mejor a alguna exhibición, vamos con ellas; si hay que llevarlas a algún seminario, vamos con ellas... pero a mí también me involucró el tema, saber que a lo mejor existía la posibilidad de que... de que se hicieran clases a los padres en su momento (...)”*  
**(EP3-P41)**

En base a este participar activamente en el proceso, se manifiesta en cómo perciben los cambios que se van desarrollando en los niños y el cómo estos cambios, también los afectan a ellos, en términos de una mayor seguridad frente a lo que ven que sus hijos realizan y cómo esto les posibilita aumentar su seguridad. Vale decir los padres de los niños relatan sentirse más seguros al ver y comprobar desde la participación, que sus hijos se sienten más seguro de sí mismos y son capaces de desenvolverse de manera eficaz frente a diversas situaciones. Además de esto, dan importancia a la concentración que dicen, aporta el entrenamiento a sus hijos, de modo que finalmente toda emoción que pueda aparecer en los padres durante el entrenamiento, proviene de un cambio emocional y/o conductual en los niños.

*“Qué imagen se me genera. Me da como más seguridad, pero en sentido de que él se... yo veo esa parte de lo que es artes marciales como una defensa personal, como que él se pueda desenvolver en algún minuto en un problema o algo sin salir... sin salir lastimado, tampoco lastimando a los demás, pero sin salir lastimado. O sea, lo veo como que tiene mayor seguridad en él. No lo veo, a ver... no creo que sea un arma de... que pueda hacer mucho daño a la gente, pero si se puede defender él, sin, o sea sabiendo que con la práctica, obviamente hay técnicas y hay cosas que son mucho más... como se llama... o sea pueden provocar daño. (...) Y el deporte este en sí, que necesita disciplina, que necesita cierta concentración y esas cosas le ayudan a él, lo ayudan de todas maneras. Para mí que este ejercitando eso es más concentración, es una... es un foco de defensa para él, básicamente es eso.” (EP4-P10)*

De este modo, existen **cambios emocionales que los padres perciben como positivos producto del entrenamiento** y que hacen referencia a procesos de antes y después en los niños. Dentro de esta categoría, encontramos como puntos centrales, la forma en que los niños afrontan los problemas, los que de acuerdo a los relatos de los padres entrevistados hablan de un cambio en la emoción a la base del actuar de los niños, lo que se da mayormente frente a situaciones de estrés, como puede resultar el hecho de que alguien lo moleste y frente a lo cual, aquella acción que se desencadenaba producto de una emoción, ha cambiado a lo largo del progreso en el

taller. Por otro lado, se destaca el cambio que se genera en algunos de los niños respecto de su autoestima y su confianza en sí mismos.

*“¿En cómo las aborda, cómo las enfrenta? Ya, si bien es cierto él tiene un tema X con alguien, si lo molestan, no lo molestan... basémonos en el tema de que lo molesten. Antes como yo te decía, él lloraba, ahora no, ahora él no llora, él busca la forma de solucionarlo... primero conversa, o trata de conversar. Cuando no se puede, insiste en que las cosas se tienen que arreglar, insiste y cuando no ve ninguna solución, él enfrenta a la persona en sí, enfrenta su miedo” (EP1-P20).*

*“X no es muy rabieta, y así como rabieta... su rabia salía así como explotarla en llanto. Por todo lloraba. Sentía rabia y lloraba. Ahora en cuanto a rabia reaccionar no lo veo que reaccione tan así como tan agresivo. Cachay. Pero sí cuando tiene rabia él dice las cosas: ¿por qué yo?, ¿por qué a mí? ¿Por qué siempre yo? Por último, que nunca es él siempre. Pero él habla y, así como explotó, se calmó. Y se le pasó. Antes no, antes quedaba ahí y se ponía rojo y se quedaba callado y como que apretaba los dientes, como que... y se quedaba y se chupaba entero.” (EP2-P41)*

*“En todo ámbito. Yo creo que globalmente influye, como te digo en su autoestima también, en su confianza, en saber que están apoya’ cien por ciento en lo que hacen y que siempre van a estar con los papás atrás, que las van a estar apoyando y dándoles ánimo. Globalmente, para nosotros ha sido... es, sigue siendo*

*una muy buena experiencia con ellas. O sea, como experiencia hasta ahora, ha sido muy, muy buena. Yo creo que va a seguir igual a adelante y es un tema que vamos a ir ganando experiencia de aquí en adelante y ganando mucha más confianza, que es lo que nosotros buscamos.” (EP3-P38)*

*“A ver, X ha estado como más, un poco más... eh... haber no sé si es participativo la palabra, pero ha estado como más integrado... a nosotros de cierto modo... más que nada es eso, como que ha tenido como, como que tiene otro desplante, tiene mayor desplante de aquel que tenía antes... acá era como un poco más retraído, era un poco más tímido, un poco más callado. Ahora como que se soltó un poco, no sé si tiene que ver con un tema de más confianza en él y esas cosas.” (EP4-P2)*

Al igual que en el núcleo referente a los cambios percibidos por los niños, en que se relaciona la emoción con la conducta, también respecto a este apartado podemos mencionar **cambios conductuales que los padres perciben como positivos producto del entrenamiento**, en los cuales se concretiza por medio de una acción, alguna de las emociones que los padres observan en los niños durante el entrenamiento.

*“Aprendió a ser más independiente...rotundamente aprendió a ser más independiente, es un niño que vive siempre en actividad...Porque antes X era un niño súper sedentario para sus cosas. Él no salía de la bicicleta y el*



*computador...ahora existe el correr, el jugar, el saltar, el gritar y se ha desenvuelto mejor. Yo creo que se desenvuelve mucho mejor, tanto en el colegio como en la casa, con su hermano.” (EPI-P11-12)*

Como hechos concretos, se destacan cambios en relación a la responsabilidad frente a los compromisos adquiridos, en los que los padres describen a sus hijos como “más maduros” y capaces de hacerse cargo de decisiones como la de ir o no a entrenar, además de un cambio en las relaciones con los padres, en donde algunos de los entrevistados destacan como importante, una mayor apertura a la conversación por parte de los niños, una mayor apertura a expresar lo que sienten y en relación a la forma en que interactúan con sus hermanos, lo que, según el relato de los padres, ha mejorado de manera considerable. Destacan también el hecho de que los niños han disminuido sus niveles de agresividad frente a situaciones puntuales, frente a las cuales tenían, sin llegar a la violencia, si presentaban problemas para controlarse, como pueden ser dificultades en el colegio, con sus hermanos y frente a una decisión de sus padres.

*“...y en cuanto a sus responsabilidades ese es un tema que igual él sabe, o sea, lo veo comprometido con un tema. Él llega y yo se que él se va a su a su práctica eh... por ejemplo a veces soy yo la que a veces me digo ya hoy día no y es como que no mamá tengo que ir...entonces eso me he dado cuenta de que él asumió su rol, asumió su responsabilidad y en realidad como eso, a él lo veo como más maduro, o sea tendrá que ver con esto y con la etapa de ir creciendo, esto como*

*apoyo quizás, pero él en si ha cambiado harto o sea esta más lo veo un poquito más hombre, o sea no lo veo como tan mamón... ¿cachay?” (EP2-P4)*

*“En conversaciones, por ejemplo, en... eh... en actos en sí, actos de la vida cotidiana. El X era, por eso te digo que X era como un poco más retraído, entonces ahora como que se ha soltado mucho más, como que habla más de lo que hablaba normalmente, pero habla más. Se defiende más, la Y era un, una cosa seria... él ahora con la Y como que no permite que la Y lo pase a llevar o cosas así, cosa que la Y hacia...” (EP4-P4)*

*“De manera positiva de todas maneras, de todas maneras de forma positiva, o sea en ningún caso negativo. De hecho el X, por ejemplo... a ver podría a verse puesto más... a ver, agresivo en cierto modo se ha puesto, pero no en el sentido yo creo que no va por un tema del entrenamiento, yo creo que va por un tema de la edad. O sea, yo creo que eso es un proceso y los niños pasan por ciertas edades y claro. Pero no ha tenido la agresividad por ejemplo... eh... física de ocupar lo que él sabe en contra de alguien; en este caso su hermana, su hermano, con nosotros, no sé, no lo ha hecho.” (EP4-P43)*

Además de lo anterior, el espacio de entrenamiento en que los padres se describen como participantes activos, implica que como parte de estas actividades, en ocasiones deban asistir a torneos en los que los niños del taller compiten. Bajo este ambiente es posible describir cuáles son las **emociones emergentes en los padres**

**durante la competencia**, y de qué manera ellos generan interpretaciones de los procesos que viven los niños en esta instancia.

En términos generales, los padres entrevistados describen la experiencia de ver en competencias a sus hijos como estresante, esto en función de que relatan estar en presencia de cómo les están pegando a sus hijos en un espacio que, si bien se encuentra normado, puede aun implicar lesiones producidas por algún golpe. Respecto a esto, hacen reflexión acerca de lo que para ellos significa ver a sus hijos en ese espacio y de la aparición de emociones como angustia, ansiedad y miedo. Sin embargo describen que además de este tipo de emociones que relacionan con el riesgo que implica la competencia, les surgen otro tipo de emociones, ligadas a la alegría de ver a los niños enfrentando lo que los padres describen como un desafío que son capaces de afrontar de manera independiente y tomando sus propias decisiones. Esto, según las entrevistas resultó en una experiencia agradable para los padres, en la cual independiente de la angustia que pudieran sentir, se tradujo en un sentimiento de orgullo respecto a los logros de sus hijos y de sus compañeros, coincidiendo en la importancia de brindar apoyo y estar presentes para apoyarlos en la competencia.

*“Eso fue angustiante, o sea como mamá en pocas palabras sentir que de otro modo le están sacando la cresta a tu hijo no es fácil. Cachay. Pero más allá uno tenía que verlo como la experiencia de que su hijo estaba dando un paso, que estaba enfrentando un desafío, más que el hecho de que alguien le pegara, era un desafío*

*con él mismo. Porque si bien, no es que le hayan pegado, porque existían protecciones ya que no quedó con ningún moretón ni nada por el estilo, pero era un desafío con él mismo, era un desafío a ser algo, a enfrentarse a algo nuevo y creo que lo hicieron bien. Uno sufre, porque uno lo ve, o sea, uno en ese minuto no piensa en el desafío ni en la frustración, simplemente, no piensa.” (EP2-P44)*

*“Claro, diferente y es extraño saber que a tu hija, no sé, va a una batalla con otro niño que tienes que, no se po’ tirar patadas, defenderse hacer muchas cosas. Te emociona a su vez te genera alegría, o sea la emoción propia de la alegría en realidad. Que tú dices oye, que rico ver a tu hija así. Así me gusta que se comporte, que siga pa’ delante, que vaya al frente, que no se achique ante nada, o sea que sepa que esta su papás también atrás, que la están apoyando, que están haciéndole barra y que, no también sus papas, sino que también sus compañeros, esta su entorno que estábamos conversando recién, sus compañeros, su... el papá, los papás de los demás niños, que también están haciendo barra, apoyándolos.” (EP3-P27)*

*“A ver, yo creo que en ese, verlos como competencia viva es como un orgullo así como ¡gua! es mi niño y va ahí dando la pelea, pero igual un poco de temor, porque es un, es como es un deporte brusco, o sea puede haber accidentes como en todos a lo mejor, pero como el tuyo, es como mas no se po’ si uno de los niños se sale de las reglas, puede dañar al otro, lo puede dañar. Entonces ahí como que uno como que un poquito aprensivo con el tema de que vayan a dañar al X por ejemplo.*

*Pero me gusta verlo a él... eh... contento de los logros. (...) Entonces yo creo que para el que nosotros fuéramos a la competencia y que lo hayamos avivado, tiene que haber sido muy bueno, digamos. Pero verlo a él en sí en la competencia es como... naa son sus metas, (...) y el aliento del y las ganas de seguir y como que queda entusiasmado, me gusta a mí, por lo menos la vez que yo fui a verlo me gustó ver su reacción y todo”. (EP4-P18)*

## **5.2. Análisis e interpretación de los resultados en función de los objetivos de investigación.**

Luego del análisis de resultados, daremos curso al análisis por objetivos para entregar así un panorama general de la recolección de la información en función de los lineamientos planteados en esta investigación.

En primer lugar y en relación al objetivo específico 1, el cual corresponde a *“Conocer las dinámicas relaciones-emocionales que se generan en el entrenamiento de Taekwondo de un grupo de niños de un taller vecinal”*.

El inicio de este análisis comenzará mencionando las dinámicas relacionales-emocionales que aparecen en el espacio de entrenamiento que se da en el taller de Taekwondo. Dentro de estas dinámicas es posible observar compañerismo, complicidad, apoyo emocional y cariño. Para un entendimiento más acabado, a

continuación se presentará cada una de estas dinámicas de manera más extensa y en función de los comportamientos que fue posible registrar en las entrevistas.

### **Compañerismo**

Al hacer referencia al *compañerismo*, se alude a una dinámica relacional en la que los niños integrantes del taller se apoyan mutuamente en distintas situaciones que pueden ir desde el saludarse antes y después de hacer algún ejercicio, hasta el ir a celebrar actividades fuera del contexto del entrenamiento. El comportamiento de los niños apunta a un fuerte compromiso por el compañero que tienen a su lado, respecto de tratarlo con respeto, incluso en situaciones en las cuales se enfrentan en un combate. En este sentido se produce un fenómeno muy especial puesto que las situaciones en las que combaten, suelen ser propiciadoras de encuentros en los que la amistad entre ellos se ve más afiada. Por otro lado, en instancias como la participación en torneos, esta dinámica se ve especialmente reforzada puesto que se comparte un espacio común en donde no sólo compite quien están en el cuadrilátero, sino que se genera un ambiente en donde todos se apoyan, ya sea en la victoria, destacando lo positivo, como en la derrota, animándose entre ellos y ofreciéndose consuelo frente a esta. Otro espacio importante en el que se desarrolla esta dinámica, tiene que ver con la participación de los padres en el grupo, quienes fomentan espacios en los que los niños compartan fuera de los entrenamientos, organizando distintos tipos de actividades, tales como cumpleaños, paseos, completadas, etc, las que tienen como objetivo fundamental generar lazos más fuertes entre los niños que

practican.

### **Complicidad**

Este tipo de dinámicas se dan en el contexto del “desorden” de la clase. En ocasiones, durante los recesos, suelen hacer caso omiso a los llamados de su instructor, lo que les provoca risa, además de un momento en el que, basados en el espacio que se genera, fortalece el vínculo de confianza que existe entre ellos, lo que va de la mano del compañerismo del que se hizo mención con anterioridad. Uno de los puntos fundamentales en esta complicidad, tiene que ver con los tiempos muertos de la clase, los cuales no sólo corresponden a los recesos, sino también a períodos en los que se genera la transición de un ejercicio a otro.

### **Apoyo emocional y cariño**

Si bien se mencionó como parte de la dinámica del compañerismo, el apoyo emocional en sí mismo debe considerarse como una dinámica relacional importante como parte del proceso de desarrollo de los niños. El hecho de sentir que sus compañeros los apoyan frente a distintas situaciones, genera sin duda un ambiente de bienestar en el que es posible desarrollar una clase mucho más agradable y en donde el aprendizaje se vuelve mucho más fácil, puesto que no hay temor de preguntar lo que no se sabe. Por otro lado, el apoyo que tanto padres como niños se brindan mutuamente en las actividades de competición, resulta fundamental al momento de

ver nuevas configuraciones en el comportamiento de los niños que practican. Uno de los ejemplos más claros está en el relato de uno de los niños quien declara la importancia del apoyo de sus compañeros como parte de la diversión que implica participar en un torneo. Por otro lado, se observan conductas deferentes con los demás compañeros, que van más allá de la instrucción de hacer una venia o dar un saludo, sino que se configuran como parte esencial del vivir cotidiano de la clase de Taekwondo, en donde sus miembros, tanto niños como padres, se encuentran

Como es posible apreciar, las dinámicas relacionales-emocionales que se generan en el entrenamiento, apuntan a generar un espacio en que los niños, además de sus padres, son llamados a compartir en la vivencia de la cooperación y no sólo de la competencia o de la individualidad del trabajo en solitario, en un espacio en donde la emoción del otro es recibida, aceptada.

Con respecto a objetivo específico 2 que corresponde a “*Describir cómo perciben los niños las dinámicas relaciones-emocionales que se generan en el entrenamiento*”.

A la luz de los resultados obtenidos en las entrevistas, es posible afirmar que los niños perciben las dinámicas que se dan en el entrenamiento en función de distintos factores. Uno de ellos es la dificultad inicial que describieron para establecer relaciones con los demás. Esto se dio fundamentalmente en los niños que no formaron parte de la creación del taller, por lo que al llegar, se encontraban en un



espacio en donde los cinturones distinguían a los más antiguos y con experiencia, lo que en primera instancia se convirtió en motivo de temor. Sin embargo y, como parte del proceso de identificación del cual fueron parte, se generó un proceso de integración que contribuyó fuertemente al afiatamiento de los niños nuevos, quienes finalmente hacen referencia al miedo de la “primera impresión”. Por otro lado, describen tener una percepción agradable de las actividades que se desarrollan en el taller, situando algunos hitos como más emocionantes, en función de que durante estos, el grado de exigencia de las clases se vuelve mayor. Tal es el caso de los exámenes para subir de grado, en donde se ponen bajo evaluación las habilidades y destrezas que a lo largo del entrenamiento han ido desarrollando. Además de esto, describen también la instancia de los torneos como un espacio en el cual les gusta mucho participar, a pesar del nerviosismo que les hace sentir. En este sentido la percepción de los niños se reafirma como una sensación de agrado, en donde reafirman el deseo de continuar con su entrenamiento y seguir avanzando, además de conocer más personas con las que puedan compartir y enfrentarse, con el fin de aprender más acerca de la disciplina que practican y mejorar como personas.

Además de lo anterior, los niños hacen referencia a importancia de tener amigos dentro del taller, además de contar con un espacio en donde puedan relacionarse con ellos como lo es el taller de Taekwondo. Espacios como estos, los reafirman en su seguridad al ser capaces de mostrar sus habilidades y compartirlas con el resto de sus compañeros, además de la posibilidad de aprender de los que saben más o llevan más tiempo entrenando. Esto resulta de suma importancia, puesto

que el aprendizaje que se genera entre ellos los hace sentirse más seguros de sí mismos y capaces de enfrentar situaciones en las que anteriormente no hubieran sabido cómo actuar. Esto da cuenta de una modificación en la forma en que los niños se relacionan tanto con sus compañeros como con sus padres y sus pares. Dentro de este ámbito los niños perciben como importante la capacidad de distinguir en qué momento están siendo “pasados a llevar” por otro y de qué manera actuar de acuerdo a la situación que se presenta, aunque esto implique que eventualmente deban utilizar o aprendido durante el taller.

En relación al objetivo número 3, “*Conocer las percepciones que tienen los padres de los niños que practican en el taller, respecto de los procesos relacionales que se generan en el entrenamiento*”, es posible afirmar que las percepciones que tienen los padres respecto de los procesos vividos por los niños pueden ser vistos de acuerdo a las motivaciones y expectativas de los padres para introducir a sus hijos al taller de Taekwondo y en función de la forma en que estas se han cumplido. Además de lo anterior resulta importante conocer las percepciones de los padres en función de las emociones que les aparecen durante este proceso, por lo que se tratará este punto de manera independiente.

### **Motivaciones y expectativas de los padres**

Dentro de las motivaciones de los padres, se describe principalmente la preocupación de estos por el constante acoso que reciben los niños hoy en día en los

colegios, por lo cual una de las opciones más factibles es integrarlos a un taller en donde se enseñen técnicas de auto defensa. Por otro lado, algunos de los padres de los niños, los integraron al taller con la expectativa de que aprendieran a confiar más en sí mismos y modificar ciertos comportamientos que presentaban tales como hablar bajo o no hablar, baja motivación para realizar actividad física. De acuerdo a esto, es posible apreciar que los motivos para integrar a los niños al taller de Taekwondo responden a necesidades en el modelamiento de algunas conductas. En este sentido, los padres de los niños dan cuenta de modificaciones en el actuar de sus hijos, a quienes describen con una mayor capacidad para tomar decisiones, mayor participación y compromiso con distintas actividades, una mejor condición física y lo que ellos perciben como un mayor grado de seguridad en sus hijos. A modo de ejemplo es posible rescatar uno de los relatos de los padres, quien observó en su hijo, ciertas modificaciones conductuales que dan cuenta de un mayor grado de seguridad en sí mismo. Según cuenta esto lo puede ver en el mayor grado de participación en las clases del colegio que, de acuerdo a comentarios de su profesora jefe, ha tenido el niño. Desde esta mirada, los padres significan el entrenamiento de Taekwondo como una actividad que influye positivamente en el cómo sus hijos generan dinámicas relacionales-emocionales con otras personas, que si bien se generan en el espacio de entrenamiento, también son aprehendidas por los niños y puestas en marcha en otras situaciones dependiendo el contexto.

Otro ejemplo respecto percepciones de los padres, es sobre cómo los niños reaccionan frente a situaciones de agresividad. En este sentido, estos describen un

modo distinto de por parte de los niños, caracterizado por una percepción de seguridad frente a situaciones de riesgo, principalmente en el contexto escolar. En este sentido, los padres se muestra alegres de ver comportamientos de empoderamiento en sus hijos, principalmente porque las relaciones y la autonomía en éste contexto es uno de los puntos que más les preocupa desarrollar en sus hijos.

### **Emociones de los padres**

Sin lugar a dudas que cada una de las expectativas con que los padres llevan a sus hijos al taller de Taekwondo, está a construida a la base de una emoción, que en última instancia es la que los conduce en el fluir de la vida. En relación a esto, los padres manifiestan emociones de alegría y orgullo al ver a sus hijos participar del taller y de los logros que a sus ojos, han alcanzado. Situaciones como el hablar más alto, hacer escuchar su opinión, defenderse de una agresión o participar en un torneo – independiente del resultado en función de medallas – han sido motivo de emociones de alegría, satisfacción, apoyo y compromiso por parte de los padres hacia sus hijos, incentivándolos a seguir participando. Estas emociones contribuyen de manera recursiva a generar espacios de bienestar en que los niños a su vez, se sientan más apoyados y comprometidos con su propio proceso de aprendizaje, en lo que podemos describir como el proceso de formación de una persona más que de un deportista o un combatiente.

Cada una de las percepciones que tienen los padres respecto de las dinámicas relacionales-emocionales que se desarrollan en el taller de Taekwondo, hablan de espacios en los que se propicia el bienestar en tanto los niños aprenden a vivirse en la aceptación de sí mismos como personas, lo que constituye el primer paso para la aceptación de los demás.

Por último, respecto del objetivo específico número 4, *“Describir las configuraciones conductuales relacionadas con el bienestar, observadas en los niños a lo largo del entrenamiento”*.

En relación a este punto, es posible distinguir configuraciones descritas tanto de los padres como de los niños que participan en el taller de Taekwondo. Estas configuraciones desde el relato de los padres, hablan de procesos que comparan las conductas de los niños desde que estos iniciaron su entrenamiento hasta el punto en que se encuentran en el presente, remarcando la influencia de estos procesos en el bienestar de los niños. Por otro lado, respecto de los relatos realizados por los niños, las configuraciones de conductas observadas, si bien son similares a las destacadas por los padres, agregan un elemento que se encuentra relacionado exclusivamente con ellos, a saber, los cambios físicos producidos por el entrenamiento y cómo ellos los significan, además de cómo se relacionan con las modificaciones en las conductas que describen.

Desde la mirada de los padres, existen configuraciones que aparecen en el

comportamiento de los niños que son descritas como positivas. Estas configuraciones hacen referencia a comportamiento de los niños que comenzaron a darse como parte del proceso de entrenamiento y en un continuo de manera progresiva. Así tenemos que dentro de estas configuraciones se encuentra el *deseo de enfrentar nuevos desafíos*, a esto se refieren con el hecho de que los niños se encuentran en un espacio en que constantemente los pone frente a un compañero que puede tener mayores o menores habilidades y con el cual deben realizar combates. Esto es percibido por los padres como positivo debido a que lo extrapolan a otras situaciones de la vida cotidiana en donde han visto a sus hijos desenvolviéndose de manera segura, con prudencia y con mayor soltura frente a situaciones en las que con anterioridad no lo lograban. Desde esta óptica, describen que durante el proceso de entrenamiento se generan nuevas configuraciones en las conductas de los niños que los afectan de manera global y no sólo en un ámbito. Respecto a esto, hacen referencia a maneras de establecer relaciones en donde no sólo está implícito lo emocional, sino que a su vez se ve involucrado lo físico. Ejemplo de esto es lo descrito en el apartado del objetivo 3, donde se comentó que dentro de las apreciaciones de los padres, es profundamente valorado el observar en sus niños conductas referentes a la capacidad de defenderse en contra de agresiones por parte de sus compañeros de colegio, o bien el observar en ellos un mayor grado de participación en una actividad específica.

En estrecha relación con el enfrentar nuevos desafíos, se encuentra el *reconocer las propias habilidades y potenciarlas*, que también aparece dentro del relato de los padres como una de las configuraciones ligadas al bienestar que se

generan dentro del espacio de entrenamiento. Cuando los niños se reconocen a ellos mismos como capaces de desarrollar una técnica de alta dificultad técnica o lograr seguir una instrucción, se validan como individuos capaces de generar logros. Este ámbito es de suma importancia para los padres, puesto que se relaciona con el paso de una personalidad heterónoma a una autónoma, con el consiguiente crecimiento emocional que eso implica. En palabras de los padres, esto es importante puesto que les da a los niños, más y mejores herramientas para valerse por ellos mismo, lo que a la larga es el mejor regalo que ellos como padres les pueden entregar.

Dentro de las configuraciones conductuales que observan los niños como parte de su entrenamiento, quizás la mayor diferencia que se observa en relación a las descripciones hechas por los padres entrevistados, hace referencia a cómo los niños perciben nuevas configuraciones conductuales producto de los cambios físicos producidos por el entrenamiento. Desde una mirada integradora, los cambios físicos influyen en la manera en que nos movemos por el mundo, por lo que no es de extrañar que a partir de este hecho, se desarrollen nuevas formas de moverse por el mundo, las cuales, de acuerdo al relato de los niños, influyen también en la forma en cómo se emocionan y cómo se comportan.

Los niños también hacen referencia a que enfrentan nuevos desafíos, describiéndolo como parte del proceso de entrenamiento y en algunos casos, haciendo la analogía con situaciones de la vida cotidiana. En este sentido, hacen mención a la importancia de sentirse seguros en el día a día y en relación a las

actividades que realizan. Desde su visión, el enfrentar nuevos desafíos los hace sentirse con energía para llevar a cabo distintas actividades es importante y surgen a partir de esto emociones de satisfacción, alegría y felicidad. Por otro lado los niños describen conductas ya revisadas en el objetivo número 1, tales como el compañerismo, el que describen como uno de los fundamentos del trabajo agradable que se genera en el taller de Taekwondo. A modo de ejemplo, los niños describen la importancia de entrenar en un espacio que propicie la interacción por sobre todas las cosas, tanto en el entrenamiento como en la participación en competencias. Desde esta descripción es posible dar cuenta de la necesidad de interacción como parte de los espacios relacionales que busquen generen bienestar. Dicho de otro modo, cualquier espacio en que los niños entrenen de manera aislada, puede considerarse un espacio en que no se propician las dinámicas necesarias para fomentar el bienestar.



## 6. CONCLUSIONES Y DISCUSIÓN

Luego de haber realizado la revisión teórica de los conceptos implicados en el desarrollo y práctica del Taekwondo y de haber conocido de manera empírica los relatos, expectativas, emociones y modos de relacionarse de un grupo de niños que practican esta disciplina, además de las experiencias y apreciaciones de sus padres, que nos acercamos al punto de responder a la interrogante que guía esta investigación.

**¿Cómo influye el entrenamiento del Taekwondo en el bienestar de un grupo de niños que participan en un taller vecinal?**

Durante el proceso de desarrollo de esta investigación, ha sido posible descubrir las vivencias, emociones y expectativas de un grupo de niños y sus padres, los modos en que se relacionan y comparten el espacio que se genera dentro del entrenamiento de un taller de Taekwondo.

Al adentrarnos en las dinámicas emocionales-relacionales que se dan en el entrenamiento del Taekwondo y el cómo estas son percibidas por los niños y sus padres en tanto procesos relacionales, es posible ver que se generan dominios que guardan relación profunda con la filosofía a la base del Taekwondo y que se encuentran relacionados firmemente con el bienestar de los niños que practican. Estos mismos dominios a su vez generan configuraciones conductuales no vistas con

anterioridad en los niños por parte de sus padres y que nos hablan acerca de los beneficios que a nivel relacional reviste este tipo de actividad.

De acuerdo a las revisiones hechas en el marco teórico de esta investigación, la palabra Taekwondo, proviene de los vocablos Tae; que significa pie, Kwon; que significa mano y Do; que significa camino. De este modo entendimos el Taekwondo desde lo literal como el camino o la forma de usar pies y manos. Si consideramos la implicancia que tiene la filosofía a la base de los tres vocablos que componen la palabra, y lo contrastamos con las declaraciones hechas tanto por los niños entrevistados y sus padres, ya no nos encontramos solamente con la literalidad que implica pensar el término como el camino – o forma – de usar los puños y los pies, sino que podemos ampliar la mirada y vemos inmersos en un dominio en que las manos y los pies pueden ser utilizadas para mucho más que golpear. Si adecuamos esto al contexto en que se generan los entrenamientos, podemos pensar en un espacio relacional-emocional en donde nos encontramos con una actividad que propicia nuevos espacios de encuentro y de juego, en donde el uso de las manos y los pies no se encuentra limitado a dar golpes y patadas, sino que – y de acuerdo a los mismos relatos de los niños y sus padres – se amplía a un espacio en donde los pies se pueden usar para caminar juntos en una dirección común con el objetivo de mejorar por medio de la cooperación y donde las manos pueden ser consideradas como herramientas que se utilizan para construir relaciones, en el acto de tomar las del otro, en un espacio en donde el apoyo y el compañerismo, tanto en la celebración de la victoria como en el sabor amargo de la derrota se hacen presentes como parte del

día a día. Nos encontramos entonces en un espacio en que el otro en tanto ser humano es aceptado y por lo tanto validado en la legitimidad de su ser, donde el espacio que se genera, propicia actitudes como el compañerismo, el respeto por el otro, el enfrentar las dificultades y la cooperación, las cuales son actitudes fundadoras de bienestar.

Dentro de las características antes mencionadas, nos encontramos con que corresponden a la filosofía a la base de las artes marciales y en este caso en particular, del Taekwondo. En el espacio en que desarrolla el entrenamiento, se genera un encuentro en donde ser débil, suave, pequeño o lento no se mira de forma peyorativa, sino que se considera y válida como parte de un proceso en el que cada una de las partes – en este caso, niños – juega un rol fundamental en la cimentación de una personalidad orientada a la integración de esta dualidad de la que se habla en pensamiento sobre el cual se cimenta el Taekwondo. Cuando se hace referencia a términos como el Yin y el Yang. Recordemos que según Lee, Yin y Yang son opuestos complementarios que componen la unidad del universo. Así la noche es Yin y el día es Yang y ambos, día y noche, constituyen en su complementariedad, un ciclo. Por medio de este principio, es posible entender el porqué los niños a pesar de enfrentarse y golpearse en un combate, no incurren en un acto violento, puesto que lo hacen con el fin de mejorar por medio de un proceso de cooperación, en donde el nivel de ambos se eleva de manera intrínseca, mientras que cuando nos referimos a un acto violento, lo entendemos como un acto en el que lo que se busca es menoscabar al otro, denostándolo ya sea de manera física o

psicológica por medio de ofensas y/o golpes. Del mismo modo y en complementariedad con el concepto de Ying y Yang, Kang-Yu hace referencia a la complementariedad existente y necesaria en la práctica, ya que en la práctica del Taekwondo, no es posible la tensión sin la distensión, por lo que los momentos tanto de la práctica como del combate están dados por una constante variación entre Kang y Yu por parte de los practicantes. Esto puede ser extrapolado a la vida cotidiana en función de las distintas actividades que se realizan durante el transcurso del día; acostarse, levantarse; subir, bajar; abrir, cerrar, etc. Lo anterior queda patente no sólo en el papel, sino que en las observaciones hechas por los padres de los niños, quienes hacen alusión a la importancia de encontrar espacios en donde sus hijos puedan manifestar sus emociones de modo que puedan ser modeladas y por medio de esto, generan espacios en donde algo que comúnmente es visto de forma negativa, se convierte en un espacio de encuentro, en el que no sólo participan los niños que componen el taller sino que también los padres que los acompañan y viven el proceso de desarrollo con ellos, en sus casas, en el día a día.

Lo anteriormente descrito genera un sentido de integración que se genera por medio del aprendizaje en conjunto, en donde además debemos recordar y destacar que los niños se encuentran en una etapa del desarrollo en donde resulta de suma importancia el trabajo con el otro en función de generar aprendizajes que les permitan desarrollarse de manera adecuada. En este sentido resultan importantes las apreciaciones de Vigotsky sobre la zona de desarrollo próximo y la forma en que esto se relaciona con la forma de aprender que se desarrolla en el taller. Esto porque

una de las apreciaciones que hacen tanto los niños como los padres es la influencia que tiene en el desarrollo de las habilidades de los niños, es el hecho de practicar con otros niños con más o menos experiencia que ellos. Si bien la zona de desarrollo próximo plantea que se logra un aprendizaje más rápido cuando se trabaja con individuos que se encuentran en un nivel superior del aprendizaje esperado, también se da otro tipo de fenómeno en el cual, aquel que enseña– aun teniendo un nivel de aprendizaje mayor que el compañero con el que practica – también desarrolla habilidades, entre las cuales los niños mencionan un desarrollo en la capacidad de observación. Si consideramos este alcance es posible pensar en la posibilidad que implica empíricamente el desarrollar habilidades de observación en los niños en contextos que les son cotidianos, como el escolar.

Tomando en cuenta la posibilidad de desarrollar las potencialidades de los niños, podemos pensar también en la contribución que el entrenamiento hace al desarrollo de una madurez, entendiéndola como la aceptación de la emoción como parte de lo que somos y hacemos y de esta forma es que se puede observar dentro de la práctica cotidiana en el entrenamiento del Taekwondo. Por medio de esta aceptación de las emociones y otorgándoles la espontaneidad que se genera en su fluir, es posible ver el desarrollo de un entorno amigable en que a pesar de generarse espacios en que se generan enfrentamientos, estos son de mutuo acuerdo, sin la intención de invalidar al otro como persona, sino que por el contrario, generar un instancia constructiva en la que ambos contendientes se encuentren como parte de un proceso de aprendizaje mutuo.

En los relatos de los niños y de los padres encontramos descripciones de emociones o sentires que conforman parte del entrenamiento, al constituirse como el fluir del vivir lo que se vive. Rememorando lo planteado por Maturana, podemos hacer referencia a que “lo que connotamos cuando hablamos de emociones son distintos dominios de acciones posibles en las personas y animales, y a las distintas disposiciones corporales que los constituyen y realizan” (Maturana, 1997. Pág.23). En otras palabras, las emociones o sentires que experimentamos guían el fluir de nuestro vivir en nuestra fisiología y corporalidad relacional en el entrelazamiento del fluir de nuestro de razonar y nuestro emocionar. Esto constituye una diferencia notable en relación a la forma en que comúnmente se desarrollan las actividades en otro tipo de contexto, en donde la manifestación de las emociones queda supeditada a la racionalidad y a conservar el estatus quo, en lugar de validar la emoción como parte integrante de un todo que genere bienestar.

Tal como lo plantea Rafael Echeverría, “a partir del supuesto de que estamos conformados por sustancias diferentes y separadas entre sí, a saber, la mente y el cuerpo, nuestra concepción tradicional de los seres humanos no ha sido capaz de decidir donde se sitúan las emociones” (Echeverria, 1994, citado en Flores, sin fecha). Y es en este no saber donde están las emociones es que radica uno de los grandes males de nuestra sociedad, el no sabernos en tanto corporalidad, puesto que si bien, existe un bombardeo constante en función de la imagen corporal por parte de

los medios de comunicación, esta imagen sigue siendo vista como una parte separada de un todo compuesto por lo físico, lo psíquico y lo emocional. Este tipo de mirada del mundo tan sólo limita las capacidades que se dan de manifiesto cuando se validan las emociones como parte de la existencia y se le dan el lugar que les corresponde, no como más ni menos que lo físico y lo psíquicos, sino como partes complementarias y que interactúan con el fin de “vivir sin esfuerzo en la unidad de toda la existencia en el hacer que surge del ver el presente cuando no hay prejuicio o expectativa” (Maturana, H. y Dávila, X., 2009, p. 01). Valor y sentido, de acuerdo a Maturana y Dávila, son nociones que aparecen en el vivir relacional cultural de las personas que los viven, afectando el sentido que se le da al suceder del fluir de la vida.

El Taekwondo influye en el bienestar porque permite espacios en que se vive en el momento mismo, sin más expectativas que lo que se realiza en el momento que se realiza, independientemente de que los entrenamientos se den con una planificación o con un objetivo, puesto que tal como lo señala Maturana, el espacio que se genera en el entrenamiento del Taekwondo propicia la expresión de las emociones, las cuales al vivirse en el momento en que se viven y no en otro, propician un encuentro consigo mismo y con los demás que difícilmente podría darse en un espacio establecido puramente desde la racionalidad. En este sentido, nos acercamos nuevamente a la conceptualización del Tao, pero acercándolo más a nuestra realidad occidental y haciendo la analogía con las emociones que generan bienestar por medio del entrenamiento en donde estas no existe una forma preestablecida, ya que surgen de manera espontánea en el presente cambiante que

vive quien vive así, en donde un observador que ve ese vivir, “ve unidad con toda la existencia y amor y ternura con todo lo existente, en un vivir sin control, sin agresión, sin codicia, sin vanidad, y sin envidia” (Maturana, H. y Dávila, X., 2009, p. 08). Esto es lo que ven los padres de los niños como observadores externos del proceso que viven sus hijos: un proceso en que genera unidad y en donde los espacios relacionales-emocionales que se generan, se generan sin violencia ni envidia, sino que el emocionar que genera en sí mismo el entrenar.

Desde el entendimiento del Taekwondo como una concepción de vida, que tiene a la base de sus principios los enunciados Taoístas, el comprender el bienestar como un vivir El presente, a través de la vivencia de La experiencia y que tiene como consecuencia el Desapego, posibilita a los niños vivir en la legitimidad del ser y les permite vivir-se en la aceptación de la legitimidad de toda existencia de modo que, se encuentran en un espacio en donde ya no ven al otro como un enemigo al que deben derrotar, sino que se encuentran con un amigo, un aliado al cual deben enseñar y del cual pueden aprende. Este es el bienestar como concepto y como vivir en el fluir de la vida, un bienestar que se funda en un vivir en el amar, recordando que entendemos por amar, la aceptación del otro que surge como legítimo en coexistencia con uno mismo. Es en esta legitimidad en que aparecen los niños, unos frente a otros, como parte de un círculo virtuoso en que se genera bienestar en el hecho mismo de tomar la decisión de enfrentar a otro o no hacerlo, puesto que se toma la decisión por voluntad propia, independiente de las indicaciones del instructor. El espacio de toma de decisión por parte de los niños es personal, siendo un espacio en donde si bien



ellos eligen realizar un combate, pueden elegir no hacerlo, lo que constituye su validación como seres humano capaces de tomar determinaciones que, aunque pequeñas, se configuran como parte del desarrollo de una personalidad en camino a la autonomía.

El amor del que nos habla Maturana se funda en el Tao, del mismo modo que se funda gran parte de la filosofía que sustenta al Taekwondo como una forma de vivir más que como un deporte, de modo que podemos pensar también que el encuentro final con uno mismo, que es fin último del Taekwondo representado por el concepto de Ilgiyae, está sustentado en esta aceptación que se comienza en la aceptación de un otro que surge, aparece como legítimo en coexistencia con uno mismo, considerando que ese otro, puede ser uno mismo. Del mismo modo que la propuesta Taoísta del Yin y el Yang, “el amar ocurre en el fluir del vivir en el presente en la legitimidad de todo, sin dualidad, sin hacer distinciones de bueno y malo, de hermoso y feo, ... Esto es, el amar ocurre en el fluir del vivir en que uno vive en el dominio de las conductas relacionales a través de las cuales la otra, el otro, lo otro, y uno mismo, surgen sin intención o propósito como legítimos otros en convivencia con uno” (Maturana, H. y Dávila, X., 2009, p. 18).

Al entender el Taekwondo como una forma de vivir en el cual no existen enemigos reales, más que nuestra propia incapacidad aceptar al otro como ser humano válido en todas sus dimensiones, nos encontramos en una dimensión que genera bienestar, en donde en la mera convivencia aparecen espontáneamente

emociones de ternura y cercanía con el otro y en donde interacciones propias del entrenamiento como el combate mismo, no son vistas más que como oportunidades de aprendizaje y crecimiento, en donde el otro no es un enemigo a quien eliminar, sino un compañero de quien aprender. Este bienestar generado por esta forma de experimentar la vida, nos expande la mirada al punto que eventualidades como un golpe o una caída no son tomadas más que como un suceso que se da como consecuencia de un fluir continuo. Esto es justamente lo que aparece en los niños, en sus relatos, sus declaraciones, sus historias. No queda solamente como parte de una película china en donde el maestro le enseña sobre la vida a su joven discípulo, sino que se presenta como parte de la forma de relacionarse de un grupo de personas, en un lugar físico, en un período de tiempo.

Todo lo anteriormente nombrado deviene en lo práctico en una serie de manifestaciones de bienestar que dan cuenta del entrenamiento del Taekwondo como posibilitador de espacios en donde los niños pueden generar herramientas con las cuales poder mejorar sus relaciones con las demás personas. Queda claro a través de los distintos relatos, que el entrenamiento influye positivamente en el desarrollo de herramientas que posibilitan generar mejores relaciones interpersonales, lo que a su vez implica un mayor sentimiento de seguridad por parte de los niños que puede ser constatado no sólo por ellos, sino que también por sus compañeros y sus padres. Por otro lado, es posible destacar la internalización de conductas y herramientas para poder trabajar de manera personal las dificultades al momento de modelar los impulsos, lo que se suma al desarrollo de habilidades cognitivas relacionado con los

procesos de observación y aprendizaje implicados en el entrenamiento. Por último, la importancia que reviste la práctica de los niños para sus padres, puesto que implica un cierta “seguridad” de que sus hijos realizan una actividad que les reporta beneficios que pueden ser observados tanto en el corto como el largo plazo.

Ahora bien, si queda claro que el entrenamiento del Taekwondo influye de manera significativa en el bienestar de los niños; que los padres de los niños enmarcan su práctica como una instancia importante que posibilita el desarrollo de habilidades sociales, así como físicas y de agudeza mental. Si observamos que los niños describen como positivos los cambios fisiológicos producidos por el entrenamiento. Es tiempo de pensar de qué forma puede ser esta práctica vista desde la psicología como generadora de bienestar no sólo en un taller vecinal, sino que en más lugares, considerando la óptica del bienestar y no tan sólo el de la competencia deportiva, como ha sido vista desde hace años.

Si miramos desde la óptica de la psicología, nos encontramos en un país que – tal como se hace alusión en la introducción – presenta altos índices de obesidad, en donde el desarrollo de habilidades cognitivas está cada vez más bajo y en donde temas como la convivencia escolar se convierten en tema del día a día. ¿Será posible integrar de manera efectiva en los colegios.

Cuando vemos al ser humano como ser integral y no tan sólo como la separación entre lo físico, psíquico y emocional, nos encontramos en un espacio en donde hace falta generar instancias en donde se vea la integración de estos tres aspectos y que no quede solamente plasmado en un documento para su posterior lectura y revisión. Actualmente se convierte en una necesidad tanto para la psicología como para la nación completa, ser capaces de generar espacios en los que las personas se encuentren como personas, vale decir como seres humanos en la legitimidad de ser lo que son y no solamente como parte de programas que fomentan actividades de fin de semana. Para generar espacios en los que las personas se reencuentren consigo mismas a través de su cuerpo y que lo reconozcan o mejor dicho, lo conozcan, se hace imperioso desarrollar espacios en los que temáticas como la planteada por el Taekwondo puedan ser puestas de manifiesto, trabajadas, integradas y puestas en marcha. Ahora bien, no solamente se hace necesario a nivel de generar un reencuentro con la corporalidad de las personas. Si nos detenemos a revisar el contexto en educación, nos encontramos con que los espacios de convivencia se ven menoscabados cada vez más en función de la dinámica del “más fuerte”. Un marco de enseñanza como el que entrega el Taekwondo podría eventualmente posibilitar que se generen espacios de encuentro en donde estas dinámicas de violencia y mala convivencia escolar no sean tan comunes y entregar nuevas herramientas de discusión y de acción.

De acuerdo a los estudios presentados para la justificación de esta tesis, el Taekwondo en otros países como Corea, si se constituye a sí mismo como una

herramienta eficaz para desarrollar habilidades sociales, disminuir los niveles de agresividad de los niños y jóvenes, aumentar la capacidad de atención y mejorar los niveles de salud de los practicantes. A pesar de que se mencionó que era necesario considerar que el contexto en que se desarrolla el estudio está influido fuertemente por un elemento cultural a la base – el hecho de que el Taekwondo es el deporte nacional de Corea – aun así es posible tomar el estudio como un punto de referencia desde el cual hacer una aproximación al tema.

Pasando a otro punto de la discusión final, podemos pensar que si tomamos en consideración los planteamientos de Piaget respecto de los estadios del desarrollo cognitivo, resulta interesante pensar en el bienestar que produce el Taekwondo a sus practicantes, en términos de generar instancias en donde se desarrollen habilidades cognitivas de acuerdo a la edad en la que se encuentran los niños. una fuerte seguridad en sí mismo implica que los niños pueden aprender con mayor efectividad debido a que no tienen miedo a preguntar, por lo que su proceso de enseñanza aprendizaje se verá mucho más facilitado que el de un niño que es inseguro. Considerando las implicancias que tiene el pasar desde la etapa de las operaciones concretas a la de pensamiento abstracto, sin duda que el desarrollo de una actividad que fomente la observación y la integración mente-cuerpo, puede ser de gran ayuda en el desarrollo de este tipo de procesos.

Por último, desde la óptica de la psicología educacional, el tema de la convivencia escolar y las dificultades que tienen algunos establecimientos para generar espacios certeros en donde los estudiantes se encuentren, ha sido tema desde hace ya bastante tiempo. Si consideramos la visión que engloba la práctica del Taekwondo como integradora del cuerpo, la mente y la emoción, cabría preguntarse si es posible generar espacios en los que este tipo de actividades puedan resultar en un proceso en que se den alternativas de expresión de las emociones, en un sistema educacional que más que dar la posibilidad de manifestarlas, las reprime sin dar la posibilidad de aprender a modelarlas para integrarlas como parte del proceso de maduración de un ser humano sano. Este es uno de los grandes problemas de la educación, justamente el hecho de constituirse como una educación represora, en donde el error es castigado en lugar de tomarlo como parte del proceso activo de enseñanza-aprendizaje del cual todos los estudiantes debieran ser parte. Un proceso que apele al desarrollo de las potencialidades de los estudiantes.

El abrir la mirada a nuevas formas de establecer relaciones, en donde los procesos sean considerados como parte de un todo unificado, en donde no se genere una segmentación ni menosprecio de términos como emoción en beneficio de la razón son algunas de las propuestas que salen de esta investigación. El Taekwondo si bien no es la panacea que cura todos los males respecto del cómo generar bienestar, se presenta como una alternativa, una propuesta de acción concreta, que además de estar probada en otros lugares con éxito, cuenta con una experiencia desde la realidad de nuestro país en función de las observaciones hechas en un grupo de niños y que

pretende ser un aporte a la psicología en tanto registro de experiencias que además de fomentar el bienestar en los niños, desarrollan distintas habilidades consideradas como positivas.

Es importante recalcar que parte fundamental del rol del psicólogo es el actuar como agente de cambio, para lo cual es necesario buscar más allá de las herramientas que se nos entregan en la formación académica, por medio de procesos formales. Muchas veces las diferencias vienen dadas por experiencias específicas aplicadas en contextos distintos a los cotidianos. Cada uno de los espacios que generamos, cada una de las intervenciones que realizamos, puede ser realizada desde una lógica en la que se vea al ser humano como unidad y no como partes separadas en función de las necesidades del momento. Es importante apelar a la integración, ya que después de todo, no estamos solos en el mundo y ni siquiera con nosotros mismos, tal como plantea la filosofía a la base del Taekwondo, somos parte de un todo, en donde nos encontramos en la medida que aceptamos lo que no somos, vale decir, los otros.

## 7. BIBLIOGRAFÍA

ANDER-EGG, E. (1987), *Técnicas de investigación social*, Buenos Aires, Argentina: Editorial Hymnitas, Edición veintiuno.

CEPVI. (2009) *Psicología del desarrollo: Niñez intermedia*. Extraído el 20 de septiembre de 2010 de: [www.cepvi.com](http://www.cepvi.com)

CRISTI, J (2006) *Manual de metodológico para la enseñanza del Taekwondo*. Chile, FONDEPORTE.

CHOLIZ, M (2005) *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Extraído el 11 de mayo de 2010.

ECHEVERRÍA, G. ZARZURI, R. (sin año): *Técnicas de investigación cualitativa: El grupo de discusión y la entrevista en profundidad*. Santiago, Chile: Apuntes docentes UAHC.

ECHEVERRÍA, G. (2005): *Análisis cualitativo por categorías*. Santiago, Chile: Apuntes docentes UAHC

FEDERACION NACIONAL CHILENA DE TAEKWONDO. *Historia del Taekwondo*. Extraído el 11 de marzo de 2009 de: <http://taekwondowtf.cl>

FLORES, S. *Emociones que conducen las conversaciones entre las Comunidades Pewenche y ONGs presentes en el Valle del río Kewko de la comuna de Alto Bío Bío*. Tesis de pregrado publicada, Escuela de Psicología, Universidad Academia de Humanismo Cristiano.



GARCIA, M. MADRIAZA, P (2005). “*La imagen herida y el drama del reconocimiento: estudio cualitativo de los determinantes del cambio en la violencia escolar en Chile*” Estudios pedagógicos. Valdivia v.31 N°2.

GARRIDO, I (2000). *Psicología de la Emoción*. Ed. Síntesis. Madrid.

HERNANDEZ, R.; FERNÁNDEZ, C. y BAPTISTA, P. (1997) *Metodología de la Investigación*. Mexico: Editorial Mc Graw Hill

HERNANDEZ, R.; FERNÁNDEZ, C. y BAPTISTA, P. (2003) *Metodología de la Investigación*. Mexico: Editorial Mc Graw Hill

INHELDER, B & PIAGET, J. (1985) *De la lógica del niño a la lógica del adolescente*. Barcelona, Ediciones Paidós Ibérica.

LAW, DAVID (2004). *A choice perspective on children's Taekwondo*. International journal of reality therapy. Northeastern University. Psychology departamento.

LEE CHANG, HOO (sin fecha). *The philosophical principles of Taekwondo*.  
Extraído el 20 de agosto de 2009 de: <http://taekwondobible.com>

LEE CHANG, HOO. *On Sam Yae & Kang-Yu*. Extraído el 20 de agosto de 2009 de: <http://taekwondobible.com>

**LLAMBI, P. (2009): *Tae-Kwon-Do: De arte a deporte*. Extraído el 18 de noviembre de 2009 de: <http://psicodeporte.net>**

MATURANA, H. VERDEN-ZÖLLER, G. (1994): *Amor y juego: Fundamentos olvidados de lo humano*. Santiago, Chile. Editorial Instituto de terapia cognitiva, 3era edición.

MATURANA, H. (Sept. 1997): *El sentido de lo humano*. Santiago, Chile: Ediciones Pedagógicas Chilenas, S.A. y Librairie Francaise, Cuarta Edición.

MATURANA, H. & NISIS, S. (1997): *Formación Humana y capacitación*. Editorial Dolmen, 2da Edición.

**MATURANA, H. & DAVILA, X. (2009): *El camino del Tao y la Biología del amar*. Extraído el 7 de septiembre de 2009 de: <http://www.matriztica.cl>**

MONCLÚS, M. (2005) *La violencia escolar perspectivas desde Naciones Unidas*. Revista Iberoamericana de Educación N°38, mayo-agosto.

MORALES, L. & RODRÍGUEZ L (2001) *Vigotsky: un horizonte nuevo en las ciencias sociales*. Cuba, Empresa Ediciones Cubanas

NARDONE, G & WATZLAWICK, P (1995): *El arte del cambio*, Barcelona: Editorial Herder. 2da Edición.

NÚÑEZ, J.; LEÓN, J. & GONZÁLEZ, V.(2011): *Propuesta de un modelo explicativo del bienestar psicológico en el contexto deportivo*, Revista de psicología del Deporte, Vol 20, N° 1, pp 223-242. Universidad Autónoma de Barcelona.

OMS, (2007): *Salud mental: un estado de bienestar*. Extraído el 22 de marzo de 2009 desde: <http://www.oms.com>

QUIVY, R y CAMPENHOUDT, L (2005), *Manual de investigación de las ciencias sociales*. Mexico: Editorial Limusa

RAFAEL, A (2009). *Desarrollo Cognitivo: Las Teorías De Piaget Y Vigotsky*, Apuntes para cátedra de Master en Paidopsiquiatría. Universidad Autónoma de Barcelona.

REAL ACADEMIA ESPAÑOLA, (2009): *Definición de Bienestar*. Extraído el 23 de marzo de 2009 desde fuente: <http://www.rae.es>

RODRÍGUEZ, G.; GIL, J. y GARCÍA, E. (1996), *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga, España: Ediciones Aljibe

RUIZ, J. (1996), *Metodología de la Investigación Cualitativa*, Bilbao, España: Editorial De Deusto, Primera Edición.

RUIZ, A (2002): *Aportes de Humberto Maturana a la Psicoterapia*. Extraído el 15 de septiembre de 2009 de: <http://www.inteco.cl>

TAYLOR, S. J. y BOGDAN, R. (1994). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados*. Buenos Aires: Editorial Paidós.

THE WORLD TAEKWONDO FEDERATION: *Taekwondo en los tiempos modernos*. Extraído el 12 de enero de 2011 de: <http://www.wtf.org>

TORGA, M (sin fecha): *Vigotsky Y Krashen: Zona de de desarrollo próximo y el aprendizaje de una lengua extranjera*. Escuela superior de idiomas. Universidad Nacional de Comahue.

TSUN, ZI. (2000): *El arte de la guerra*, Santiago, Chile: Editorial Andrés Bello. Edición de Puell, F.

UNIVERSIDAD DE NAVARRA (2009): *Escuela deportiva: Taekwondo*. Extraído el 18 de noviembre de 2009 de: <http://www.unav.es>

VEGA, V. & SEPÚLVEDA, L. (2009) *Conversaciones De Los Trabajadores Que Fundan Espacios De Bienestar Dentro Del Equipo De Trabajo*. Tesis de

pregrado publicada, Escuela de Psicología, Universidad Academia de Humanismo Cristiano.

VIGOTSKY, L (1988): *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. México: Editorial crítica, Grupo editorial Grijalbo.

## Anexo 1

### Segmentación y Codificación de la Información

| N° | CATEGORÍAS  | LOCALIZACION  |
|----|---|---|
| 1  | Descripción de las actividades realizadas en el taller                                | EN1-P1-2; EN1-P3-4; EN1-P5-6; EN1-P7-8; EN1-P10; EN2-P11-12; EN2-P13-14; EN2-P18; EN2-P30; EN2-P32; EN2-P46; EN2-P62; EN2-P64; EN2-P92; EN2-P94; EN2-P100; EN2-P102; EN2-P108; EN3-P12; EN3-P16; EN3-P18; EN3-P20; EN3-P28; EN3-P30; EN3-P32; EN3-P34; EN3-P42; EN3-P44; EN3-P46; EN3-P64; EN3-P66; EN3-P75; EN3-P77; EN3-P79; EN3-P81; EN3-P83; EN3-P87; EN3-P92; EN3-P121; EP2-P26; EP2-P27; EP3-P24; EP3-P30; EN4-P1-2; EN4-P10; EN4-P28; EN4-P34-36; EN4-P97-98 |
| 2  | Descripción de la utilidad de las técnicas aprendidas en el taller                    | EN1-P16 ;EN1-P80-81; EN1-P84; EN1-P86; EN2-P17-18; EN2-P63-64; EN2-P211-212; EN2-P213-214; EN2-P244-245; EN2-P246-247; EN4-P64; EN4-P144  |
| 3  | Expresión de las preferencias por una actividad en el entrenamiento                   | EN1- P13-14;EN1-P15-16;EN1-P17-18; EN2-P47-48; EN2-P49-50; EN2-P51-52; EN2-P59-60; EN2-P65-66; EN2-P67-68; EN2-P71-72; EN2-P73-74; EN2-P75-76; EN2-P77-78; EN2-P79-80; EN4-P79-82   |
| 4  | Dificultades al momento de establecer relaciones con los otros integrantes del taller | EN1-P70-71; EN1-P72-73; EN1-P74-75; EN1-P 77; EN1-P88-89; EN1-P90-91; EN1-P92-93; EN2-P106; EN2-P108; EN3-P176; EP2-P17; EP2-P18; EP2-P32; EN4-P69-72   |
| 5  | Emociones que aparecen en los niños ligadas al entrenamiento                          | EN1-P39-40; EN1-P42-43; EN1-P44-45; EN2-P133-140; EN3-P91; EN3-P90-106; EN4-P38; EN4-P42-44; EN4-P48; EN4-P54; EN4-P56-58; EN4-P85-86   |
| 6  | Emociones que aparecen en los padres ligadas al entrenamiento                         | EP1-P27-28; EP2-P17; EP2-P18; EP2-P51; EP3-P27; EP3-P30; EP3-P41; EP4-P10   |
| 7  | Cambios emocionales que los niños perciben como positivos producto del entrenamiento  | EN1-P35-36; EN1-P84; EN1-P86; EN2-P80; EN2-P154; EN2-P164; EN2-P168; EN2-P176; EN2-P178; EN2-P184; EN2-P186; EN2-P196; EN2-P200; EN2-P204; EN2-P206; EN2-P237; EN2-P241; EN3-P131; EN3-P136; EN3-P140; EN3-P144; EN3-P148; EN3-P150; EN3-P152; EN3-P156; EN3-P158; EN3-P172; EN3-P174; EN3-P176; EN3-P182; EN3-P190; EN4-   |

|    |  |  |
|----|--|--|
|    |  | P50; EN4-P103-106; EN4-P128; EN4-P130-132; EN4-P140-142  |
| 8  | Cambios conductuales que los niños perciben como positivos producto del entrenamiento                                | EN1-P62-63; EN1-P64-65; EN1-P66-67; EN1-P72-73; EN1-P87-88; EN1-P89-90; EN1-P91-92; EN2-P168; EN2-P233; EN2-P; EN2-P235; EN2-P237; EN2-P243; EN4-P59-62; EN4-P135-136  |
| 9  | Cambios emocionales que los padres perciben como positivos producto del entrenamiento                                | EP1-P15; P1-P17; EP1-P18; EP1-P20; EP1-P28; EP1-P28; EP1-P32; EP2-P4; EP2-P11; EP2-P14; EP2-P20; EP2-P21; EP2-P23; EP2-P24; EP2-P28; EP2-P36; EP2-P37; EP2-P41; EP2-P42; EP2-P51; EP2-P52; EP2-P53; EP3-P6; EP3-P10; EP3-P12; EP3-P15; EP3-P20; EP3-P30; EP3-P32; EP3-P38; EP3-P39; EP3-P43; EP4-P2; EP4-P6; EP4-P25       |
| 10 | Cambios conductuales que los padres perciben como positivos producto del entrenamiento                               | EP1-P7; EP1-P11; EP1-P12; EP1-P13; EP1-P15; EP1-P17; EP1-P18; EP1-P21; EP1-P23; EP1-P25; EP1-P28; EP2-P2; EP2-P5; EP2-P7; EP2-P9; EP2-P11; EP4-P4; EP4-P12; EP4-P22; EP4-P41; EP4-P43; EP4-P45   |
| 11 | Motivaciones y expectativas de los niños para entrar al taller de Taekwondo  | EP1-P25; EN2-P4; EN2-P6; EN2-P128; EN2-P132; EN2-P218; EN2-P245; EN2-P247  |
| 12 | Motivaciones y expectativas de los padres para introducir a sus hijos al taller de Taekwondo                         | EP1-P2; EP1-P3; EP1-P4; EP1-P7; EP1-P30; EP1-P32; EP2-P2; EP2-P7; EP2-P12; EP2-P24; EP2-P39; EP2-P41; EP2-P42; EP2-P44; EP2-P45; EP2-P46; EP2-P47; EP2-P48; EP2-P50; EP2-P53; EP3-P2; EP3-P8; EP3-P15; EP3-P16; EP3-P20; EP3-P21; EP3-P27; EP3-P34; EP3-P36; EP3-P41; EP3-P46; EP4-P14; EP4-P33; EP4-P35; EP4-P37; EP4-P51 |
| 13 | Calidad de las relaciones interpersonales de los niños fuera de los entrenamientos                                   | EP1-P12; EP1-P13; EP1-P15; EP1-P18; EP1-P21; EP1-P23; EP1-P26; EP1-P28; EN2-P147-148; EN3-P150; EN3-P152; EN3-P156; EN3-P158; EN3-P160; EN3-P172; EN3-P174; EN3-P176; EP2-P9; EP2-P11; EP2-P12; EP2-P19; EP2-P21; EP3-P6; EP3-P43; EP4-P25; EP4-P27  |
| 14 | Calidad de las relaciones interpersonales de los niños dentro de los entrenamientos                                  | EN1-P21-22; EN1-P29-30; EN1-P33-34; EN1-P35-36; EN1-P37-38; EN2-P88; EN2-P90; EN2-P92; EN2-P94; EN2-P106; EN2-P108; EN2-P112; EN4-P3-4; EN4-P5-6; EN4-P12; EN4-P14; EN4-16; EN4-P20; EN4-P22; EN4-P32; EN4-P74   |
| 15 | Calidad de las relaciones interpersonales de los niños dentro del espacio de entrenamiento percibidas por los padres | EP2-P15; EP2-P17; EP2-P18; EP2-P19; EP2-P26; EP2-P27; EP2-P28; EP2-P32; EP2-P33; EP2-P34; EP3-P6; EP3-P24; EP3-P25; EP3-P43; EP3-P44   |
| 16 | Cambios percibidos por los niños en relación a su corporalidad   | EN2-P79-80; EN2-P81-82; EN2-P83-84; EN2-P153-154; EN2-P155-156; EN2-P157-158; EN2-P159-160; EN2-P163-164; EN2-P165-166; EN3-P48; EN3-P50; EN3-P52; EN3-P56; EN3-P EN3-P62; EN3-P100; EN3-P102; EN3-P144; EN3-P148; EN3-P160; E3-   |

|    |  |  |
|----|--|--|
|    |  | P170; EN4-P118; EN4-P124; EN4-P126   |
| 17 | Situaciones en las que los niños han usado o usarían las técnicas aprendidas en el entrenamiento | EN2-P212; EN2-P; EN2-P214; EN2-P223; EN2-P225; EN2-P227; EN2-P229; EN2-P231; EN3-P164; EN3-P168; EN3-P190; EP3-P13; EP4-P47; EN4-P108; EN4-P110; EN4-P114; EN4-P116  |
| 18 | Emociones emergentes en los niños durante la competencia   | EN2-P25-26; EN2-P33-34; EN2-P35-36; EN2-P37-38; EN2-P41-42; EN2-P43-44; EN3-P110; EN3-P114; EN3-P116; EN3-P121; EN3-P125; EN3-P131; EN3-P133; EN3-P135; EN3-P136; EN3-P138; EN3-P140; EN4-P90; EN4-P91-93; EN4-P95-96; EN4-P99-100 |
| 19 | Emociones emergentes en los padres durante la competencia  | EP1-P28; EP2-P44; EP2-P45; EP2-P46; EP3-P27; EP4-P18; EP4-P20; EP4-P31   |

## Anexo 2

### Núcleos Temáticos

#### Descripción del taller y sus aplicaciones

Categorías:

1- Descripción de las actividades realizadas en el taller

- 2- Descripción de la utilidad de las técnicas aprendidas en el taller
- 3- Expresión de las preferencias por una actividad en el entrenamiento
- 17-Situaciones en las que los niños han usado o usarían las técnicas aprendidas en el entrenamiento

### **Relaciones interpersonales dentro y fuera del espacio de entrenamiento**

Categorías:

- 4- Dificultades al momento de establecer relaciones con los otros integrantes del taller
- 13- Calidad de las relaciones interpersonales de los niños fuera de los entrenamientos
- 14- Calidad de las relaciones interpersonales de los niños dentro de los entrenamientos
- 15-Calidad de las relaciones interpersonales de los niños dentro del espacio de entrenamiento percibidas por los padres

### **Emociones y conductas de los niños durante el entrenamiento**

Categorías:

- 5- Emociones que aparecen en los niños ligadas al entrenamiento
- 7- Cambios emocionales que los niños perciben como positivos producto del entrenamiento
- 8- Cambios conductuales que los niños perciben como positivos producto del entrenamiento



11- Motivaciones y expectativas de los niños para entrar al taller de Taekwondo

16- Cambios percibidos por los niños en relación a su corporalidad

18- Emociones emergentes en los niños durante la competencia

### **Emociones y conductas de los padres durante el entrenamiento de los niños**

Categorías:

6- Emociones que aparecen en los padres ligadas al entrenamiento

9- Cambios emocionales que los padres perciben como positivos producto del entrenamiento

10- Cambios conductuales que los padres perciben como positivos producto del entrenamiento

12- Motivaciones y expectativas de los padres para introducir a sus hijos al taller de Taekwondo

19- Emociones emergentes en los padres durante la competencia

## **Anexo 3**

### **Transcripciones de Entrevistas**

#### **EN1**

(Presentación)

**P1**

*X, la idea es que tú me cuentes un poco, qué es lo que hacen en las clases de taekwondo*

**P2**

Ehh nosotros practicamos artes marciales, ehh... nos enseñan técnicas personales.

**P3**

*Ya, ¿cómo es eso de técnicas personales?*

**P4**

Que nos enseñan a defendernos en las clases.

**P5**

*Ya, y ¿qué es lo que hacen normalmente en las clases?*

**P6**

Ehh la, practicamos las patadas, las formas...

**P7**

*¿Qué son las formas?*

**P8**

ehh oih...

**P9**

*Describemelas un poquito, ¿qué es lo que hacen cuando practican una forma?*

**P10**

Cuando nosotros practicamos una forma es como si estuviéramos haciendo todo pero resumido, como estamos... primero estamos practicando una patada y después tiene... están las formas.

**P11**

*Ahh ok, ya, ¿es como que dentro de las formas van todas las técnicas juntas?*

**P12**

Si.

**P13**

*Ya ya ya, ¿qué cosas de las que ustedes hacen son las que más te gustan?*

**P14**

Ehh, la defensa personal.

**P15**

*¿por qué te gusta practicar defensa personal?*

**P16**

Porque así uno controla a los compañeros, cuando están así, más o menos así locos, uno los controla, y como hay niños así en el curso, por eso es lo que más me gusta.

**P17**

*¿Y cuál es la parte que menos te gusta?*

**P18**

Ninguna, porque todas son todas interesantes, todas me gustan.

**P19**

*Ya ¿todo te gusta entonces?*

**P20**

Si.

**P21**

*¿Y cómo es la relación que tienes con tus compañeros?*

**P22**

Buena, pero con algunos más o menos.

**P23**

*Ya ¿y qué pasa que de repente hay relaciones más o menos con tus compañeros?*

**P24**

Que son groseros, se me, me botan, me empujan, me hacen zancadillas.

**P25**

*¿Con tus compañeros de taekwondo?*

**P26**

Ahhh noo!

**P27**

*Yo me refiero siempre a lo que están haciendo ustedes en el entrenamiento.*

**P28**

Ahh no, bien.

**P29**

*¿Te costó en algún momento relacionarte con tus compañeros?*

**P30**

Ehh... si al principio.

**P31**

*¿Cómo, qué paso al principio?*

**P32**

Que no los conocía, y como yo soy más o menos tímido, también... me costó acostumbrarme.

**P33**

*Cuéntame un poquito de eso, ¿cómo fue cambiando esto de que al principio eras tímido?*

**P34**

Que cuando al principio era tímido, yo ni siquiera les hablaba, les decía hola y chao, nada más, entonces así como que me daba cosa, pero ahora ya no.

**P35**

*¿Y que ha ido pasando, qué sientes tu que te pasó a ti, que ya no te da tanta timidez?*

**P36**

Ehh... no sé, que... era como lo primero, lo que a uno casi siempre, casi a todos les pasa.

**P37**

*Y cuéntame, cuando tu estas entrenando, ¿cómo te sientes tú, qué cosas van apareciendo ahí?*

**P38**

Ahí va apareciendo lo ehh... cómo explicarlo...

**P39**

*¿De repente te da susto tener que pelear, te pone agresivo, qué cosas te pasan?*

**P40**

Es que a veces cuando nos enseñan técnicas nuevas, como que no se, me da... no se me da como cosa, una cosa así.

**P42**

*¿Cómo “cosa” así, cómo podría ser esta “cosa” que pasa?*

**P43**

Si, así como oih! qué raro.

**P44**

*Ya, ¿y cuando tienen que combatir, por ejemplo?*

**P45**

Al principio me daba miedo, porque yo no sabía cómo peleaban los demás, pero ahora ya como uno sabe...

**P46**

*¿Y has tenido que pelear alguna vez en serio?*

**P47**

Si un día en el colegio.

**P48**

*Ya, ¿y qué te paso ahí en el colegio?*

**P49**

Que estábamos jugando y de repente un compañero se picó, y nosotros ya estábamos todos tranquilos, y llega y me pega y yo le devuelvo y empezamos a pelear, y yo le mande que patá, y quedo llorando en el suelo.

**P50**

*Ya, ¿pero después de eso, tu le pegaste y se cortó la pelea, que paso?*

**P51**

Si, le pegue, y ahí se cortó la pelea.

**P52**

*¿Y cómo te sentiste tú ahí?*

**P53**

Ahí con cualquier rabia, porque nunca me habían hecho eso.

**P54**

*¿Pero sentiste que te costó controlarte, que pudiste controlarte?*

**P55**

Si me costó controlarme, porque era la primera vez y como que no se... como que se me vino todo a la mente que no me tenía que meterme en una cuestión así.

**P56**

*Ya, ¿y te asustaste, te separaron después, o quedo ahí nomás el tema?*

**P57**

No, ahí quedo nomás, si... si igual me asusté porque... no se, son las primeras cosas que pasan, y eso era cuando yo estaba chico todavía.

**P58**

*Ah, ¿no fue cuando estabas entrenando?*

**P59**

No.

**P60**

*Ahh, porque eso es importante, siempre estamos hablando del entrenamiento. ¿Y ahora te ha pasado que hayas tenido que pelear, o defenderte en alguna situación, o que sientas que te han atacado desde que estas entrenando?*

**P61**

Ehh, No.

**P62**

*Y tú, desde entonces ¿sientes que ha cambiado algo en ti, desde que empezaste a entrenar hasta ahora?*

**P63**

Sí, mi control...

**P64**

*Ya, ¿por qué?*

**P65**

Porque antes era como... como que ya, era como todo suelto, y ahora ya no, ahora ya tengo todo mas... porque antes llegaba y pegaba, y ahora ya, ya me empecé a controlar.

**P66**

*¿Cómo es eso que te empezaste a controlar?*

**P67**

Antes llegaba y pegaba y ahora dos veces, una hablo, y la segunda advierto y la tercera pego.

**P68**

*Ya, ¿o sea ahora te defiendes igual, pero con un poco más de calma, o sea ya no hay tanta impulsividad?*

**P69**

Si.

**P70**

*Cuéntame un poquito acerca de las relaciones con los compañeros con los que entrenas, ¿qué es lo que más te costo de relacionarte con los demás?, porque tú me decías que eras bien tímido...*

**P71**

Ehh... preguntarles los nombres así, me daba cosa preguntarles los nombres.

**P72**

*Y ahora por ejemplo cuando tienen que practicar cosas, ¿te cuesta relacionarte con ellos?*

**P73**

No ahora no, antes sí.

**P74**

*Y en relación, por ejemplo cuando están practicando cosas, ¿tú eres de los que enseña, eres más de los que les gusta mirar?*

**P75**

Las dos cosas, porque uno mirando aprende y uno enseñado también aprende.

**P76**

*¿Cómo es eso?*

**P77**

Porque, cuando uno enseña está también, uno también está memorizando lo que hizo en la clase.

**P78**

*¿Y tú sientes que eso te ha servido practicando taekwondo?*

**P79**

Sí

**P80**

*¿Y para qué otra cosa sientes tú que te ha servido entrenar o practicar el taekwondo?*

**P81**

Para defenderme.

**P82**

*Ya, ¿te sientes más seguro ahora?*

**P83**

Sí.

**P84**

*¿Cómo, por qué te sientes más seguro?*

**P85**

Porque antes yo no sabía qué hacer si me pasaba algo así en la calle, pero ahora ya se que hacer, para eso me ha servido.

**P86**

*¿Y en qué otras cosas te ha servido?*

**P87**

Mmm no se, en controlarme, como le decía.

**P88**

*¿Hay alguna cosa que me quisieras contar, alguna anécdota que te haya pasado entrenando, o alguna impresión, algún niño que te cayera mal de repente?*

**P89**

Si, como que... como que me caía mal primero el X, y después cuando ya fue pasando más tiempo... es que lo veía así como... y cuando eran... cuando teníamos que hacer el taller me ponía cara de malo así, como que me asustaba.

**P90**

*Ah ya, ¿cómo cuando el ponía cara de malo te asustabas?*

**P91**

Si, como que yo decía “ahh tiene que ser pesado”, una cosa así.

**P92**

*¿Y después se te fue pasando?*

**P93**

Si después cuando... fui conociendo mas, se me fue pasando.

**P94**

*Ya pues, yo creo que con eso estaríamos listos, ¿alguna otra cosa que quieras comentar?*

**P95**

No.

(Cierre)

**EN2**

(Presentación)

**P1**



*Me gustaría que me contaras un poquito qué es lo que ustedes hacen cuando están entrenando... ¿de qué se trata todo esto?*

**P2**

Eh... se trata de que... de que para...

**P3**

*Haber... cuéntame un poquito mejor, cómo fue que empezaste, porqué te dieron ganas de meterte al taller...*

**P4**

No es que mi mamá me puso...

**P5**

*Ya... ¿y por qué te puso tu mamá en el taller?*

**P6**

Por las malas notas

**P7**

*Por las malas notas... ya... ¿y por qué otra cosa?*

**P8**

Eh... nada más

**P9**

*¿Nada más?... y cuando tú llegaste al taller la primera clase, ¿qué te pareció?  
¿Cómo te fue?*

**P10**

Eh... bien

**P11**

*¿Qué cosas hicieron en la primera clase?*

**P12**

Eh... trotar y... no me acuerdo de lo dema'

**P13**

*Ya. Y después te vas acordando un poquito de qué otras cosas has hecho en las clases.*

**P14**

Eh... las formas, los sábados de combate... eh... calen... trotar, elongar, y aprender las patadas

**P15**

*Ya, me dijiste los sábados de combate, ¿qué es lo que hacen en combate?*

**P16**

Ah... hacen combate...

**P17**

*Ya... Y cómo es eso... de qué se... cuéntame un poquito de qué se trata... qué es lo que hacen... qué es lo que enseñan allí en combate.*

**P18**

Eh... para hacerle igual como en un... para poner puntos para el torneo

**P19**

*Para el torneo. ¿O sea que ustedes compiten?*

**P20**

Si...

**P21**

*Ya. Y cómo, ¿y tú has ido a competencia?*

**P22**

Si... este año...

**P23**

*¿Este año fueron a competencia?*

**P24**

Si...

**P25**

*Ya. ¿Y qué pasó allí en esa competencia?*

**P26**

Eh... me puse nervioso

**P27**

*Te pusiste nervioso... ya... ¿y qué más te pasó ahí?*

**P28**

Eh... nada más

**29**

*Nada más... ¿y qué tuviste que hacer en el torneo?*

**P30**

Eh... intentarle golpearle a la pechera...

**P31**

*Ya... ¿y qué pasa cuando lo golpeas en la pechera?*

**P32**

Me gano un punto

**P33**

*Ya, y tú me dices que te pusiste nervioso...*

**P34**

Sí

**P35**

*¿Por qué te pusiste nervioso?*

**P36**

Por toda la gente...

**P37**

*Por toda la gente... La gente te puso nervios. Y después, cuando terminó la pelea, ¿cómo te sentiste?*

**P38**

Ahhhhmmm... triste

**P39**

*¿Triste? ¿Y por qué te dio tristeza?*

**40**

Mm... No sé

**P41**

*No sabes bien por qué te dio tristeza... Ya, ¿pero tú querías ganar, querías pegarle estabas enojado con el otro niño?*

**P42**

Mm... sí

**P43**

*Ya. ¿Y te enojaste con él en algún momento?*

**P44**

Eh... no

**P45**

*¿No? Ya... O sea, estabas triste pero no te enojaste. Y, además de eso, qué otras cosas han hecho en el taller...*

**P46**

Eh... defensa para combate callejero, la defensa personales y las defensas.

**P47**

*Ya... y a ti qué te gusta más hacer ¿combate para ir a los torneos o el combate para la calle?*

**P48**

El combate para los torneos

**P49**

*Ya. ¿Por qué?*

**P50**

Porque es más entretenido

**P51**

*¿Qué cosas tiene de entretenido? Cuéntame un poquito...*

**P52**

Eh... enfrentarse a nuevos niños... pelear con ellos y ahí...

**P53**

*Pero tú me dijiste que te pusiste un poquito nervioso acá*

**P54**

Sí...

**P55**

*Ya... ¿pero no te dio rabia?*

**P56**

No.

**P57**

*¿Y qué sentiste ahí?*

**P58**

Eh...mhm

**P59**

*¿No sabes bien qué fue lo que te pasó?... ok... Dentro de las clases, ¿cuáles son las cosas que a ti más te gusta hacer?*

**P60**

Las formas, las defensas y eso...

**P61**

*¿Y qué son?*

**P62**

Ah, sí, las defensas personales

**P63**

*¿Qué tiene de especial las defensas personales?*

**P64**

Ah... para... las defensas personales... sirven para los combates de torneos y para los callejeros

**P65**

*Ya, ¿y a ti por qué te gusta aprender eso?*

**P66**

Eh... para los combates callejeros, los otros que son así...

**P67**

*¿Así cómo?*

**P68**

Para los combates de torneo

**P69**

*Ya, así cómo. No te entendí muy bien esa última parte. Me dijiste que para las callejeras eran así y, así de otra forma era para los torneos... o sea ¿para los combates en torneos...?*

**P70**

Sí...

**P71**

*Ya... eh... ¿y cuál es la parte que menos te gusta?*

**P72**

Eh... el trote

**P73**

*No te gusta trotar...*

**P74**

No... muy cansador

**P75**

*Ah... O sea, no te cansas cuando tienes que hacer todo lo demás...*

**P76**

No, si...eh... el cómo se llama.... elongar...

**P77**

*Tampoco te gusta elongar...*

**P78**

Sí, porque... porque cuando nos dicen que separemos los pies... ahí se me corren los pies... se me corren ahí

**P79**

*Y, pero tú sientes que has ido progresado en esto de elongar ¿o te cuesta más que antes?*

**P80**

Eh... pero ahora me está empezando a gustar el elongar... la elongación...

**P81**

*Ya... ¿y cómo te ves? ¿Tú sientes que has ido progresando, que si estas igual?*

**P82**

He sentido que he progresando

**P83**

*¿En qué cosas has ido progresando?*

**P84**

Eh... en las formas

**P85**

*Ya... ¿en qué otras cosas sientes que has ido progresando?*

**P86**

En nada más

**P87**

*¿En nada más? Ya...y con tus compañeros ¿cómo ha sido la relación?*

**P88**

Em... bien

**P89**

*¿Cómo te llevas con ellos?*

**P90**

Em... bien

**P91**

*Bien... cuéntame un poquito más que es lo que hacen con los compañeros en la clase...*

**P92**

Eh... trotar, mostrar las formas, e...elongar y... y eso

**P93**

*Ya. Y cuando trabajan: ¿ustedes trabajan solos, trabajan en grupo? ¿Cómo lo hacen?*

**P94**

Eh...de a grupos de a dos

**P95**

*En grupos de a dos...*

**P96**

Sí

**P97**

Ya...

**P98**

Cuando es con el foco y...

**P99**

*¿Cómo es esto, cuando es con el foco?*

**P100**

Cuando tiene que sostener el foco la per... la otra persona

**P101**

*Ya... hay uno que sostiene un foco, ¿y qué hace la otra persona?*

**P102**

Y el otro... pateo con... pateo el foco, pero con la patada que le piden, que le pidió hacer esa patada

**P103**

*¿Y has tenido problemas de repente cuando afirman el foco, cuando te patean?*

**P104**

Eh... ninguna

**P105**

... ninguna...

**P106**

Solamente cuando patean

**P107**

*Ya, ¿Cómo qué problemas has tenido cuando patean?*

**P108**

Eh... eh... como que se olvida el... como que se olvidan de, de ponerla... toda la pierna recta con los pies

**P109**

*Ah... ya. Se olvidan de poner la pierna recta...*

**P110**

Sí...

**P111**

*Ya ¿y ahí tú los corriges? ¿Qué vas haciendo tú?*

**P112**

No, nada

**P113**

*Nada... no les dices nada...*

**P114**

No...

**P115**

*Ya... ¿y por qué no les dices nada?*

**P116**

Eh... porque, porque no



**P117**

*¿Por qué no, no más?*

**P118**

Porque no quiero

**P119**

*Ah... no quieres... oye ¿y has tenido algún problema con alguno de tus compañeros entrenando?*

**P120**

No

**P121**

*¿No? Alguno que al principio te cayera mal que...*

**P122**

No

**P123**

*¿Con ninguno?*

**P124**

Con ninguno

**P125**

*Ya. Y cuando tu estas en la clase, ¿cómo te sientes?*

**P126**

Eh... bien

**P127**

*Bien... qué es lo que más te gusta de, de, de las cosas que hacen en las clases. ¿Por qué te gusta ir a clases?*

**P128**

El... las... porque me parece entretenido

**P129**

*Te parece entretenido...*

**P130**

Sí...

**P131**

*En qué cosas... ¿qué es lo que te parece entretenido de las clases?*

**P132**

Eh... las patadas, los combates, la elongación y... y las formas

**P133**

*Ya. Oye y ¿te pasa en algún momento que te haya dado lata, o que hayas querido dejar de ir a entrenar?*

**P134**

Eh... en un... el año pasado sí, en un sábado

**P135**

*Pero así de no ir a entrenar nunca más, ¿te ha pasado eso?*

**P136**

No

**P137**

*Y ese sábado que me contaste, ¿por qué no te dieron ganas de ir a entrenar?*

**P138**

Eh... porque ahí le dije a mi mamá: mamá pero si dije que iba a faltar un día más

**P139**

*Ya. ¿Y por qué querías faltar ese día?*

**140**

Para que ahí, siga durmiendo

**P141**

*Ah... ¿para seguir durmiendo?*

**P142**

Si

**P143**

*¿Y qué son muy temprano las clases?*

**P144**

La de los sábados, sí

**P145**

*Ya, ¿y en la mañana te cuesta levantarte temprano?*

**P146**

Eh... no...

**P147**

*¿No?*

**P148**

Pero lo único que cuesta, que despierte sin despertar a mí... a la X que es mi hermana

**P149**

*Ah... no la puedes despertar cuando...*

**P150**

No...

**P151**

*Ya, ¿y qué pasa si la despiertas?*

**P152**

Eh... nada...

**P153**

*Cuéntame un poquito... tú sientes que desde que empezaste... mira, acuérdate del primer día que entrenaste, cuando empezaste y ahora el último día que fuiste a entrenar. ¿Tú sientes que has cambiado en algo?*

**P154**

Eh... sí

**P155**

*¿Sí? ¿En qué cosas has cambiado?*

**P156**

Eh... en las formas básicas y en la primera, no en la segunda y en la tercera

**P157**

*Ya... haciendo formas...*

**P158**

Si... y la elongación

**P159**

*También....*

**P160**

Sí y, la defensa

**P161**

*¿Tú sientes que has ido progresando en eso?*

**P162**

Sí

**P163**

*¿Y tú te has sentido mejor?*

**P164**

Eh... Sí

**P165**

*¿En qué cosas te has sentido mejor?*

**P166**

En las formas... en la forma, en la defensa y en... en... en la elongación

**P167**

*Ya pero..., saliendo un poco del tema de, del entrenamiento, de lo que se hace en la clase, tú sientes que ahora estas más enojón que antes, más tranquilo que antes, ¿sientes que has cambiado en ese sentido?*

**P168**

Más tranquilo que antes

**P169**

*Ya, ¿por qué? ¿Cómo eras antes, cómo te portabas antes?*

**P170**

Eh... Mm...

**P171**

*¿No sabes cómo te portabas antes?*

**P172**

Eh... no

**P173**

*Ya, ¿Cómo es esto entonces de que te sientes que ahora estas más tranquilo?*

**P174**

Eh... De todo...

**P175**

*Ya, ¿Cómo es eso de todo?*

**P176**

Eh... toda la clase... de la formas... de toda la clase de Taekwondo

**P177**

*Ya, pero mira...solamente dentro de la clase, de Taekwondo, tú sientes que desde que empezaste a entrenar, hasta ahora, te ha servido en el colegio, te ha servido acá en la casa, te ha servido con los amigos... ¿sientes que ha tenido algo que ver esto?*

**P178**

Eh... no

**P179**

*¿No?*

**P180**

No

**P181**

*¿No sientes que haya tenido nada que ver?*

**P182**

No

**P183**

*OK... ya y ¿por qué sientes que no ha tenido nada que ver?*

**P184**

Eh... Porque no ha pasado nada de lo que pasamos en, en la clase

**P185**

*Ya ¿Cómo es eso? Cuéntame un poquito.*

**P186**

Eh... Que nada pasa con, con las cosas

**P187**

*¿Con qué cosas?*

**P188**

Con el colegio, la casa... ni siquiera en otra parte...

**P189**

*Ya, pero espérame, ¿qué es lo que dices tú que no pasa en otras partes?*

**P190**

A como, como en la calle... en, en el campo de mi abuelita Z y...

**P191**

*¿Y qué es lo que no pasa?*

**P192**

Eh... nada de lo que enseñamo'

**P193**

*Ah... ya, ya, OK. O sea, Si yo te entiendo, tú me dices que no has peleado con nadie... ¿no?*

**P194**

No...

**P195**

*Ah, OK. Entonces vamos a hacer la pregunta de nuevo. ¿Tú te sientes bien practicando Taekwondo?*

**P196**

Sí

**P197**

*Ya... Qué hace que sientas... te pones más alegre, más contento, más tranquilo*

**P198**

Las formas, las patadas...

**P199**

*Ya, ¿y eso cómo te hace sentir a ti?*

**P200**

Eh bien

**P201**

*Bien... ¿Puedes especificarme un poquito como es esto bien? O sea, si te sientes más contento, si te sientes más tranquilo, si te da lata, si te sientes más cansado...*

**P202**

En lo más cansado, en el trote...

**P203**

*Ya, ¿y te pones contento cuando entrenas; te pones triste cuando entrenas'*

**P204**

Contento.

**P205**

*Ya, ¿Por qué te pones contento?*

**P206**

Porque me parece bien lo que me enseña.

**P207**

*¿Qué te parece bien, de que te enseñen Taekwondo?*

**P208**

La forma... la forma, la defensa, las patadas, eh... la elongación

**P209**

*¿Y eso para qué te sirve?, ¿para qué sientes tú que te sirve saber todas esas cosas?*

**P210**

Me sirve para... Me sirve para eh... saber lo de la clase de Taekwondo

**P211**

*Ya, y lo de la clase de Taekwondo, si tú estás afuera en la calle, por ejemplo, ¿para qué te podría servir?*

**P212**

Ah... la de defensa personal... podría servir con las patadas.

**P213**

Ya...

**P214**

Y del combate callejero.

**P215**

*Ya... ¿tú has tenido que pelear alguna vez en la calle o en el colegio?*

**P216**

Eh... No

**P217**

*¿No? ¿Nunca? ¿Y te gustaría pelear, tener que pelear alguna vez en la calle?*

**P218**

Mm...

**P218**

*¿O en el colegio o algo por el estilo?*

**P219**

Eh... en ni una parte.

**P220**

*¿No te gustaría?*

**P221**

No

**P222**

*Ya... ¿y por qué no te gustaría? Porque si tú sabes todas estas cosas, pero igual no te gustaría ¿Por qué?*

**P223**

Mm... porque... porque algunas veces no pasa nada en la calle, entonces alguna veces si.

**P224**

*Entonces algunas veces sí... ¿qué cosas?*

**P225**

Entonces, si a veces tengo que pelear en la calle

**P226**

*Ya... y si alguna vez alguien te, te dijera algo en la calle, ¿qué cosas harías tú?*

**P227**

Eh... nada

**P228**

*¿Nada? Mm... ya... ¿Te quedarías quieto?*

**P229**

Sí

**P230**

*Ya... ¿Y si te pegan?, por ejemplo*

**P231**

Ahí, ahí empiezo a pegar

**P232**

*Ya... ah...ya y tú crees que ganarías si tuvieras que pelear*



**P233**

Eh... sí

**P234**

*¿Sí? Ah, O sea te sientes seguro de que vas a ganar*

**P235**

Sí.

**P236**

*Ya y, antes de empezar a practicar, ¿tú sentías eso, que ganarías una pelea?*

**P237**

Eh... No

**P238**

*¿No?*

**P239**

No

**240**

*O sea, ¿te sientes seguro ahora?*

**P241**

Sí

**P242**

*Ya... ¿Por qué te sientes más seguro?*

**243**

Eh... por lo, por lo que enseña...

**244**

*Ya... y si le tuvieras que decir a un niño que entrenara Taekwondo ¿por qué le dirías que entrenara?*

**245**

Para que no lo golpeen en la calle

**246**

*Ya... ¿y para qué otra cosa?*

**247**

Y para que viera como es el Taekwondo

**248**

*Ya... ¿y qué cosas tiene de bonito el Taekwondo? ¿Qué te gusta a ti del Taekwondo?*

**249**

La forma y nada más

(Cierre)

### **EN3**

(Presentación)

**P1**

*X, la idea es que tú me cuentes un poco, qué es lo que hacen ustedes en las clases de Taekwondo*

**P2**

Hm... ah!

**P3**

*Anda más o menos repasando qué es lo que han hecho desde que... eh... vamos por parte. ¿Hace cuánto tiempo que estás practicando tú Taekwondo?*

**P4**

Hace ya como ocho meses...

**P5**

*¿Ocho meses?*

**P6**

Creo...

**P7**

*¿En qué mes empezaste tú a practicar Taekwondo?*

**P8**

Em... abril, mayo, junio... julio creo... ¿marzo?, julio?...

**P9**

*¿En marzo?*

**P10**

Marzo... dos, tres... hm, no sé, marzo parece..

**P11**

*¿Y Qué cosas han ido haciendo? Cuéntame un poco qué es lo que hacen en una clase.*

**P12**

Bueno, Lo primero es el calentamiento. Después... después de hacer el calentamiento, vamos soltando los brazos, haciendo ejercicios de, para ir soltando el... cuerpo, extremidades todo y, después empezamos la clase.

**P13**

*¿Y en qué consiste la clase?*

**P14**

Consiste en... en...

**P15**

*¿Qué hacen? Corren, se pegan, saltan...*

**P16**

Bueno, de vez en cuando hacemos o, la mayoría de las veces, hacemos con pechera o si no, con foco o escudo...

**P17**

*Ya... ¿Qué son las pecheras?*

**P18**

Las pecheras son los implementos que van en el pecho, para cubrir... el pecho...

**P19**

*O sea, usan protecciones para, para combatir...*

**P20**

Para no hacerse daño

**P21**

*Ya. ¿Usan algunas otras protecciones también?*

**P22**

Como... Cuál...

**P23**

*Te pregunto si usan más protecciones, además de eso...*

**P24**

Eh... No...

**P25**

*Ya, o sea...*

**P26**

Podría ser los protectores genitales, que va metido aquí (muestra la zona inguinal)

**P27**

*Y una vez que ya tienen puestas las pecheras y todo eso, ¿en qué consiste, qué tipo de ejercicios hacen ustedes?*

**P28**

Podría... Em... hacemos combate de dos minutos, round, como un round en una pelea de verdad, en un torneo, podría decirse... em... También...

**P29**

*Haber, explícame un poquito eso. ¿Cómo es eso de que hacen dos minutos...?*

**P30**

Que hacemos combate de dos minutos, round de dos minutos para combatir.

**P31**

*¿Por qué hacen round de 2 minutos?*

**P32**

Porque en los torneos reglamentariamente son dos minutos cada round.

**P3**

*Ah...OK. Como para acostumbrarse entonces...*

**P34**

Claro, En los adultos son más, duran más, son tres minutos...

**P35**

*OK. Y hacen algún otro tipo de ejercicio, algún tipo de ejercicio preparatorio antes de hacer combate.*

**P36**

Hm... eh... oh no sé.

**P37**

*¿O no te acuerdas?*

**P38**

No...

**P39**

*Ya... Pero para que te vayas acordando un poquito... ¿Cuándo fue la última clase que tuviste?*

**P40**

Fue hoy...

**P41**

*Y hoy día, qué fue lo que hicieron, por ejemplo*

**P42**

Hicimos calentamiento, soltamos, después hicimos ejercicio con las partes de la... del tatami...

**P43**

*Ya... ¿y qué hacían con esas partes?*

**P44**

Las ponían paralelas hacia un, hacia una dirección... hm... Y de ahí, nos iban haciendo los ejercicios

**P45**

*Ya... ¿Qué tipo de ejercicio iban haciendo ustedes?*

**P46**

Hacían...mmm... coordinación de pies, eh... a ver, coordinar los pies y velocidad y resistencia.

**P47**

*Ya, y tú sientes que, que después de todo este tiempo, ¿tienes más coordinación y velocidad y resistencia?*

**P48**

Sí... la resistencia me ha aumentado bastante.

**P49**

*Ya... ¿por qué?*

**P50**

Eh... antes, por ejemplo, en el colegio corríamos cuando hacíamos Ed. Física, corríamos más y cuestiones así. Ahora estoy más rápido que antes.

**P51**

*Ya, o sea ahora te sientes más rápido o eres más rápido*

**P52**

Eh...soy más rápido.

**P53**

*Eres más rápido... ya o sea que ahora cuando corres con los demás compañeros te va mejor*

**P54**

Sí.

**P55**

*Ya, y te cansas menos*

**P56**

No... La resistencia... no, no me canso menos

**P57**

*¿Te cansas lo mismo?*

**P58**

Sí.

**P59**

*Ya... ah OK. Y me decías también que eran ejercicios de velocidad... te sientes más rápido y más resistente entonces...*

**P60**

Sí.

**P61**

*Ya... ¿y más coordinado?, ¿Sientes que has mejorado la coordinación también?*

**P62**

Sí, porque antes podía, no se, dar patadas y no sabía dónde tirarla y a adónde llegar. Ahora sé dónde ahora, coordinar dónde pegar.

**P63**

*Ah... OK. ¿Y cómo es eso de las patadas? ¿Cómo las practican?*

**P64**

Con focos o con escudo. Por ejemplo, hacen filas y el instructor da la instrucción de, por ejemplo, qué patada dar y después él... la muestra o exhibe y después tienen, los demás tienen que hacerlo. Pateando el escudo o el foco.

**P65**

*Y cuando alguien no sabe hacer una patada ¿qué pasa?*

**P66**

El instructor lo ayuda, le explica bien la patada cómo es, cómo levantar la pierna... eh... Y cuánto estirar la pierna o cómo poner en dirección el cuerpo.

**P67**

Ah... OK. *Qué parte de esto de lo que ustedes hacen... hacen algún otro tipo de ejercicio, porque me cuentas que hacen combate, hacen ejercicio de patadas, han... ¿qué otro tipo de ejercicio hacen?*

**P68**

Ejercicios de...

**P68**

*Anda remontándote a las clases anteriores...*

**P69**

Hacemos... no me acuerdo... hacemos formas.

**P70**

*Ya, ¿qué son las formas?*

**P71**

Las formas son las... las formas eran...

**P72**

*Pero, ¿qué es lo que hay que hacer cuando el instructor les dice que hagan una forma?*

**P73**

Que hay, son pasos o... cómo se llama esta cuestión... ah... no se como er... hay que hacer pose con las manos, de tal manera de...

**P74**

*¿Hay que hacer posiciones?*

**P75**

Posiciones para defenderse o para bloquear y que también pueden servir para la vida cotidiana...

**P76**

*Ya... ah OK. Son como ejercicios básicos*

**P77**

Si... con ellos también se puede pasar de, de cinturón

**P78**

*Ya, cómo es eso... Qué hay que hacer para pasar de cinturón, ahora que mencionaste eso...*

**P79**

Hay que cuando va para el examen, tiene que prepararse antes, cuando ya el día del examen un va y tiene que... Cómo se llama... uno tiene que mostrar lo que sabe. Primero eh... Hay que, el instructor da... dice que tiene que hacer tal bloqueo o tal golpe de pie... de... de puño y tiene que ir mostrando lo que sabe.

**P80**

*Ya, y dentro de ese examen ¿también va a hacer una forma?*

**P81**

Sí... Primero exhiben eso de los puntos y toda la cuestión, después dan la forma, después hacen un round de un minuto de exhibición.

**P82**

*¿De un round de qué?*

**P83**

De combate.

**P84**

*Ah Ya... y eso es el examen ¿y cómo sabes tú si te fue bien o te fue mal?*

**P85**

Porque al final de todo, van diciendo quien pasó...

**P86**

*Ah ok. Y eso te da derecho a qué, cuando tú pasas ¿a qué te da derecho?*

**P87**

Da derecho a... subir a otro cinturón... cinturón amarillo, por ejemplo.

**P88**

*Y tú, qué cinturón tienes*

**P89**

Eh... Amarillo...

**P90**

*Ya, ¿y te pusiste muy nervioso cuando diste tu examen?*

**P91**

Eh... sí.



**P91**

*¿Sí? se te olvidaron cosas o...*

**P92**

Sí, me confundía. Todos iban pa' un lado, yo tenía, a veces tenía la mano pa'l otro lado. Tenía la mano al revés así, me equivocaba.

**P93**

*Ya, ¿y cómo te sentiste cuando estabas dando el examen?*

**P94**

Nervioso, pensando si me iba a ir mal o tal ves bien. Eh... sí

**P95**

*Ya... Pero al final te fue bien*

**P96**

Si... Pase...

**P97**

*Ya ¿y qué sentiste cuando te dijeron que habías pasado el examen?*

**P98**

Me sentía orgulloso y... pasar otro nivel, un nivel superior.

**P99**

*¿Y por qué sientes que, por que te sentías orgulloso?*

**P100**

Para... Porque en ese cinturón se mostraba todo lo que había sacrificado para merecer ese cinturón.

**P101**

*Ya ¿y qué cosas sientes tu qué hiciste para merecer el cinturón?*

**P102**

Esfuerzo... eh... de hacer los ejercicios bien... De esforzarme al máximo para tratar de hacerlo bien... Y eso...

**P103**

*Ya... ¿y sientes que al final dio frutos?*

**P104**

Sí.

**P105**

*¿Y te sentiste conforme después, te sentiste contento con tu examen, con lo que habías hecho?*

**P106**

Me sentí bien...

**P107**

*Me contabas tú, que hacían combate y que eran los mismos de los torneos. ¿Tú has tenido que ir a torneos alguna vez?*

**P108**

Sí... Una vez fui. Creo que fue el 25 de marzo... El 5 de marzo, no me acuerdo cuando fue, pero fui...

**P109**

*Ya, y cómo te sentiste, cuéntame un poquito desde que, desde que el día anterior la preparación, cuéntame cómo fue la experiencia.*

**P110**

El día anterior, eh... mi papas vivían separados, entonces yo ese día fui a la casa de mi papá y dormí ahí y estaba el... antes de dormir sentía, ah!... No voy a despertar a la hora, voy a llegar tarde... y eso. Después cuando desperté, tuve que prepararme, ir... eh... y cuando llegué no había nadie... En la sede no había nadie

**P111**

*¿Se iban a juntar en la sede?*

**P112**

Sí...Íbamos. Ya, entonces, nos quedamos ahí y al, cuando llegamos y todos, partimos OK, por decirlo así.

**P113**

*Y qué pensabas tú cuando ibai' camino al torneo*

**P114**

Decía oh!... Cuando iba, no sé, en el auto me tiritaba la pierna porque no... me daba como cosa ir para allá... Y toda la cuestión y me da, no sé, no sé nada, si ir al torneo... hm... Cuando, cuando llegué o al menos vi el lugar... era, que era grande así... Entonces dije ¡oh!... Que grande esta cuestión, entonces ya!... cuando entre vi los tatami, que son superficie donde se combate... y... nada me puse más nervioso aún más nervioso, porque aparte estaban los asientos justo ahí y dije ah! todos me van a mirar ¡que cosa! Y toda la cuestión. Entonces, fue más... más nervioso estar ahí

**P115**

*Y después, ¿qué fue lo que hiciste cuando, con todo este nervio que sentías?*

**P116**

Cuando ya tuvimos que ir a pesarnos, cuestiones así, para ver si estábamos en el peso para entrar a la categoría, no se, me sentía nervioso, así toda la cuestión. Era difícil pensar así no, no, no ¡por qué! subí algo, baje algo... Y nada de hecho, creo que ni nos pesaron dijeron, ya sí...Entonces, cuando me...cuando estaban llamando para ir a combatir el primer round que tuve, que fue en uno de los extremos del, de todos los tatami que habían

**P117**

*¿Cuántos tatamis había?*

**P118**

Cinco

**P119**

*Ah eran hartos...*

**P120**

Si eran uno... uno... dos a la izquierda, dos a la derecha y uno en el medio; y tuve que pelear en el primero de la derecha, el primer combate.

**P121**

Cuando me llamaron y nos tuvieron que sentar en una silla, para ubicarnos bien en el puesto, y con quien teníamos que combatir. Entonces al primer, cuando ahí dijeron el grupo tanto tiene que pelear con tanto en tal lugar y tuvimos, tuve que levantarme de la silla, ir... y al principio sentía que la pierna se volvía a descontrolar y me tiritaba tanto dije ah! Ya ¡llegó la hora! Entonces cuando estaba preparándome, el Prof. Juan, Juan Pablo me estaba diciendo qué es lo que tenía que hacer... eh... esperar, una cosa así...

**P122**

*¿Y qué cosas te decía, te ayudaba a que te relajaras?*

**P123**

Sí...

**P124**

*¿Te ponía más tenso lo que te decía?*

**P125**

Sí... me ponía más tenso, me sentía más, más... eh... no, como que te daba más cosa intentar de hacerlo, como que te daba más cosa... eh entonces, cuando me subí a la arena o el tatami, ahí se me quitaron todos los nervios ya...él, el que dirigía la pelea eh... cuando recién dijo, ahí ya! Combatan y toda la cuestión, tuvimos que Ahí ah! Me, me sentía más nervioso, aunque no me tiritaba la pierna, me sentía un poco más

relajado que antes... ya a veces me daba cosa, así dije ya! y mostré un poquito la pechera y ah! Me tiró una patada y Wa! punto y miraba una pantalla donde decían los puntos que marcaban y... y eso. Después, cuando terminó la pelea y me di cuenta que, yo cacho que de pura suerte gané...

**P126**

*¿Por qué, cuánto, fue mucha la diferencia o fue poca la diferencia?*

**P127**

Fue mucha, fue creo de 10 -1 o 10 - 2

**P128**

*Ya, ¿y tú crees que ganar 10 – 1 fue suerte?*

**P129**

Eh... sí, porque... Oh... Sí...

**P130**

*Ya, ¿y cómo te sentiste? Te daba susto, tenías nervio, tenías...*

**P131**

Me sentía mejor. Me sentía más motivado para seguir... eh...

**P132**

*Pero durante el combate, ¿cómo te sentías?*

**P133**

Eh nada, sentía que las piernas las tenía de palo, no... como que eran rígidas y no podía patear o cuestiones así. Era difícil...

**P134**

*¿Y cuando termino el combate...?*

**P135**

Vi la... cuando vi la, esta cuestión donde salían los puntos... el marcador ese donde estaban los puntos dije oh... Bien... Vamos a seguir adelante, vamo' a ir por más...

**P135**

*¿Y cómo te hizo sentir eso?*

**P136**

Me hizo sentir mejor, sentir más... más como preparado para la otra pelea. Después al terminar la pelea, tuve que ir a esperar el otro turno, yo dije ah... Por ejemplo que den el, yo fui, mi pelea fue la pelea 30, después la otra que sigue tiene que ser la pelea 60... o 61 y... em... Cosas así... entonces, cuando dije ah... Voy a tener hartos tiempo para descansar o cuestiones así... fue todo al revés, se hizo más corto, apenas

me senté me tuve que parar de nuevo y bajar las escaleras para ir a combatir de nuevo. Después me tuve que sentar de nuevo en una silla donde nos organizaban y ahí me volvieron los nervios, me tiritaba la pierna, me tiritaba la pierna y yo decía ah!... Con quién voy a combatir... porque se supone que mostraban, mostraban un... una silla delante y una silla atrás. Las sillas de adelante eran por ejemplo del color rojo y la fila de atrás era azul...

**P137**

*Eso era en la sala de espera...*

**P138**

Claro. Entonces, yo me sentaba adelante, era de color rojo y... era... y atrás no aparecía el con quien tenía que pelear y entonces me decía "oh! ¿Con quién tendría que pelear? será pequeño, será... no sé, rápido, dará las patadas muy fuertes tal vez... No se... entonces ahí, cuando lo vi dije oh... Cuando recién llegó yo esperaba, cuando faltaban como... dijeron un min. más y lo descalifican, yo esperaba no pelear y... y... yo...Y después tuve que combatir de nuevo, fue... difícil, fue... sentía que la pelea, se supone que la pelea es de dos minutos y yo la sentía de 20. Entonces se hacía muy largo, em... Fue bien difícil... me sentía bien agotado. Después, en el segundo round me sentía con un poco más de energía pero igual fue difícil. Creo que gané en los últimos 10, 20 seg. que íbamos eh... em... creo que íbamos 5 a 5 y... hm... Yo en esos 20 seg. Metí 3 puntos, entonces ahí quedamos 5 – 8... Y ahí gané.

**P139**

*Ya, y te sentiste diferente de la pelea anterior, te sentiste más nervioso, menos nervioso*

**P140**

Me sentí menos nervioso que antes, porque ya sabía cómo era el combate en sí, sabía qué era lo que tenía que hacer y eso...Pero el profesor X, instructor X, me decía que hiciera una cosa yo hacía otra, no... no hacía lo que él me decía porque a mí me costaba hacerlo. Entonces, no me arriesgaba

**141**

*Ok. Y esa fue la experiencia que tuviste en el torneo...*

**P142**

Sí, en el torneo...

**P143**

*Ya... fuera de eso ya me contaste un poco lo que hacían en las clases, de qué se trataban los exámenes, me contaste de lo que te paso en un torneo. Ahora, tú sientes que, fuera de eso, en tu vida diaria, te ha servido practicar Taekwondo*

**P144**

Yo... sí, sí me ha servido hartito. En el sentido de energía de... de... No se... En las clases al menos pongo un poco más de atención que antes eh... Eso

**P145**

*Ya, ¿y por qué sientes que pones más atención en clases, por ejemplo?*

**P146**

Em no se...sería

**P147**

*Tú sientes que el entrenar tiene que ver con eso también*

**P148**

Sí, yo creo que sí

**P149**

*¿Y hay alguien que te diga de afuera que sientes que estas diferentes desde que empezaste a entrenar?*

**150**

Eh sí... Mi mamá me ha dicho que estoy más tranquilo, que me demoro más en enojarme o... me daba la lesera... Y eso...

**P151**

*¿Cómo es eso? Cuéntame un poquito eso de que te enojabas más antes*

**P152**

Que... no se mi hermana se ponía pesa, mi hermano chico también me, me enrababan... No se... me hacían cuestiones, desordenan mi pieza cuando yo la tenía ordena' y después ellos no ordenaban y dejaban ahí todo desordenado y entonces a mí me daba rabia... Y toda la cuestión tenía que controlarme... me controlo más

**P153**

*Y ahora sientes que te controlas más...*

**P154**

Sí...

**P155**

*Ya entonces en qué notas eso... por ejemplo, antes qué hacías cuando te enojabas*

**P156**

Cuando me enojaba eh... yo iba y le gritaba... a mi hermano le gritaba para que ordenara de nuevo, me enojaba tiraba harta chuchá, por decirlo... para, porque me daba rabia y toda la cuestión... y ahora no... Ahora se me ha quitado.

**P157**

*Ya... ahora cómo, qué es lo que haces ahora cuando te molestan*

**P158**

Cuando me enojo yo digo ¡Ya! Esta cuestión se termina aquí! Cierro la puerta pa' que no entren, tengo que volver a dejar ordenado y... tengo que dejar todo cerrado para que no...

**P159**

*OK. Y con tus compañeros en el colegio o también dentro del entrenamiento, cómo te llevas.*

**P160**

Eh... Me llevo mejor...al menos si... cuando han sabido que practico esto... del Taekwondo, creo que me tienen más respeto, por saber que si molestan algo piensen que tal vez le pueda hacer algo...

**P161**

*Ya y tú has tenido que usar lo que has aprendido*

**P162**

No, no nunca

**P163**

*Y en qué condiciones sientes tú que tendrías o deberías usar lo que has aprendido*

**P164**

Cuando ya es mucho la molestia... ya cuando insultan hasta la familia... o cosas así... Cuestiones así, no sé cuando ya están usando agresión física, ahí uno tiene que entrar a usar lo que aprendió.

**P165**

*Ya... pero hasta el momento no te ha tocado entonces...*

**P166**

No

**P167**

*¿Y eso te hace sentir bien? ¿Cómo te hace sentir? ¿O tú quisieras encontrar motivo para pelear?*

**P168**

No... yo no ando en busca de pelear

**P169**

*Ya, y cómo sientes, tú mismo, como ya viendo bien desde ti, ¿cómo sientes tú que has cambiado desde que empezaste a entrenar?*

**P170**

Eh... bien he cambiado mucho, tanto la actitud como mi condición física, puede ser...

**P171**

*Ya, ¿y en qué ha cambiado tu actitud?*

**P172**

La actitud puedes ser... que antes era más irrespetuoso, antes molestaba más...

**P173**

*¿Con quién eras irrespetuoso?*

**P174**

Con mis papas, mi mamá sobre todo

**P175**

*Ya*

**P176**

Y no sé, era más pesado con compañeros

**P177**

*¿Y tú sientes que ahora eres más respetuoso?*

**P178**

Si

**P179**

*Ya...déjame revisar si... Hay alguna otra cosa que me quisieras contar, que quisieras agregar a la entrevista*

**P180**

Eh...no, no se...

**P181**

*¿Algún comentario tuyo, alguna reflexión quizás?*

**P182**

No sé... He, que he aprendido bastante, tanto para evitar problemas como saber cuándo enfrentarlos, en qué situaciones enfrentarlos.

**183**

*¿Cómo sería eso?*



**P184**

Em...

**P85**

*Lo que me cuentas recién*

**P186**

Qué...

**P187**

*Un poquito más en profundidad lo que me dices que has aprendido*

**P188**

Que he aprendido más eh...

**P189**

*Me decías que has aprendido cuándo ha... has aprendido mejor a saber cuándo usar y cuándo no usar lo que has aprendido...*

**P190**

Si po'... em... cuando por ejemplo, cuando un amigo te hace una broma, aunque sea más o menos bien pesa... Pero es tu amigo, tal vez pueda aguantarle eso, tal vez no tenga que usar lo que aprendí... Cuando hay que usarlo, cuando ya ellos te dicen cuestión, ya... eh traen más amigos de hecho a... a que a uno le peguen, porque ellos no pelean solos, siempre van en grupos de dos, tres, y así... nunca pelean solos. Al menos yo pienso si uno se llegara a meter con ellos, llega toda una pandilla. Por eso a veces no, no lo uso...

**P191**

*Ah, ¿ahí es mejor mantenerse alejado?*

**P192**

Claro, evitar el problema

**P193**

*Ya... ¿alguna otra cosa como para cerrar?*

**P194**

Em... me gusta asistir a las clases, aunque a veces he faltado por tantas razones

(Cierre)

## EN4

(Presentación)

### P1

*Cuéntame un poco de qué se trata el taller de taekwondo...*

### P2

De auto-defenderse y de protegerse de todos los que te quieren hacer daño.

### P3

*¿qué cosas hacen ustedes cuando están entrenando?*

### P4

Algunas veces, cuando el instructor no está mirando, algunas veces empezamos a divertirnos o cuando sale así como a conversar empezamos a jugar.

### P5

*Y normalmente cuando están entrenando ¿qué cosas hacen?*

### P6

Cuando estamos trotando algunas veces empezamos a jugar a la pinta, pero al final el profe nos reta y tenemos que trotar... es verdad.

### P7

*Ya... cuéntame un poco los ejercicios que hacen cuando están... más allá de cuando se ponen a jugar...*

### P8

¿Cómo es la pregunta?

### P9

*Qué ejercicios hacen cuando están entrenando*

### P10

Eh... pateamos, nos defendemos con el brazo y nos enseñan así como si alguien nos ataca le hacemos así como algo así y cualquier cosa para poder defendernos.

### P11

*¿Y qué es lo que más te gusta de las clases?*

### P12

Es divertido porque me gustan los niños que están en taekwondo porque son como mis amigos.

**P13**

*Son como tus amigos... ¿y al principio eran amigos o no?*

**P14**

No al principio no los conocía muy bien, pero sí ahora sí son mis amigos... me caen bien.

**P15**

*¿Y qué pasó ahí que se fueron haciendo amigos?*

**P16**

Es que empezamos a conversar más, después empezamos así como a juntarnos más y después empezábamos a jugar más porque nos hicimos amigos, me hice amigos de ellos...

**P17**

*Ya... o sea que ha sido agradable para ti estar en el taller...*

**P18**

Si...

**P19**

*¿Qué es lo que más te ha gustado del taller?*

**P20**

Lo que más me gusta del taller es que puedo disfrutar con mis amigos, porque es como una parte de mi familia...

**P21**

*Es como una parte de tu familia... ¿pero ustedes hacen combate también ahí?*

**P22**

Sí, pero aunque algunas veces así como que hacemos algo mal, yo las cosas malas las hago chistosas, así como que se cae y yo digo ¡Oh te caíste!... y todos se empiezan a reír y después la ayudo y digo ¡oh! y después sigo conversando mientras pateamos y todo eso...

**P23**

*O sea que se van ayudando también*

**P24**

Si... a sentirse mejor, para no sentirse mal.

**P25**

*Ya... o sea, si alguien se cae, por ejemplo, los demás lo ayudan para que no se sienta mal...*

**P26**

Sí.

**P27**

*¿Y qué cosas sientes que has aprendido en el tiempo que llevas practicando?*

**P28**

Lo que aprendí es así como a auto-defenderme y también me en el recorrido de taekwondo he conocido más personas y esas personas que he conocido han sido más amigos míos...

**P29**

*Ya... cuéntame algunos de los amigos que has conocido, ¿cómo te hiciste amigos?*

**P30**

La X el Y, la Z... el W... no me acuerdo quien más porque son hartos... la... hay cómo se llama.... ¡No me acuerdo!

**P31**

*Ya... ¿y ustedes hacen cosas fuera del taller también?*

**P32**

Si algunas veces, cuando así como cuando salimos a tomar agua así como cuando hay mucho calor, y es el día sábado nos empezamos a tirar agua y nos divertimos hartos.

**P33**

*¿Y en qué momento se tiran agua?*

**P34**

Cuando estamos tomando agua así como que alguien empieza así como que ¡pf! Y después otro toma agua y se la tira y después todos empiezan a tirarse agua.

**P35**

*¿Pero eso es durante los descansos, durante el entrenamiento?*

**P36**

No, cuando nos dejan ir a tomar agua.

**P37**

*Ya... ¿y qué sentimientos te van apareciendo a ti cuando estas entrenando con tus compañeros?*

**P38**

Qué sentimientos... Me siento feliz, me siento con ganas de hacer taekwondo pero algunas veces me canso mucho, pero igual sigo entrenando...

**P39**

*¿Y por qué, si te cansas mucho, sigues entrenando?*

**P40**

Para disfrutar más de los momentos, de cada momento que hago taekwondo y cada momento para estar con mis amigos.

**P41**

*¿Qué cosas de las que me cuentas tú que hacen en las clases, lo que más te ha costado hacer, qué se te hace difícil hacer?*

**P42**

Cuando, cuando hay que hacer así como patadas así como que darse vueltas y patear para atrás. Cuando doy la vuelta me cuesta mirar así... así como para atrás y algunas veces lo que quiero hacer es pegarle fuerte y pero le pego despacio porque estoy insegura de donde voy a patear.

**P43**

*¿Y cómo te sientes tú cuando pasa eso?*

**P44**

Enojada, porque quiero dar lo mejor de mí y no puedo en ese momento, pero después sigo y voy mejorando poco a poco...

**P45**

*¿Y qué pasa con los demás cuando ven que a ti no te sale algo?*

**P46**

mm.. no sé qué piensan de mí.

**P47**

*Pero se te acercan, te corrigen, te dan una mano...*

**P48**

No, no dicen nada. Pero me enojo porque me hubiera gustado que esa patada hubiera sido muy bien pero no me resulta.

**P49**

*Y cuando... ¿y qué es lo que haces cuando tú te das cuenta, “me salió mal, no salió como yo quería”; qué haces tú para mejorar eso?*

**P50**

Eh... lo intento varias veces hasta que me salga bien y después así me pongo más feliz para entrenar para hacer por fin esa patada bien. Y después algunas veces, cuando me sale bien, las otras las hago súper bien y, aunque me salgan mal no me enojo...

**P51**

*Aunque te salgan mal no te enojas, porque la otra te salió bien...*

**P52**

Sí... y sé que puedo ser más buena...

**P53**

*Y cuando les toca hacer combate en el entrenamiento ¿cómo te sientes?*

**P54**

Cuando me toca hacer combate me siento... feliz, es como que mis compañeros como que piensan como que me apoyan, entonces, me siento feliz de que me apoyen que me ayuden y que me corrijan cuando hago algo mal...

**P55**

*Pero y esto de tener que combatir con otro compañero y que te van a pegar o que tú vas a pegarle ¿cómo te sientes con eso?*

**P56**

Bien, porque cada patada que me llega, cada patada que me llega aprendo más. Por cada patada que me pegan sé que tengo que hacer; si ellos intentan hacer, ya sé que tengo que hacer: bloquear o patear, defenderme y contra-atacar, atacar y ya sé lo que tengo que hacer al ver la patada que me llega...

**P57**

*Ya... ¿y te da susto que te vayan a pegar en la cara o algo por el estilo?*

**P58**

Algo así, pero no me importa mucho, porque sé que fue sin querer, porque además no me sentiría tan enojada.

**P59**

*Y al principio, cuando recién empezaste a practicar taekwondo, ¿cómo te sentías haciendo combate?*

**P60**

Muy asustada, porque no sabía qué íbamos a hacer, no sabía si me iban a pegar, porque igual había niños bien grandes, más altos que yo y me asustaban no sabía si me iban a pegar, no sabía qué me iban a hacer.

**P61**

*Ya... ¿y ahora también peleas con niños más grades que tú?*

**P62**

Sí, si ahora ya que he progresado harto en taekwondo, no me da miedo pelear con niños grandes, aunque sea con el X.

**P63**

*Hm... aunque sea con el X... ¿X es muy alto?*

**P64**

Sí, pero él aunque sea grande, él me enseña mientras me pega porque si es muy alto y tiene piernas largas y me pateo y me echa para atrás y me pega, yo ya sé lo que tengo que hacer, si me pega otra vez tengo que acortar. Y después sigo feliz, porque aunque él me quiera pegar esa patada, aprendo más.

**P65**

*Ya... tú me contabas que te llevabas bien con tus compañeros, con quien... ¿te llevas con todos bien, te llevas con algunos bien... hay alguien que te caiga mal...?*

**P66**

El P...

**P67**

*El P ¿qué?*

**P68**

El P, el de taekwondo, el P...

**P69**

*Ya... ¿él te cae bien, te cae mal?*

**P70**

Me cae más o menos.

**P71**

*Ya... ¿qué pasa ahí?*

**P72**

Se tira peos en la clase. Y una vez se piso caca con el pie y tuvimos que irnos para afuera, con todo el frío.

**P73**

*Pero esas son cosas puntuales, ¿pero él te trata mal, te molesta o algún otro compañero te molesta?*

**P74**

No, no me molesta nadie. Aunque me molestara, algunas veces así como me molestan, pero lo encuentro gracioso me río; pero si no me gusta mucho lo que me dicen, eh... le voy a decir al profe que me dijeron algo malo que no me gustó que me dijeran...

**P75**

*¿Y te ha pasado eso de que en algún momento de hayan dicho algo malo, algo que note gustara?*

**P76**

No, todavía no. Pero aunque no me acuerdo de ninguna vez que le haya avisado al profe.

**P77**

*¿Y a ti te gusta entrenar en grupo entonces?*

**P78**

Sí, mucho.

**P79**

*¿Y qué prefieres, entrenar sola o entrenar en grupo?*

**P80**

En grupo.

**P81**

*¿Y por qué?*

**P82**

Porque si estoy sola... no, me siento sola, me siento sin apoyo, me siento triste por ser la única que quiere hacerlo. Y además si lo hago sola, siento que nadie me quiere, que me dejaron ahí.

**P83**

*¿Y tú qué le recomendarías a la gente entonces, que entrenara en grupo o sola?*

**P84**

Que entrenara en grupo, porque si lo hace solo no se siente feliz.

**P85**

*O sea, para ti es importante que te apoyen cuando estas entrenando...*

**P86**

Sí y también en los momentos más difíciles, si hay alguien apoyándome, porque si así como si tu vas a un torneo con un niño y él te va ganando nadie te va a apoyar, te vas a sentir mal, porque nadie te quiere, nadie te apoya, nadie está ahí para verte,



nadie está ahí para apoyarte, para decirte: ¡vamos mane, sigue!; nadie, es triste que nadie venga.

**P87**

*Y ahora que me contabas esto del torneo, ¿tú has tenido que ir a competir a torneos?*

**P88**

Sí.

**P89**

*Ya... ¿y cómo te has sentido compitiendo en torneos?*

**P90**

Bien y algunas veces mal, porque voy en pre-infantil y a mí me gustaría ser infantil, así como para pegar más, ganar puntos y todo eso.

**P91**

*A ver, vamos por parte, ¿por qué te sientes un poco mal con los torneos?*

**P92**

Porque no me gusta ser pre-infantil, no me gusta.

**P93**

*Ya... o sea, quisieras crecer para pelear en infantil...*

**P94**

Sí...

**P95**

*¿Y por qué sí te gusta ir a torneos?*

**P96**

Porque se siente bien que todos te apoyen y tú te sientes orgullosa por tener una familia que te apoye. Se siente muy bien.

**P97**

*¿Y quiénes te han ido a ver a los torneos?*

**P98**

Mi papá, mi hermana, mi mamá. Algunas veces el bebé y no me acuerdo de nadie más, pero los papás de los amigos míos, como del X, también apoyan a sus amigos. Así como que los papás del X, yo soy amiga del X y los papás del X me apoyan a mí cuando estoy en torneos, mi mamá también, mi papá. Entonces, te sientes así como con mucha energía para pelear...

**P99**

*Ya... ¿y a ti te gustaría hacer combate con contacto, por qué?*

**P100**

Porque se siente bien, se siente como si estuvieras libre... como que nada te detiene. Es como si tu mente dijera: "si empiezas ahora, debes terminar". Y te sientes bien, se siente muy bien. Se siente que todo lo que aprendiste, lo sueltas, se lo muestras a todos. Eso se siente muy bien, con contacto.

**P101**

*Y desde que tú empezaste a entrenar hasta hoy día, ¿cuánto tiempo llevas tú entrenando?*

**P102**

No me acuerdo muy bien, parece que tres años, parece... porque empecé de primero, parece...

**P103**

*Ya... y desde que empezaste tú hasta, hoy día, ¿has notado cambios en ti?*

**P104**

Sí.

**P105**

*Ya... ¿qué cosas, cuéntame qué cosas sientes que han cambiado?*

**P106**

Siento que cuando alguien me molesta o me hace cosas malas, ya no me da miedo así como contra-atacar, aunque mi mamá me rete porque le he contra-atacado, no me importa porque sé que no... que aunque me rete, lo hice bien porque debería haber contra-atacado, porque no me pueden hacer eso...

**P107**

*¿Contra-atacado como qué?... a ver cuéntame qué cosas han pasado...*

**P108**

Una vez, estábamos así como jugando, estábamos jugando a la escondía, parece que esto fue en segundo, tal vez, no me acuerdo cuando era. Me había quedado sola, con mi hermana y con sus amigos, porque estábamos en Infancia Misionera y nos teníamos que quedar ahí a que la tía nos fuera a buscar. Y con los amigos de la Y y yo, jugamos a la pinta escondía. Entonces los amigos de la Y se fueron a esconder a los baños de los hombres y yo, que ya me había dado cuenta porque los estaba buscando y vi cuando entraron, y yo fui corriendo a la puerta les dije oigan no se puede entrar y dijeron no si se puede. Entonces, yo les seguía insistiendo pero estaba como así de la puerta y después me tomaron entraron al baño de los hombres. Le pegué en la cabeza así como ¡puejh!, y al otro le había pegado en la guata una pata' y me fui corriendo...

**P109**

*O sea, le pegaste a uno en la cara y al otro una patada...*

**P110**

No, le pegué en la cabeza así, pero bien fuerte, con todas mis fuerzas...

**P111**

*Ya... le pegaste un coscorrón en la cabeza...*

**P112**

Algo como así...

**P113**

*Ya....*

**P114**

Y le pegué una patada en la guata al otro.

**P115**

*Le pegaste una patada en la guata...*

**P116**

Sí, y me fui corriendo donde mi hermana y los retaron. Y después, desde ahí no tuve más miedo de hacer taekwondo porque vi que si sirve para defenderse...

**P117**

*Ya... ¿y te salió esto automático?*

**P118**

Si fue como que mi cuerpo lo hiciera, no como, yo no quería hacerlo pero mi cuerpo decía que sí, entonces lo tuve que hacer, porque si no lo hacía ellos me iban a seguir dejando ahí atrapada en el baño de los hombres. Me sentía mal, porque ellos, yo también creía que eran amigos de la Y, pero ya que yo soy su hermana no deberían hacer eso porque a la Y no le gustaría que me metieran al baño de los hombres, así que les pegué.

**P119**

*Ya... ¿y qué te dijeron después, te retaron en tu casa?*

**P120**

No, me citaron así con la Sor, el X que es un compañero de la Y y el Z, que también es el compañero de la Y. Nos tuvieron que citar con la Sor y tuvimos que conversar y hasta ahí no más llegó la cosa y nunca más jugué con ellos. Mi mamá me dijo que no jugara más con ellos.

**P121**

*Ya... ¿y tu papá te dijo algo?*

**P122**

No, no me acuerdo si me dijo algo.

**P123**

*Ya... y además de esto que pasó, qué ahora sientes que te puedes defender, ¿tú sientes que has cambiado en alguna otra cosa?*

**P124**

Yo he sentido que ahora soy más fuerte que antes, me siento con más energía. Cuando me canso pienso que si me rindo ahora nunca lo voy a terminar y es lo mismo que hago en taekwondo. Que yo estoy muy cansada pero aunque esté cansada sé que si no lo termino voy a tener que seguir haciéndolo igual, así que sigo corriendo con todas las energías que me quedan. Entonces, me siento con más energía con más fuerza y con más paciencia para esperar y para seguir, seguir adelante.

**P125**

*¿Y cómo te sientes tú con todos estos cambios que me dices?*

**P126**

Con estos cambios me siento muy bien, me siento muy bien, me siento con más energías de hacer lo que no he realizado en la vida, me siento mucho mejor que antes.

**P127**

*¿Y tú has notado que tus compañeros han cambiado desde que empezaron a entrenar?*

**P128**

Es que yo entré cuando ya todos estaban entrenando. Pero a la, pero también he visto a otras niñas que yo entré y los vi entrar igual han progresado hartito, aunque no sean así como tan expertos en hacer eso, igual son muy buenos, como la Z, ella ha progresado hartito. Ahora, ya que peleo con la W y todo eso, ahora ya sabe lo que tiene que hacer cuando un niño como la W le pegue, tiene que acortar, ya sabe todo lo que tiene que hacer.

**P129**

*¿Ya... y tú has visto que ellos cambien en sus sentimientos, que se sientan más seguros?*

**P130**

Sí, siento que... veo que la Z está más segura de sí. Ahora tiene más atención, ya sabe lo que debe hacer. Y además, veo que ella es más alegre que antes...

**P131**

*Ya... ¿la veías menos alegre?*

**P132**

Antes no, la veía muy así como triste, algo asustada, pero con el tiempo dejo de hacer eso y se volvió más fuerte.

**P133**

*¿Y tú sientes que alguien más ha cambiado desde que empezó a entrenar?*

**P134**

El X, porque antes... el profe siempre lo corregía a él, siempre lo corregía, porque hacía patadas malas, a lo mejor; pero ahora se lo dice a la primera y todas las demás las hacen todas bien y además es más divertido...

**P135**

*Es más divertido, ¿cómo es eso que es más divertido?*

**P136**

Hace más cosas locas, hace como travesuras, juega hartito, dice chistes, hace caras locas, todo eso.

**P137**

*Ya... ¿y a ti eso te gusta?*

**P138**

Es divertido...

**P139**

*Ya... ¿tú crees que es bueno eso que, vayan cambiando?*

**P140**

Que vayamos cambiando... sí es bueno porque aprendemos más de la vida...

**P141**

*Ya... ¿qué cosas sientes tú que aprenden de la vida?*

**P142**

Ellos aprenden de la vida que hay que disfrutarla más antes de que tal vez se termine, porque algún día les puede pasar algo y tal vez quieran terminar algo que no pudieron así que deben disfrutar cada momento de su vida...

**P143**

*Ya... como para terminar, ¿por qué crees tú que la gente o por qué crees tú que otros niños deberían practicar taekwondo?*

**P144**

Porque es muy divertido, aprendes a auto-defenderte, a atacar a contra-atacar; y además, si tú entras a taekwondo puedes, también puedes disfrutar un momento, un momento que no has aprendido nunca, que nunca has sabido en tu vida, o sea es algo... un progreso más en tu vida. Ir a taekwondo es como un progreso más de la vida, algo como que nunca lo hayas conocido. Entonces, yo le recomendaría a otros niños que si se quieren meter que se metan, porque sería un momento más de sus vidas, que tal vez le hayan pasado algo y no... y ellos querían meterse a taekwondo y no pudieron; les gustaría hacer eso, así que a todos los niños les recomendaría hacer eso, porque además tendrían más amigos, conocerían más gente. Y cada vez que alguien los moleste sabes que tienes que hacer, eso es algo bueno.

**P145**

*¿Hay alguna otra cosa que te gustaría agregar?*

**P146**

Que si un niño lo molesta o lo molestan mucho, debería meterse a taekwondo porque así te enseñan a auto-defenderte cuando te hacen algo malo, y si te hacen algo malo te pueden dañar a ti... eso.

(Cierre)

**EP1**

(Presentación)

**P1**

*¿Cuáles son los motivos que los llevaron a ustedes a meter a X a un taller de Taekwondo?*

**P2**

En primera instancia fue por el tema de su peso, porque él tenía problemas de hipotiroidismo, por lo tanto teníamos que buscar una actividad que lo tuviera siempre en movimiento y

**P3**

nos dimos cuenta que al final no era sólo por el tema del peso sino que tener mejores relaciones sociales con sus amigos, que se explayara más y que fuera algo que a él le gustara y no fuera obligado donde él iba para poder bajar de peso, para tener mejor conducta...

**P4**

Bueno, él nunca ha tenido mala conducta, pero sí para que se integrara mejor a todas las cosas, porque a veces le daban vergüenza algunas cosas...o, no sé poh, a veces él estaba con un grupo de niños y le daba lata tener que pararse y correr...

**P5**

Ahora no, ahora nos hemos dado cuenta que él ha cambiado mucho ese esquema, o sea, ya no es X que se esconde cuando se ve más gordito o más flaquito, ahora él es X...aparte que, si bien es cierto que con esto controla el tema de su peso, también el tema de su personalidad ha sido muy importante en él.

**P6**

*¿Ustedes creen que el tema de la personalidad era muy importante en X en algún momento?*

**P7**

Sí, porque hubo un tiempo en que ni siquiera al colegio le gustaba ir, porque le daba vergüenza simplemente ser el hijo de la profesora y él con esto aprendió a sentir y se ha dado cuenta que no siempre es el hijo de la tía Y, sino de que él es X X X y como todos los niños del colegio es un niño más y esto le ha servido también para que se dé cuenta de eso...de que no siempre va a cargar con el tema de la mamá en la espalda.

**P8**

*Y qué cosas de las que hace en el entrenamiento sientes tú que han tenido que ver con esto?*

**P9**

*¿Cómo qué?*

**P10**

*De las actividades que hacen en las clases de Taekwondo, cuáles crees tú que han tenido que ver con este cambio que dices que ha tenido X.*

**P11**

Aprendió a ser más independiente...rotundamente aprendió a ser más independiente, es un niño que vive siempre en actividad...

**P12**

Porque antes X era un niño súper sedentario para sus cosas. Él no salía de la bicicleta y el computador...ahora existe el correr, el jugar, el saltar, el gritar y se ha desenvuelto mejor. Yo creo que se desenvuelve mucho mejor, tanto en el colegio como en la casa, con su hermano.

**P13**

Lo que él aprende en la clase, él lo llega a practicar aquí con su hermano, que antes, si bien cierto, Benjamín era más chiquitito, pero él aprendió a compartir más con su hermano, enseñarle cosas a su hermano. Él es como el profesor aquí de su hermano.

**P14**

*Y en el colegio, me dijiste que también había tenido algunos cambios. Cuéntame de eso*

**P15**

También, por ejemplo en el colegio cuando tenía un problema con los niños y lo único que hacía era llorar. Él no buscaba soluciones, él lloraba, corría a ver a su mamá, corría a ver a su papá llegaba del colegio y él “no es que me pasó esto”. Ahora no, ahora él trata de buscar la solución al problema, por eso creo que le ha favorecido en relación al cambio de actitud a las personas.

**P16**

*Cuál es la imagen, que si bien tú tenías una imagen de X antes de empezar y ahora tienes una imagen de X que ya lleva un tiempo practicando. ¿Cómo ha cambiado esa imagen?*

**P17**

En cuanto a que él ya se le nota que no depende de su mamá para hacer muchas cosas y yo creo que también pasa por un tema de que una como mamá siempre espera que sus hijos siempre estén bajo el alero de una siempre y gracias ahora no. Él no, él trata de ser más independiente, hace sus cositas más solo, o sea no, no es que las haga más solo, sino que ya es iniciativa de él hacer cosas,

**P18**

porque como el tema del Taekwondo es una disciplina, él entendió que todo debe ser como una disciplina, o sea de que él debe tratar de resolver sus problemas solito y resolverlos y no tener que buscar siempre la técnica...no se poh, si bien es cierto, en algún momento él llegó a pensar en pegarle a sus compañeros, porque ya estaba harto de todo y quería practicar taekwondo para hacer eso, él se dio cuenta que antes de llegar al golpe, había que conversar, había que trabajar esto y en eso él ha cambiado mucho...él ahora se enfrenta a las cosas...eso.

**P19**

*Cuéntame un poquito cómo está abordando ahora las situaciones. Para profundizar un poco lo que me comentabas recién.*

**P20**

¿En cómo las aborda, cómo las enfrenta? Ya, si bien es cierto él tiene un tema X con alguien, si lo molestan, no lo molestan...basémonos en el tema de que lo molesten. Antes como yo te decía, él lloraba, ahora no, ahora él no llora, él busca la forma de solucionarlo...primero conversa, o trata de conversar. Cuando no se puede, insiste en



que las cosas se tienen que arreglar, insiste y cuando no ve ninguna solución, él enfrenta a la persona en sí, enfrenta su miedo y si bien es cierto,

**P21**

todos saben que él practica taekwondo y que puede golpear y qué sé yo, él no lo hace, porque no busca como un medio de violencia, no lo busca como una solución de problemas frente al golpe, sino que él sabe que debe respirar y luego de eso, enfrentarlo, o sea, conversarlo, ver la manera de solucionar el problema y si no simplemente alejarse y buscar otros compañeros que si le pueden ayudar en eso, en su vida, en su quehacer.

**P22**

*¿Entonces si no puede resolver el problema, trata de no hacerse más problemas?*

**P23**

Claro, él trata y trata y trata y se esmera en resolver el conflicto, pero no en quedarse en el “ah, como este me molestó, cuando él me moleste le voy a pegar”, que era lo que él pensaba antes, “y que no, que ya me tiene hartado, me tiene aburrido”, qué sé yo.

**P24**

*O sea, por lo que entiendo yo, él se metió a taekwondo para aprender a pegarle a sus compañeros*

**P25**

Era en su primera instancia era eso. Él quería aprender a pegarle a sus compañeros, porque él antes pegaba el empujón y como tenía fuerza bruta, lo hacía nomás y si bien es cierto que lo hizo una sola vez cuando era chiquito, ahora tiene diez años y esto fue hace cinco, cuando estaban en kínder, y él se dio cuenta que no fue la mejor forma de solucionar el problema, porque nunca lo solucionó, esto siguió y siguió y simplemente como el compañero lo siguió molestando él se lo advirtió muchas veces y el compañero siguió,

**P26**

él lo conversó y el compañero siguió, él simplemente se alejó y después los compañeros que realmente lo ayudaban y que estaban con él y no era solamente porque tuviera buenas notas, porque les ayudaba con las tareas, porque les prestaba las actividades, eran realmente sus amigos.

**P27**

*Cómo te sientes tú cuando ves que literalmente tu hijo está combatiendo en una competencia?*

**P28**

Nooo, bien, bien porque me doy cuenta que no es el X que arranca si un compañero le va a hacer algo o que alguien le vaya a hacer algo, el no arranca, sino que es alguien que enfrenta y como ya tiene mecanismos ya sean mecanismos con lo cual

defenderse, él enfrenta en ese momento del entrenamiento a sus compañeros, pero no busca dañar a sus amigos, eso sí. Él busca defenderse en la actividad que está realizando.

### **P29**

Trata de no practicarlo afuera eso sí, o sea, él nunca me ha dicho “mamá yo pelee con un compañero porque él me molestó” no, sino que él lo hace en sus actividades, él sabe que ahí el tiene que hacerlo y cuando fuese muuuucho, a mí nunca me ha dicho “mamá, le voy a pegar ahora” no, ahora no, porque es como su vía de escape.

### **P30**

A él le gusta mucho lo que está haciendo y viéndolo feliz con lo que está haciendo, o sea, nosotros lo apoyamos al dos mil por ciento y se ve feliz, se ve contento, de hecho ahora que está enfermito y uno le dice “X no vas a poder ir” y yo le digo “X yo entiendo que te gusta mucho, pero no puedes ir, porque para ir tienes que estar bien, si no, te vas a volver a enfermar, vamos a volver a caer en cama y vas a tener que volver a perder muuuucho más tiempo de entrenar”, de hecho, eso a él lo complicaba cuando tenía que dar examen, estaba muy asustado, porque no sabía si él estaba apto para poder presentarse al examen y ahora que él escuchó que sí, está feliz. Da lo mismo si sigue enfermo o no sigue enfermo, pero si él no se cuida tampoco va a poder.

### **P31**

*¿Hay alguna cosa que te gustaría agregar, para finalizar la entrevista?*

### **P32**

No poh... a ver que puedo agregar. Que yo me siento muy contenta con todo el desarrollo que él ha tenido en este proceso, que me doy cuenta que tal vez como mamá yo dije algún día “no él no va a poder, porque él da mucho susto” porque él juega...él juega brusco pero no al extremo de...o sea, yo tengo claro que no es un juego que él practique taekwondo, pero yo lo veo...yo creo que uno como mamá siempre ve a los niños como muy chiquititos y como que es un juego, indistintamente que uno sepa que es una disciplina y que él debe cumplir con ciertas normas, pero yo he visto que él se ha desarrollado mucho. Ojalá que no me equivoque y vea que él sigue mejor cada día y mientras a él esto le guste y yo vea que como persona está creciendo, con mayor razón y creo que como mamá yo siento que una está más encima que el papá, pero yo creo que como mamá, si él se siente feliz y le está haciendo bien, con mayor razón seguimos al pie del cañón con él.

(Cierre)

## **EP2**

(Presentación)

**P1**

*La idea es que usted me cuente un poco, cuál ha sido la experiencia que ha tenido a través de todo el proceso que ha ido viviendo X, desde que empezó a entrenar hasta el día de hoy.*

**P2**

Ya... haber... de entrada el... X era súper tímido. O sea, él tímido tanto en el colegio, su entorno... de hecho hablaba bajo. ¿Ya? y él desde que entró ha ido sacando un poco más de voz, se ha relacionado mejor con los amigos, de hecho interactúa más con los amigos porque yo lo notaba en grupo siempre solo...

**P3**

*¿Siempre solo?*

**P4**

O sea de hecho él... eh... normalmente era como el 'piola' del grupo o simplemente estaba con ellos un rato y después ya se iba. Entonces, pero hoy ya no, de hecho él tiene su grupo de amigos que comparten, tiene su eh... bueno, de hecho se juntan siempre, veo que aporta, se relaciona mejor, se le escucha, o sea uno normalmente esta como cerca de ellos y antes yo escuchaba a todos los niños y a él no. Y ahora, o sea y hoy él opina, grita, se ríe, comparte más de hecho...

**P5**

...y en cuanto a sus responsabilidades ese es un tema que igual él sabe, o sea, lo veo comprometido con un tema. Él llega y yo se que él se va a su a su práctica eh... por ejemplo a veces soy yo la que a veces me digo ya hoy día no y es como que no mamá tengo que ir...entonces eso me he dado cuenta de que él asumió su rol, asumió su responsabilidad y en realidad como eso, a él lo veo como más maduro, o sea tendrá que ver con esto y con la etapa de ir creciendo, esto como apoyo quizás, pero él en si ha cambiado hartito o sea esta más lo veo un poquito más hombre, o sea no lo veo como tan mamón... ¿cachay?

**P6**

*¿Y por qué lo veía como mamoncito antes?*

**P7**

Porque X es mamón po'... Miguel todo la mamá po' o sea de hecho yo tenía que hablar por él, defenderlo. Y hoy en día me he dado cuenta que no po', de hecho él... a ver, de hecho sus compañeros me cuentan de que hay muchas veces, hay instancias en donde lidera cosas mínimas pero lo hace. Entonces igual cumple un rol que pa' mi igual es como importante que es lo que yo esperaba de él.

**P8**

*Ya... con esto de mamón ¿Usted se refiere a que era muy apegado a su mamá?*

**P9**

Apegado a uno, entonces se...se atenía en el fondo a que uno hiciera las cosas por él. Hoy no, de hecho él está pendiente de sus cosas, está pendiente de su ropa, pendiente de sus responsabilidades, pendiente de muchas cosas más, incluso hasta su hermana... me entiendes? O sea, por ejemplo, si él ve que yo no estoy o que yo no puedo... él viene y no sé, es hombre de acostar a su hermana, hacerle la leche a su hermana. Entonces, en cuanto eso también a sido muestra que él ha está creciendo, o sea de que él igual dio un paso en su vida...

**P10**

*Y esas cosas ¿él no las hacía desde...?*

**P11**

No, estoy hablando de estos días, ya desde que entró... no porque en realidad para todo el tema la mamá. Y hoy en día ya no ya po', cachay... entonces, por ejemplo, no se roles como... que para mi son importantes, de hecho, eh... no sè uno a veces llega cansa', me sucede mucho, o con dolor de cabeza... y él es como... no sé... yo ahí me he dado cuenta de que él en el fondo creció, porque él... eh... sin decirle nada automáticamente toma un rol de acostar a su hermana, de ayudar a su hermana, me entiendes... de Y tienes tareas, Sofía esto, entonces, yo creo que esto le sirvió a él también como para crecer, para pensar distinto, para sentirse como el hermano mayor, o el hombre... a veces hasta el hombre de la casa... entonces eh... eso más que nada, yo lo veo como eso, de que esto de que le sirvió... de partida sacó el habla.

**P12**

O sea la personalidad que él tenía a la que hoy tiene que antes no hablaba, de hecho antes no.... era como muy tímido. De hecho su profesora jefe de ese minuto fue la que... eh... fue como la gestora de que él participara en todo este cuento, entonces. Y así fue, o sea de hecho fue lo que ella pensó lo que vio y ella de hecho pronosticó un resultado que hoy en día yo lo estoy viendo, porque antes él era el que no hablaba en clases y que muchas veces por no hablar o por ser tímido, se quedaba atrás en cuanto a que él por ejemplo por no hablar no mostraba una tarea, por no hablar no demostró que él sí supo lo que se estaba comentando o por no comentar o por ser un poco tímido se quedaba ahí.

**P13**

O sea de hecho, tenía como una mala costumbre que cuando necesita decir algo se acercaba a la persona y le hablaba al oído, me entiendes. Estando la persona al lado incluso, y hoy no po'.

**P14**

Porque yo se que veo que aunque lo sienten atrás, él levanta la mano, el opina, el habla, incluso hasta... no sé si desordenado en todo, pero si un poco más inquieto... yo de hecho me he dejado caer al colegio y lo veo entre sus compañeros. Es el que habla fuerte es el que opina o el que da ideas o el que lidera a veces también, juegos

y eh... sin ir más lejos, por ejemplo, el partido de Chile de la semana pasa' del día viernes, o sea él creo que era el que gritaba c-h-i; y todos los demás los seguían, cachay. Y yo cuándo había visto a mi hijo así, o sea o había escuchado que mi hijo había pegado un grito y como liderando un tema puntual, nunca.

#### **P15**

Entonces para mí el tema a servido para que, bueno, él se siente respaldado, él se sienta más confiado de lo que es como capaz, que él siente... y yo lo veo, creo que es así o sea, él siente que está haciendo algo que le gusta, que si bien en algún minuto quiso como tirar la esponja pero yo creo que esa actitud fue no por él, fue por su entorno, porque vio que sus compañeros se estaban bajando de la micro entonces él quizás se sintió como solo...

#### **P16**

*¿Se sintió como solo?*

#### **P17**

A ver, hubo una semana donde no era mucho el afán de ir, era yo la que lo llamada de mi trabajo, migue hoy día tienes eh... tienes práctica y cámbiate ropa y ordenas tus cosas y anda. Entonces, pero es que mamá, es que no quiero ir, es que no tengo ganas, voy después qué se yo... Y un día converse con él y le preguntaba, o sea y de hecho le hice la pregunta si él realmente quería seguir y me dijo que no sabía mucho, que no estaba claro, que estaba con pocas ansias de ir. Y yo le pregunté, pero si bien no me contestó mucho, pero le hice como preguntas si era por sus compañeros que ya estaban con dudas también que si él estaba como ellos... y me preguntó que si que como ya no iban sus compañeros, compañera que siempre están juntos. Entonces, pero como pa' poder transar algo el tema yo le manifesté que probara una semana, que fuera una semana y que él pensara, que decidiera y que tomara la decisión de seguir o no seguir.

#### **P18**

Y así paso la semana y llegó el día en donde yo le pregunté a él si había decidido algo y qué era... me dijo no mama yo sigo... no le pregunte por qué no le pregunté por nada, pero de hecho muchas veces yo le pregunto si lo que él hace le entusiasma, le gusta y él me habla que sí. Incluso lo he pillado hasta en la ducha practicando sólo, cachay, mientras yo creo que se está duchando y cuando abro la cortina él está practicando las formas... cachay... eh... o por ejemplo, a veces estamos aquí y el esta como en este espacio... tú comprenderás que no es mucho el espacio que hay, pero él se hace del espacio y empieza a hacer las formas, cachay? O cuando se juntan con sus amigos acá los he visto a fuera a los tres, porque son tres, Y, Z y X, eh... y están practicando las formas de hecho.

#### **P19**

O sea, están con el tema, por ejemplo la que es débil, que yo encuentro que es un poco más débil y ellos me lo han demostrado así, es la Z, en cuanto a las formas y

eso, y ellos dos le aportan a ella, si le dicen no Z que tienes que pararte así, tienes que hacerlo de esta forma, tienes que... y entonces me he dado cuenta que él está metido en un tema y que él se hace partícipe de algo y que eso a la vez también es importante.

#### **P20**

Entonces yo creo que debe estar como bueno, esto le sirvió en su medida que él va creciendo y ya esto le aporta para mi enseñanza, para lo que yo pienso que le aporta sensatez, le aporta confianza en él porque yo... X era como mamón, como bien dije antes, llorón como él solo, cachay, tu le deciai no y él lloraba... le hacían algo sus compañeros y yo me daba cuenta al tiro porque yo a la tarde llegaba y a él le brillaban los ojitos, entonces yo ya entendía que le paso algo y le preguntaba, cosa que eso ya no pasa hace mucho tiempo, eh... Creo que también una cuota de madurez... ahora bueno una madurez de un niño de diez años.

#### **P21**

O sea yo no puedo esperar tanto no se po' que piense como un chiquillo de dieciocho o veinte años porque no lo es. Pero de acuerdo a sus diez años lo encuentro como bastante entusiasta, lo encuentro maduro, lo encuentro buen compañero. Le ha servido para estar pendiente de sus compañeros, o sea para mí, como mamá, siempre le he dado auge a que él entienda que el tema de ser amigo no es el amigo que estamos jugando y son íntimos amigos, sino que... es que por ejemplo, cuando uno está enfermo él se preocupó, lo llamó y le dijo no te preocupes que yo te llevo los cuadernos. El amigo que por ejemplo, era un trabajo en grupo y a él se le fue y su compañero ya no importa yo te pongo en mi trabajo como que lo hicimos juntos. No se ve, acepto yo voy al hecho en cuanto a compromiso a estar en contacto con sus compañeros y todo, encuentro que él ha como entendido esa parte y ha fortalecido en algo sus lazos y eso...

#### **P22**

*¿Esas cosas no pasaban antes?*

#### **P23**

No, porque el Miguel no era de amigos, o sea él nunca... sí a sus compañeros ¿me entiendes? muchos, pero hoy él tiene amigos. Y sus amigos son su grupo cerrado, ¿cachay? Eh... y lo bueno de este tema de que también entre su grupo de amigos hay una mujer. Entonces a él le ha hecho entender el respeto hacia la mujer, que tenga más cuidado, y eso también le sirve, o sea de hecho cuando están juntos me he dado cuenta que cuando juegan, porque de por sí los hombres suelen jugar brusco, que tengan más cuidado cuando hay una mujer, cuando están con la Z en este caso, ellos suelen tenerlo, tanto físicamente como verbalmente.

#### **P24**

O sea, de hecho eh... a parte que la cuidan eh... entonces eso me da a entender que en el fondo está creciendo y el hecho de que practicara este arte marcial eh... quizás lo hace pensar distinto y es un tema que me ha servido a mí, porque en cuanto a que

muchos papás a lo mejor desean que su hijo juegue futbol o que su hijo... y yo la verdad que nunca pensé en esto y que hoy en día, consciente o inconscientemente, me vi envuelta en todo este tema y creo que es una buena acción. O sea el hecho igual, tanto a él como a uno también le sirve, en que él está responsable con un tema, tiene un compromiso y hay un tema de... de... no sé, yo vi el trabajo en grupo eh... vi la lealtad hacia sus compañeros...

**P25**

*Cuénteme un poquito sobre el trabajo en grupo...*

**P26**

Ya... bueno, de partida lo que yo te explicaba trabajo en grupo es que cuando uno tiene falencias, los otros que saben más o que manejan mejor el tema...eh... suelen como enseñarles mejor, explicarles y apoyarlo hasta que la otra persona entienda como tiene que hacerlo realmente. Lo otro, que bueno, artes marcial existen golpes de por medio y ellos... y se vio demostrado en el torneo que fuimos; ellos no se atrevieron a golpearse, porque ellos no están acostumbrados a... eso.

**P27**

O sea, de hecho ellos... eh, a ver... ellos están con un tema de que practican este cuento pero tratan de no hacerse daño. Entonces, igual existe para mí en ese gesto, un respeto para la otra persona, para tu contrincante, aunque sea como el enemigo prácticamente, pero... eso... y el apoyo de hecho... eh... ese mismo día que fuimos al torneo, como se alentaban unos con otros, aunque ellos estaban perdiendo, pero ellos se... alentaron hasta el último instancia, se apoyaron en cuanto a ayudarse a ponerse el equipo, se ayudaron a darse consejos a darse apoyo o, simplemente estar uno al lado del otro, pa' que el que iba compitiendo no se sintiera solo y, bueno y acá las prácticas diarias veo el trabajo en equipo en cuanto a que, a que ellos practican que se ven contentos, que hacen un cuento de que si no estuviesen unidos creo yo como equipo, cada quien haría lo que se le plazca o cada quien haría como mejor le salga. Me entiendes.

**P28**

O sea, o tratar o intentaría ser mejor que el otro o intentaría mostrarse más que el otro. Y yo acá me he dado cuenta que no, de hecho se ve el orden, se ve... y eso es un trabajo en equipo. O sea, si no tuvieran orden, si no tuvieran disciplina, si no tuvieran el conocimiento a lo mejor de trabajo en equipo, cada quien haría lo suyo y cada quien trataría de ser el mejor y de resaltar; que eso se dio en algún minuto y se dio con niños X, que hoy en día no están. Y si no están, opto por pensar de que a lo mejor... eh... que los que hoy en día se quedaron son los que realmente aprendieron a trabajar en grupo.

**P29**

*Ya... cuénteme un poquito más de eso... de... me contaba recién de que habían niños que trataban de resaltar más...*

**P30**

¿Te doy nombres?

**P31**

*No, no...es más que nada para tratar la dinámica que se va dando...*

**P32**

A ver... por ejemplo, había un niño X... eh... él siempre trataba de ser él. Incluso... eh... en su afán de tratar de ser él, el que sabía más, el que le salían mejor las cosas, las formas, las patadas... todo el cuento, trataba de apagar a los otros niños, a lo mejor inconscientemente, pensemos que es un niño. Pero él yo creo que de cierto modo interrumpía al no querer entender que acá el trabajo se hace en equipo, que a lo mejor uno tiene más capacidad que otro... eh... en su afán de querer mostrarse o sobresalir más que los otros, interrumpía de cierto modo o hacía sentir mal a los demás niños. Y de hecho yo lo sentí con el X. O sea, no es que se sintiera mal, pero él sentía que no podía ser mejor... cachay... Entonces y llega por un tema de que a veces hay gente que limita, que se han dado mentalmente. Entonces, yo siento que él hacía eso, y si hoy en día no está es porque no supo... eh... o no compartió o no entendió lo que es trabajar en equipo.

**P33**

Los que hoy en día están yo creo que si saben apoyarse y ellos saben hacer las cosas cuando están juntos y ellos saben practicar, yo no veo ningún niño que resalte más que otro. No veo... eh... porque de hecho están trabajando en pareja, si por ejemplo uno sabe menos que el otro que sabe más, me he dado cuenta como que le explica y a la vez le enseña lo que él sabe y lo que al otro niño le falta.

**P34**

Entonces... eso. De hecho por eso yo digo que veo trabajo en grupo por el tema de que ellos, a ver, el que sabe más le enseña al que sabe poco. Se apoyan en sí y en ocasiones puntuales como la del torneo, sentí el apoyo del uno al otro. O sea, de hecho fue un grupo bastante rico, se sintió como esa cosa adrenalínica de grupo independientemente a los resultados y el cómo nos fue. Ellos estuvieron ahí... y ellos estuvieron juntos. Yo creo que eso les quedó, por lo menos yo... a mi hijo le quedó eso y de ahí de hecho sacó sus amigos y de ahí sacó el apoyo a lo mejor de sus compañeros y de ahí... porque eso yo creo que a él también le ha ido... o sea, el apoyo a lo mejor de sus compañeros le sirvió también a él para poder, cuando están en grupo él habla más fuerte, el opinar o el ayudar también. Me entiendes. Y sentirse importante dentro de un grupo.

**P35**

*¿Cómo siente usted que Miguel ha ido cambiando en la relación con ustedes también, desde que empezó a entrenar?*

**P36**



A ver... de partida como cabro chico fundio, X no hacía nada en la casa, nada. Y hoy en día él entiende que existen responsabilidades, como sus compromisos y que igual... mm... a ver yo el tae kwon do no lo veo como un trofeo para él, tampoco como un castigo ¿Ya? Más que nada lo veo como un apoyo a él a su vida en cuanto a experiencia de vida, en cuanto a su crecimiento. Entonces... y una responsabilidad que él tiene que cumplir. El asistir a sus prácticas, el hacer que pueda hacer, el dar lo mejor de sí, el aprender de lo que está haciendo. Y en su día a día y para eso... el tiene que cumplir con ciertas cosas en la casa. O sea de hecho él tiene que ayudar, él tiene que apoyar, tiene que cuidar a su hermana. Y el arte marcial, yo creo que eso le ha dado confianza a él para hacerlo.

### **P37**

O sea, porque a lo mejor si él no se sintiera con la capacidad de proteger a su hermana, por ejemplo, no lo hace no más. A lo mejor si este tema él seguiría siendo un pollito o un niño con poca confianza en él mismo. Entonces al sentirse más confiado de que al sentirse más... o sea, al saber quién es él realmente, yo a él lo veo más sobreprotector. Hasta conmigo misma, de hecho. Siento que, bueno, siento que nos cuida. Lo veo, bueno, como ya te decía antes, más comprometido con sus cosas, con... a él sus notas le ha ido súper bien. De hecho, las pruebas fue... por lo que sé, a sido uno de los mejores, y yo te digo que él fue, no se po', ha aumentado de, como casi un 30 % más de lo que él... él era de 5,5; con suerte un 5,8. Y hoy en día reviso su mochila y le he encontrado 7.0, 6.5, 6.8; entonces igual tiene como un... siento yo que él ha subido su nivel, tanto en el colegio, su comportamiento en la casa. Regalón es, y es un tema obvio, pero más comprometido, más protector de su hermana, más.... Lo encuentro hasta más serio, está como más maduro, lo encuentro hasta un poco más grande quizás... o sea, como eso. Como te digo, le ha ayudado a que él crezca un poco.

### **P38**

*¿Qué cosas de la clase cree usted que influyen en los niños, en Miguel y en los demás?*

### **P39**

No creo que exista una cosa puntual, yo creo que es el conjunto de cosas que ahí se hacen. Que influyen en cada uno de los niños. Es el hecho de practicar un tema puntual que a ellos les entrega confianza, les entrega el trabajo en equipo, les entrega amistad, les entrega a lo mejor estado anímico de rabia a alegría, momentos en donde se ríen. Yo creo que es el conjunto de cosas, yo creo que es el hecho de practicar algo, más que un detalle puntual. Porque no creo que, porque aprendieron una patada nueva a él le va a servir de... no. Yo creo que es el conjunto de cosas del arte marcial, yo creo que es el hecho de pertenecer a un grupo de estar practicando algo que ha ellos les sirve. Más allá de que exista una patada puntual o un combo...eh... específico, no. Yo creo que es el hecho de practicarlo.

### **P40**

*Ahora que usted tocó el tema de la rabia, ¿cómo siente usted que Miguel ha ido trabajando este tema?*

**P41**

X no es muy rabieta, y así como rabieta... su rabia salía así como explotarla en llanto. Por todo lloraba. Sentía rabia y lloraba. Ahora en cuanto a rabia reaccionar no lo veo que reaccione tan así como tan agresivo. Cachay. Pero sí cuando tiene rabia él dice las cosas: ¿por qué yo?, ¿por qué a mí? ¿Por qué siempre yo? Por último, que nunca es él siempre. Pero él habla y, así como explotó, se calmó. Y se le pasó. Antes no, antes quedaba ahí y se ponía rojo y se quedaba callado y como que apretaba los dientes, como que... y se quedaba y se chupaba entero.

**P42**

Hoy en día siento que no. Su forma de reaccionar es con rabia, obviamente, como niño mostrando que va a llorar, quizás. Pero después que habló y que reventó él volvió a ser normal. Me entiendes. O sea explotó, lo dijo y pasó. No reacciona agresivo, no lo he visto pelear. De hecho, muchos creen que los niños que practican arte marcial pueden practicarlo después en la calle, sacarle la mugre a otros niños, qué se yo... Yo a él no lo he visto, ni a él ni a su compañero en eso, en que tengan que actuar con las patadas que les han enseñado o con los combos que... no. Que yo sepa que haya sucedido tampoco. Pero sí por lo menos que ha manejar un poco más el tema. No lo veo tan ligero de genio, o sea... no.

**P43**

*Ahora que tocó el tema de las peleas y que me contó que fueron a ver un torneo también, usted como mamá ¿cómo se siente viendo a su niño ahí, que tiene que pelear contra otro niño?... cuénteme un poquito de eso.*

**P44**

Eso fue angustiante, o sea como mamá en pocas palabras sentir que de otro modo le están sacando la cresta a tu hijo no es fácil. Cachay. Pero más allá uno tenía que verlo como la experiencia de que su hijo estaba dando un paso, que estaba enfrentando un desafío, más que el hecho de que alguien le pegara, era un desafío con él mismo. Porque si bien, no es que le hayan pegado, porque existían protecciones ya que no quedó con ningún moretón ni nada por el estilo, pero era un desafío con él mismo, era un desafío a ser algo, a enfrentarse a algo nuevo y creo que lo hicieron bien. Uno sufre, porque uno lo ve, o sea, uno en ese minuto no piensa en el desafío ni en la frustración, simplemente, no piensa.

**P45**

Sino que simplemente ve que está en un ring con otro niño y el otro niño le está pegando. Y uno sufre. Pero después uno entiende o reacciona y trata de ver que en el fondo él se enfrentó hacia él mismo. Ya que no es, o sea yo pienso que no es fácil pararse ahí, no es fácil tener que enfrentarse a un contrincante ante mucha gente. No es fácil tener que a lo mejor que estén tus papás y que este todo el mundo mirándote, pendiente de ti y que tú en el fondo seas un cero a la izquierda, porque personalmente

X no fue mucho lo que hizo. Pero uno como mamá sufre, porque tu hijo a lo mejor no ganó, o porque tu hijo a lo mejor se sintió mal en ese minuto, se sintió avergonzado, se sintió... más que nada eso.

#### **P46**

Pero después uno entiende que en realidad esas cosas son buenas que a él le sucedan por un tema de que son esas las cosas que a él le enseñan a crecer, ya que si para él fue una caída, aunque no lo veo como tan caída... pero bueno... para él fue una caída, fue una experiencia en la cual no salió bien parado. Pero si a él, yo creo que esa experiencia le enseñó o le sirvió para crecer un poquito más, le sirvió... yo creo que uno se conforma con eso, uno ve eso en el fondo. Que tu hijo está creciendo y que estas cosas le tienen que servir porque el día de mañana la vida tiene eso. O sea te va dar knock out no una vez, van a ver 10.000 niños contrario a ti que te van a sacar la cresta, o tú te vas a sacar la cresta.

#### **P47**

Entonces él tiene que estar bien parado y firme a que si es así, como se cae se levanta y sigue. Van a venir más torneos en la vida, van a venir más contrincantes en donde él puede salir ganador como puede salir un perdedor. Pero él tiene que entender que él tiene que saber pararse y seguir en la vida. Y yo lo veo como más que nada eso, además que en el hecho de que practique arte marcial como defensa propia y que le saque la cresta a sus compañeros, yo lo veo más como un tema de que a él le ayuda a entender de que en la vida existen muchos torneos, en la vida existen contrincantes pesados, fuertes y que a uno lo van a dejar knock out. Pero yo quiero que él entienda que uno en la vida tiene instancias de pararse y seguir de nuevo. Y llegar hasta donde quiere llegar.

#### **P48**

Porque él no va a llegar fácil a dónde quiere llegar, entonces van a existir muchos torneos, van a existir muchos obstáculos, van a existir contrincantes que van a impedir que él siga en la vida. Pero tiene que seguir adelante, tiene que ser fuerte y pa' esto... eh... el practicar hoy en día este arte marcial le va a ser un poco más fuerte y los contrincantes el día de mañana no le va doler mucho, me entiendes. O sea, quiero, yo como mamá quiero un hijo que sea fuerte, que sea... no quiero un King Kong de la vida, pero si quiero un hijo que entienda que cuando uno se cae se tiene que levantar, quiero un hijo que entienda que en la vida nada es fácil, que todo tiene su lucha y creo que para eso le sirve esto más que ya auto defensa personal física... eh... lo veo más como una auto defensa mental. Cachay. Y él que más que nada eso... o sea... uno como mamá, bueno, yo sufrí, pero también entendí que esto le hace bien. Más que nada como una auto defensa mental que personal... eso...

#### **P49**

*¿Alguna otra cosa que quisiera agregar al final?*

#### **P50**

Como pa' concluir todo el tema, mira mi hijo entró hace ya un año a practicar el arte marcial, en donde, si yo lo inscribí fue... o si más que nada por seguir un consejo de alguien que para mí es muy sabia y, que me aconsejó que como ayuda a él, a su forma de ser, a su timidez de ese minuto era bueno que entrara. Nunca pensé que iba a entrar ahí por un tema de auto defensa, nunca pensé que iba a practicar un arte en sí. Sino que simplemente como que él fuese más hombre en la vida. Entonces, como lección, tanto como para él, también ha sido para mí. Porque, ahora yo te soy sincera, si pudiera practicarlo te juro que lo hago, por un tema que creo que te enseña... eh... más que enseñanza, es el hecho de practicar un tema de un grupo, es cosechar amistades, es vivir experiencias extremas y, entre ellos está el fracaso, está la pérdida esta... pero a la vez, en conjunto a eso, es mantener un grupo y saber que tus compañeros están cerca de ellos.

### **P51**

Entonces, me doy cuenta que en el fondo, X, lo que él siente es eso, o sea habla de sus compañeros, él habla de su instructor, él habla de lo que practica, él habla de sus prácticas. O sea de hecho, cuando vamos al sur, y él le cuenta a sus abuelos de lo que él hace, incluso le muestra las fórmulas y la verdad que yo veo en él que es como que le mostrase algo demasiado importante que él hace que practica que, quizás muchos ven a un chiquillo haciendo cosas muestras, sacando combos en el aire, si po'... pero veo que pa' él es como importante lo que él practica y por eso mismo.

### **P52**

Porque de hecho yo creo que de ahí sacó amigos, sacó trabajo en grupo, sacó confianza en sí mismo, me entiendes. Entonces, y a la vez para él son como, es como un desafío y yo creo que él también ha ido sintiendo que este tema le ha ido ayudando como para él ser más fuerte, ser más seguro en sí. De hecho hasta como habla él esta distinto, o sea antes hablaba demasiado bajo y hoy en día Miguel se escucha.

### **P53**

Resumido yo creo que es un tema de confianza en sí mismo, o sea más que una auto defensa física, como ya lo dije antes, es un tema mental. Es sentirse él confiado de él mismo y de saber y tener la certeza que cerca de él van a ver más personas. Y eso yo creo que también es importante. Xlo ha sentido desde ese punto de vista, yo creo eso, porque veo que él es así, veo y escucho cuando habla de sus compañeros... eh... los veo practicando juntos. Veo apoyarse y aconsejarse unos con otros. Entonces, más que practicar el arte marcial en sí, como por hacer algo pa' matar el tiempo, es una enseñanza a tener confianza en ellos mismos, de hecho... eso...

(Cierre)

## **EP3**

(Presentación)

**P1**

*Cuénteme un poco ¿cómo ha sido todo este proceso que les ha tocado pasar con las niñas desde que empezaron a entrenar?*

**P2**

Primero, bonito, es un tema bastante bonito e interesante. Interesante, primero porque a mí me gustaba mucho que entrenaran por un tema de aprender a... primero a defenderse y lo otro que también le genera muchos valores, según mi apreciación. Entonces, inicialmente fueron las motivaciones; primero que tuvieran una herramienta como para defenderse y lo otro que generaran más valores a lo mejor de lo que nosotros les estamos entregando acá, pero temas distintos como el compañerismo, como es a lo mejor la lealtad con sus compañeros, la buena convivencia; temas de ese índole.

**P3**

*¿Hace cuánto tiempo están entrenando las niñas?*

**P4**

Eh... este va a ser el tercer año ya que estarían entrenando. Entonces... y ha sido bastante bonito... eh... además que nosotros somos, hemos tratado de participar lo que más se pueda, que es la idea en realidad. La idea es participar con los niños y estar con ellos apoyándolos, no dejarlos solos en estas actividades.

**P5**

*Usted me habla un poco acerca de esto de los valores... ¿Cómo ha visto usted que se ve esto reflejado en las niñas?*

**P6**

Sobretudo... yo creo que en el compañerismo más que nada. Y que son... a parte salen del grupo normal que tienen ellos de amigos, que son los compañeros de colegio, por ejemplo. En este caso ellas han generado amistades nuevas con otros, con otras personas que no son digamos del mismo círculo que están normalmente y que los he visto comportarse con ellos bastante bien y eso es bastante agradable. O sea uno los ve cómo se comportan con el resto de las personas y ese compañerismo y esa lealtad, y esas ganas de jugar con el que tienen con los niños, con el resto de los niños; las ganas de estar con ellos, de invitarlos a eventos que realizan ellos de repente. Me ha llamado la atención que hay varios eventos que hemos realizado, cumpleaños y cosas así, que ellos se han recordado de sus compañeros de tae kwon do y los llaman y los invitan porque se llevan bien con ellos y eso habla de una buena relación que se genera en el ambiente de practicar, de estar con ellos a lo mejor dos o tres días a la semana y eso es bonito, o sea generan una buena impresión.

**P7**

*Ahora ¿qué imagen se le genera a usted cuando ve a las niñas que están practicando?*

**P8**

Eh... seguridad, o sea la imagen de verlas practicando es netamente y me imagino y ellas lo sienten, o sea una seguridad para ellas. Y seguridad pa' mí también en el aspecto que ellas sé que van a tener un arma... un arma para poder defenderse más que para poder hacer daño a alguien, es el tema de defenderse. Sobre todo porque en mi caso son dos niñas y sabemos que en el mundo real el... las niñas a veces son atacadas por niños en el colegio, cuando son más grandes también pueden ser víctimas a lo mejor en su mismo no se po' cuando ellas pololeen, en su matrimonio tengan el arma como pa' poder defenderse de digamos de ataques o de cosas que le puedan suceder. Que esa es la y que es como fue la idea principal de todo.

**P9**

*Y en relación a todo esto de lo que usted me menciona, ¿cómo siente que abordan ahora las niñas las distintas situaciones?*

**P10**

Bien, yo creo que con bastante calma. O sea, hay situaciones puntuales que han tenido ellas, inconvenientes con algunos no sé compañeros y, uno de repente les dice bueno, casi como que uno las reta un poco y les dice pero yo te llevo a entrenar por qué no te defiendes, por qué no ocupas lo que tienes, lo que has aprendido para defenderte, que son cosas que a veces no sé yo creo que debe ser por temor que a veces los niños no las aplican. Pero no... eh... bastante bien y no es mucho en tratar de a lo mejor de estar mostrando mucho lo que están aprendiendo, simplemente que lo tengan como una herramienta.

**P11**

*Y de esta manera que usted me dice que afrontan las situaciones ahora, ¿de qué manera siente que ha influido el entrenamiento en eso? Porque ¿actuaban de una manera distinta antes?*

**P12**

Eh... sí, actuaban de una manera distinta, eran como muy pollitas o muy niño... muy chiquititas, como niñitos chicos que si pasaba alguien y a lo mejor las pasaba a llevar no iban a ser capaces de hacer nada. Ahora yo lo tengo súper claro que las niñas se han defendido eh... porque sienten más confianza y al sentir más confianza lo tienen al momento pa' poder, el armamento y el argumento pa' poder defenderse de situaciones que te puedan ocurrir. Sobre todo los niños que en los colegio que normalmente están en su estado a niños que a lo mejor son mucho más, son niños que son agresivos, son molestosos, entonces ellas tienen el arma pa' poder defenderse y la capacidad para contenerse porque han aprendido durante el entrenamiento. Han aprendido a cómo controlar algunas veces y tienen súper claro que están aprendiendo solamente para defender en caso de que ellas se sientan

intimidadas y que obviamente tienen que, ante cualquier agresión, repeler esa agresión. Y eso a mí me reconforta bastante.

**P13**

*¿Y las niñas les han contado de alguna situación en la que hayan tendido que usar lo que saben, lo que han aprendido?*

**P13**

Eh... la más chica si... la más chica... la más chica me ha dicho, bueno la mayor también hubo una oportunidad tuvo que también digamos ocupar un poco lo que tiene, lo que han aprendido por situaciones puntuales con sus compañeros. De que lo han ocupado, lo han ocupado. Ahora no lo han ocupado siempre en las situaciones que a lo mejor deberían haberla utilizado, pero si lo han hecho y eso ha sido bastante bien, porque quien las ha molestado y han hecho digamos uso de lo que aprenden... eh... no las han vuelto a molestar. Entonces eso te, eso deja como, deja súper claro de que aprender algo para defenderte hace que el resto eh... sepa que no puede meterse mucho contigo porque tú tienes en este momento como para poder defenderte, sabes cómo defenderte. Que es lo que ocurre, que es lo contrario a lo que pasa con estos niños que a veces son medios bruscos con el resto, entonces buscan al más débil para que puedan molestar. Entonces la idea es que aprender algo que te haga más fuerte no te haga más débil.

**P14**

*¿Y cómo cree usted que se sienten las niñas con esto?*

**P15**

Eh... bien, de hecho a nosotros siempre nos preguntamos cómo están, si les gusta, si siguen entrenando, si quieren seguir y siempre han estado, nos han dicho que sí, que les gusta... que... el tema de los combates, por ejemplo, de repente también. Bueno porque esto nace como recreativo, pero que se transforma en un momento a formativo, también. Nace siempre de esa forma, pero ellas han estado bastante bien y les gusta. Y uno siempre les pregunta, porque tampoco uno puede estarlas obligando, o sea inicialmente pa' mí fue un tema de que yo las metí y les dije tienen que empezar a entrenar y después ya fue un tema que se fue, se dio fluido.

**P16**

O sea, porque al igual que en todo, o sea a los niños hay que darles el inicio y meterlos en alguna actividad, porque lo más probable es que te digan “no, sabes, es que no quiero. Quiero ver tele...” a lo mejor, “me entretiene más ver la tele a lo mejor que hacer alguna actividad física, hacer algo más entretenido”. Entonces uno no queda en ese aspecto, lo encamina. Si somos nosotros los padres los que hay que, tenemos que encaminar a los niños hacia algo. Entonces uno lo encamina y ellos después solos van tomándole el gusto a las cosas, porque o si no, no las van a tomar nunca. Y eso fue lo que hicimos nosotros, principalmente en este caso. Y mi idea es seguir después con el tema del entrenamiento...

**P17**

*¿Seguir después...?*

**P18**

Sí, y por eso es que yo también, me gusta bastante el tema.

**P19**

*Cuénteme un poco ¿cómo siente usted que todo esto que se ha dado con el entrenamiento ha influido en la relación de las niñas con ustedes? ¿Ha influido en algo?*

**P20**

Sí... influye, lo que pasa que verlas a ellas más seguras, me provoca a mí más tranquilidad. Entonces tengo claro de que cuando ellas estén en algún lugar donde hay más niños o a lo mejor también puede que estén más grandes... eh... me va a quedar la idea de que ellas saben defenderse o que por lo menos van a poder reaccionar ante alguna agresión. Inicialmente, sobre todo con niños, porque por lo general uno como papá trata de que, de que... no estén en un ambiente donde a lo mejor hayan muchos adultos y tienen que estar en un ambiente acorde a su edad. Pero ante eventualidades que tengan, que sepan defenderse, o sea y eso me tranquiliza, me da una tranquilidad.

**P21**

No obstante uno está siempre pendiente de ellas, o sea no las deja solas, trata de no dejarlas solas ni a sol ni a sombra, pero te da una tranquilidad en ese momento de que, por ejemplo en el colegio van a estar bien, porque ante cualquier cosa ellas van a poder defenderse... ante cualquier cosa me refiero ante niños que a lo mejor se dan más, que las molesten y cosas así. Me mantiene... me tranquiliza y en realidad y... me... me llena de mucho orgullo verlas de repente combatir, me causa mucha emoción. Yo soy de esos que me emociono bastante con ellas sobretodo, cuando las veo combatir o me alegro mucho o les digo las felicito cuando las veo a lo mejor hacer una, alguna... eh... no acrobacia pero alguna destreza que tienen y siempre les digo bien, están súper bien, te vi cómo hiciste esto... y eso siempre se los digo y es bueno, es bueno que de todas formas los papás atrás que están observando, están viendo lo que están haciendo y que a ellas también les gusta.

**P22**

A los papás les gusta también y que bueno, o sea a nosotros todavía nos sentimos bastante bien. Además que todo el entorno donde ellos se desarrollan sus compañeros es bastante amable, es un entorno muy amigable y eso también hace que esto sea más divertido para ellas y que a su vez también sea más provechoso...

**P23**

*¿Entorno amigable?*

**P24**



El entorno amigable, bueno nace primero con, con los niños que son los que con los que comparten normalmente y digamos tres veces al día, o sea tres veces a la semana o dos veces a la semana cuando no se puede eh... los niños son muy amigables con ellas y ellas a su vez son muy amigables con todos, o sea el entorno en sí de los... digamos del grupo, es muy ameno. Y son todos como que y los veo a todos casi como que se cuidan mucho y lo pasan bien, yo los veo reír, los veo jugar... eh... los veo cantar, los veo gritar, los veo perseguirse, los veo hacer muchas cosas. Entonces, ese entorno de, inclusive en el mismo lugar donde están, donde practican aunque estén cansados es muy entretenido.

#### **P25**

Al igual que él, que los papás que componen el, al grupo... eh... también son gente bastante amable, bastante... digamos amigable con el resto, o sea los papás también en este caso nosotros nos llevamos bastante bien. No hemos tenido, digamos, problemas entre nosotros, o sea que hemos estado tirando siempre pal' mismo lado. Entonces eso pa' nosotros... eh... nos da la sensación de que el entorno donde se practica, el entorno donde se genera todo esto, esta práctica, les hace bien. Y les hace bien a todos en realidad, a los papás también porque uno va contento a dejar a su hijo, uno va contento a buscarlos después... entonces uno va contento cuando le toca ir a algún torneo, cuando te toca ver alguna exhibición uno va súper feliz, súper contento porque sabe que va a ver a su hijo hacer algo que le gusta y que a uno también lo satisface. Eso es importante.

#### **P26**

*Ahora, me comentaba usted que usted se emociona cuando ve a las niñas combatir ¿qué otras cosas aparecen, por ejemplo cuando han tenido que ir a torneos?*

#### **P27**

Claro, diferente y es extraño saber que a tu hija, no sé, va a una batalla con otro niño que tienes que, no se po' tirar patadas, defenderse hacer muchas cosas. Te emociona a su vez te genera alegría, o sea la emoción propia de la alegría en realidad. Que tú dices oye, que rico ver a tu hija así. Así me gusta que se comporte, que siga pa' delante, que vaya al frente, que no se achique ante nada, o sea que sepa que esta su papás también atrás, que la están apoyando, que están haciéndole barra y que, no también sus papas, sino que también sus compañeros, esta su entorno que estábamos conversando recién, sus compañeros, su... el papá, los papás de los demás niños, que también están haciendo barra, apoyándolos.

#### **P28**

Con cada niño de los que van siempre lo hacemos así, de hecho los papás siempre apoyamos a los niños, independiente que sea el nuestro o el del otro, siempre le hacemos barra, lo apoyamos; porque es lo que debemos hacer como papás debemos hacer eso, apoyar.

#### **P29**

*¿Y cómo era en los combates que se daban en la escuela, al principio, cuando recién estaban aprendiendo todo esto?*

**P30**

Eh... no o sea, han cambiado mucho, o sea en el momento en que ya existieron más implementos en la escuela, se notó un cambio. Se notó un cambio respecto a cómo ellos practicaban, a como ellos por ejemplo, no se... su... tiraban sus patadas de repente, con confianza, porque antes no tenían el contacto. Ahora tienen el contacto, entonces se ve que han avanzado bastante. Se ve que ahora tienen... eh... tienen... han generado más habilidades de las que tenían inicialmente, porque eran, cuando empezaron el primero torneo a los que fueron, eran chiquititos y jamás habían participado en un torneo. Ahora los veo y que... bueno ahora están más grandes, un año más, entonces... y se nota la diferencia, el cambio... se nota la confianza, yo creo. Tú los ves, tú los miras y se nota que tienen más confianza. Independiente de que alguno a lo mejor es más hábil que otro, pero la confianza la tienen y... eso es súper bueno, súper valorable respecto al trabajo que se hace con niños, generarle confianza... es muy valorable porque no les queda solamente pa' ahora sino que le queda pa' adelante. La confianza se les va generando día a día y cuando ya la confianza está generada es difícil que se les pueda generar temores.

**P31**

*¿Y qué factores cree usted que van influyendo en que se genere más confianza en ellos mismos?*

**P32**

El... bueno primero, el hecho de... de que la clase que se les realiza a ellos es en base a la confianza. O sea, yo he visto la clase y se le genera confianza, se le genera un ambiente grato, se les genera un ambiente en el cual ellas saben que están seguras, de que están siendo apoyadas por el... en este caso, por el instructor que está detrás de ellas, de la clase. Entonces ellas... seguridad, yo creo que más que nada eso, seguridad, siempre seguridad. Darles ese apoyo, darles la fuerza pa' que estén bastante confiadas de lo que hacen.

**P33**

*Repasemos un poco ¿cuál eran las razones que tenía usted para incluir a las niñas en el taller?*

**P34**

Bueno lo principal es que aprendieran a defenderse. Decía que tuvieran las herramientas para como pa' poder defenderse de alguien, de algún ataque, de algún compañero que fuera molesto, que esta muy de moda el "bullying", entonces no... que es "matonaje" en realidad, aunque antiguamente se conocía como matonaje, ahora le pusieron un nombre más... se ve más bonito, pero sigue siendo matonaje y como es ahora y como se ve antes. Pero, básicamente eso que aprendieran a defenderse, que tuvieran esa arma por dentro...

**P35**

*Ya... ¿Y de qué manera siente usted que se han ido cumpliendo estas expectativas que usted tenía?*

**P36**

Por eh... cómo se llama... por cómo se han comportado ante situaciones que han tenido ellas que han utilizado el tae kwon do en algunas situaciones. Obviamente hay otras que a lo mejor no la han utilizado porque tal vez no correspondía o, tal vez era... fue algo como súper de improviso para ellas, pero hay ocasiones en las cuales ellas han utilizado. Y eso pa' nosotros te da como... te avisa oye sabi' que estamos haciendo las cosas bien y tenemos que seguir adelante con esto, porque les sirve y ellas las ocupan. Y cuando tú estai' haciendo algo que en realidad te sirve y lo ocupas, sigues con eso mismo, porque te hace bien.

**P37**

*Y ahora, englobando todo lo que hemos conversado ¿de qué manera siente usted que ha influido en el bienestar de las niñas, si es que ha influido en el bienestar?*

**P38**

En todo ámbito. Yo creo que globalmente influye, como te digo en su autoestima también, en su confianza, en saber que están apoya' cien por ciento en lo que hacen y que siempre van a estar con los papás atrás, que las van a estar apoyando y dándoles ánimo. Globalmente, para nosotros ha sido... es, sigue siendo una muy buena experiencia con ellas. O sea, como experiencia hasta ahora, ha sido muy, muy buena. Yo creo que va a seguir igual a adelante y es un tema que vamos a ir ganando experiencia de aquí en adelante y ganando mucha más confianza, que es lo que nosotros buscamos.

**P39**

Buscamos ganar confianza en los niños no pretendemos tener niñas temerosas, no niños temerarios, sino que niños que no sean temerosos. O sea que no sean, tampoco que sean arriesgados pero sí gente que tenga confianza. Y si bien que tenga la confianza suficiente pa' poder afrontar los problemas, porque va afrontar los problemas ahora, de chico, que a lo mejor es un combate, te da el arma pa' poder enfrentar problemas mayores que van a ser después cuando seas más grande. Puede ser niño chico, problema chico; niño grande, problemas grandes. Globalmente, es una excelente experiencia que yo la recomiendo bastante. O sea... de hecho yo la he recomendado a harta gente que... niños que les llama... y papás que, "mételos"... o sea, es bueno.

**P40**

*Y ahora ¿cómo siente usted que se ha ido involucrando en todo este proceso? Porque me contaba algunas cosas, algunos hitos, pero como que también usted se ha ido involucrando de a poco...*

**P41**

Yo si... me involucro hartoo... en realidad yo me involucro en todas las cosas que tengan que ver con las niñas... eh... si es tae kwon do, yo me involucro con ellas, las ayudo y las apoyo, mi señora igual. Vamos a estar siempre con ellas ahí, pero somos de eso que estamos súper metidos adentro. Si nos gusta estar, si tienen que ir a algún torneo, vamos con ellas; si tienen que salir a lo mejor a alguna exhibición, vamos con ellas; si hay que llevarlas a algún seminario, vamos con ellas... pero a mi también me involucró el tema, saber que a lo mejor existía la posibilidad de que... de que se hicieran clases a los padres en su momento. Que era un tema que lo veníamos conversando hace mucho tiempo, pero que por falta de... digamos de papás, que no se podía concretar. Y tal vez ahora se pueda concreta eso y pa' mí en especial fue... siempre me llamó la atención. Entonces, como a mí me llamaba la atención, inicialmente las niñas dije también las meto porque yo creo que les va a gustar y creo que no me equivoqué, fue una buena decisión. Pero yo estoy involucrado totalmente, cien por ciento involucrado.

**P42**

*Me decía que la relación de las niñas con los demás compañeros era bien amistosa, si pudiera profundizar un poco más en eso. ¿Cómo llegaron ellas, cómo las vió usted cuando llegaron y cómo las ve ahora?*

**P43**

O sea llegaron... eh... bueno de las dos, hay una que es mucho más amistosa que la otra, que hace amigos por todos lados, que es la más chica. Y la X que le cuesta un poco más hacer amistades... eh... no le cuesta mucho hacer amistades pero es como más calladita. Pero tienen un grupo bien entre ellas que tienen, también tienen... bien bueno en realidad. No es un grupo de niñas que a lo mejor se estén diciendo cosas feas o que no se lleven bien, sino que ellas se llevan bastante bien, lo pasan bien, se divierten, yo los veo en las clases, juegan... eh... combaten entre ellos y después son tan amigos como antes. Entonces, no hay ese tipo de... no hay problemas entre ellas. Ellas lo pasan excelente. Y eso es, te digo para nosotros es bueno y a mí me gusta ver un grupo afiatado.

**P44**

Porque es un grupo como niños y también es un grupo de padres que están, vamos todos para el mismo lado. O sea que no hay problemas entre padres, no hay problemas entre los niños, o sea los niños se llevan todos bastante bien. Y eso también como te digo es por el tema de... la clase hace que los niños se involucren entre ellos y, tengan una amistad a lo mejor, o un cariño entre ellos que se ha, digamos bien, bien verdadero. O sea, que se preocupan, si un compañero no está, preguntan qué pasó... eh... si tienen como te digo, si tienen algún evento, ellos se invitan entre ellos. Entonces, es bastante agradable saber que se genera ese tipo de relación.

**P45**

*Ya... y para terminar ¿hay alguna cosa que le gustaría agregar, algo que siente que se le haya ido dentro de la entrevista? ¿O algo que no se haya preguntado?*

**P46**

Mira... yo creo que en realidad lo que... en teoría y en todo lo que a lo mejor te comenté eh... ese es lo que uno percibe y lo que uno quiere que aprendan sus niños... o sea todo lo que uno... eh... la confianza, los valores, el no tenerle miedo a enfrentar los problemas, es un tema que como papás nosotros queremos que los niños aprendan. Y si practicar tae kwon do hace que esa... esos valores y todo eso que te pueda comentar, se genere o se amplíe, bienvenido sea para nosotros y bienvenido sea para los niños. Que es lo que a nosotros nos mueve, o sea todo esto es en base a los niños. Y cosas que falten... no sé si faltan cosas pero yo creo que hay cosas que de aquí para adelante van a ir naciendo cosas nuevas... y van a nacer cosas buenas, creo que vamos a seguir haciendo cosas buenas. Vamos a ver los niños crecer y ver los niños con nuevas actitudes, con mejores actitudes y con un estilo de vida y un espíritu interior que va ser mucho más fuerte pa' ellos, porque hay cosas que se aprenden practicando algo con un grupo distinto al que sea a tu grupo familiar. Vas a aprender otras cosas, vas a aprender el compañerismo, vas a aprender la lealtad con tus amigos y eso es lo valorable... y eso es lo que yo... lo que nosotros queremos pa' ellas y por eso que mantenemos la postura de que ellas sigan practicando y que a ellas además les gusta, y eso lo encuentro importante y es bueno también... algo bueno pa' ellas.

(Cierre)

**EP4**

(Presentación)

**P1**

*Cuénteme un poco cómo ha sido el proceso que ha vivido con X desde que empezó a entrenar.*

**P2**

A ver, X ha estado como más, un poco más... eh... haber no sé si es participativo la palabra, pero ha estado como más integrado... a nosotros de cierto modo... más que nada es eso, como que ha tenido como, como que tiene otro desplante, tiene mayor desplante de aquel que tenía antes... acá era como un poco más retraído, era un poco más tímido, un poco más callado. Ahora como que se soltó un poco, no sé si tiene que ver con un tema de más confianza en él y esas cosas.

**P3**

*Ya... y siendo un poco más específico ¿en qué circunstancias, me puede contar usted, que X se desenvuelve mejor o en qué cree...?*

**P4**

En conversaciones, por ejemplo, en... eh... en actos en sí, actos de la vida cotidiana. El X era, por eso te digo que X era como un poco más retraído, entonces ahora como que se ha soltado mucho más, como que habla más de lo que hablaba normalmente, pero habla más. Se defiende más, la Y era un, una cosa seria... él ahora con la Y como que no permite que la Y lo pase a llevar o cosas así, cosa que la Y hacia...

**P5**

*¿Y es su hermana?*

**P6**

Sí, es su hermana. Entonces, como que en esas cosas como que X ha empezado a... ha como se llama... ha... como sacar su perso

**P7**

*Ahora, ¿hace cuánto tiempo que X practica tae kwon do?*

**P8**

X empezó a practicar tae kwon do en junio o julio, si no me equivoco... ¿en mayo?... en mayo no fue... en junio del año pasado

**P9**

*Siguiendo con, un poco con las preguntas, ¿qué imagen se le genera cuando piensa en su hijo entrenando?*

**P10**

Qué imagen se me genera. Me da como más seguridad, pero en sentido de que él se... yo veo esa parte de lo que es artes marciales como una defensa personal, como que él se pueda desenvolver en algún minuto en un problema o algo sin salir... sin salir lastimado, tampoco lastimando a los demás, pero sin salir lastimado. O sea, lo veo como que tiene mayor seguridad en él. No lo veo, a ver... no creo que sea un arma de... que pueda hacer mucho daño a la gente, pero si se puede defender él, sin, o sea sabiendo que con la práctica, obviamente hay técnicas y hay cosas que son mucho más... como se llama... o sea pueden provocar daño. O sea, yo sé que en la práctica se puede, pero creo que el X en este momento está como aprendiendo a defenderse en caso de... esa es la impresión que tengo yo cuando sé que está practicando, qué se yo... que se está preparando para defenderse de. Aparte que creo que el tema deporte para mi es súper importante. O sea él... que practique deporte para mi es súper bueno. Él tiene que desarrollar todo su... como se llama, su parte física, psicológica también. Y el deporte este en sí, que necesita disciplina, que necesita cierta concentración y, esas cosas le ayudan a él, lo ayudan de todas maneras. Para mí que este ejercitando eso es más concentración, es una... es un foco de defensa para él, básicamente es eso.

**P11**

*Ya... y en qué actitudes concretas de X usted lo ha visto más concentrado o más... eh... o más tranquilo...*

**P12**

A ver... no voy a mentir mucho en ese tema, porque X... o sea, como que el hecho de que haya sacado más personalidad lo ha hecho más inquieto... de todas maneras, mucho más inquieto. Eh... yo le he visto a él practicando... acá... en ciertas ocasiones. Y eso lo veo como con las ganas como de superación. En eso veo que se concentra en lo que tiene que hacer, cómo tiene que hacer, dónde van los pies, dónde van los puños... en ese tipo de cosas se concentra. Ahora, en la casa no se po' te hablo de las tareas y cosas así, no. No voy a entrar en ese tema. No, no todavía. No sé si es un proceso, no sé... pero todavía no.

**P13**

*¿Y usted espera que eso cambie en algún momento?*

**P14**

A ver, qué es lo que espero yo en el fondo de esta disciplina, que X en el fondo, aprenda a tomar y a dirigir sus decisiones. El hecho de que sea una disciplina, el hecho de que tenga que tener un control sobre él, porque yo creo que esto necesita un control eh... mental en el sentido de que él no puede llegar y estar en eh... al momento de arrebató por ejemplo y llega ahí y lanza con lo primero que sale que es la defensa... o sea en este caso el golpe, la patada, ese tipo de cosas... yo creo que esto, como es una disciplina, asumo que él debe aprender a respirar profundo, como hacemos nosotros... y como calmarse. Esa me da como la impresión de lo que debería aprender el X en esto... a como se llama, a ser más tolerante, a ser más paciente. O sea, tampoco que vaya a ser el haz me reír de todos o que todos lo pasen a llevar no... pero que aprenda a ser como más controlado, eso básicamente.

**P15**

*Ahora, dentro de las actividades que se hacen, normalmente ellos van a torneos. ¿Usted ha tenido oportunidad de verlo combatir en algunos de los torneos?*

**P16**

Si, en uno

**P17**

*Cuénteme un poco cómo fue para usted o para la familia esa instancia*

**P18**

A ver, yo creo que en ese, verlos como competencia viva es como un orgullo así como ¡gua! es mi niño y va ahí dando la pelea, pero igual un poco de temor, porque es un, es como es un deporte brusco, o sea puede haber accidentes como en todos a lo mejor, pero como el tuyo, es como mas no se po' si uno de los niños se sale de las reglas, puede dañar al otro, lo puede dañar. Entonces ahí como que uno como que un poquito aprensivo con el tema de que vayan a dañar al X por ejemplo. Pero me

gusta verlo a él... eh... contento de los logros. Yo se que ha sacado sus segundos lugares todavía, o sea en dos competencias que ha ido pero yo que sé que él intenta ir más allá, de hecho él me lo dice. Es más la primera competencia, Lucas trató de que, trató entre comillas de que nosotros no fuéramos, pero por un tema de que después nos contó de que no quería defraudarnos a nosotros. Que era lo que nosotros esperábamos de él, que nos fuera a defraudar. Entonces yo creo que para el que nosotros fuéramos a la competencia y que lo hayamos avivado, tiene que haber sido muy bueno, digamos. Pero verlo a él en si en la competencia es como... naa son sus metas, ver como él ha ido avanzando, el partió de cero, como todos , partió de cero y ver que él va avanzado, y hasta dónde puede llegar con quien va compitiendo, generalmente se van explicando con quien son los competidores, eh en este caso van diciendo este competidor lleva tanto tiempo, lleva dos años, en el último caso por ejemplo, en cambio X llevaba todavía uno, o sea, no sé... y el aliento del y las ganas de seguir y como que queda entusiasmado, me gusta a mí, por lo menos la vez que yo fui a verlo me gustó ver su reacción y todo.

**P19**

*Usted me decía que en el torneo el salió segundo, ¿usted cómo se sintió en esa situación ver el combate y ver que su hijo iba perdiendo, también?*

**P20**

A ver, hay que ser un poquito, cómo se llama, crítico porque yo la verdad es que no se mucho de los golpes ni nada de eso porque no estoy como muy metía en eso, o sea el X me ha explicado un poco pero tampoco es como que sepa mucho, entonces yo de repente veía golpes que venían que iban y venían, y me decía pero pucha porque no le marcaron el punto acá, porque no le marcaron este acá, entonces iba como media perdía. Yo, según yo, veía punto que el X marcaba y yo no veía que los marcaban en el marcador, digamos. Pero, nada, más que ver que X podía ir perdiendo, prefería ver que X no iba desgánándose, para mí eso era más importante. Porque si X se desgana, o X se después se he... como pa' bajo porque chuta voy perdiendo y eso que uno tiene de ir mirando, el caso este, de ir mirando el marcador o en caso de uno, que yo hacía atletismo y mirando pa' tras pa' ver quien venía detrás mío... y eso a uno la puede desgana. En cambio Lucas no... creo que X iba como más a dar, vamos, demos no más terminemos. Y eso es bueno, de todas maneras, eso creo que, me dio más satisfacción eso, de ver que él siguió y no que paró, no que se derrotó, no que se sintió y dijo pucha... eso si que hizo comentario, dijo pucha mamá segundo lugar otra vez, qué se yo... bueno, pero vamos viendo con quien vai' compitiendo, vamos viendo cuánto tiempo llevai' tú, cuánto tiempo lleva esta persona... qué cinturón es uno, qué cinturón es otro, esta cuestión es por peso, por talla por edad, no estoy muy clara pero tiene algo que ver con eso... más que el tiempo que puedan llevar. Porque en este caso tu, si bien a lo mejor no se po' será un cabro que lleva una cierta cantidad de años, y tú recién llevai' un par de meses. Y el toca a lo mejor pa' esto... un metro cincuenta, con sesenta de kilo, hasta dos año de entrenamiento, pero el lleva dos los año, tu llevai' meses, o un año. No si, me dice, tienes razón, ya el próximo año... o la próxima competencia.



**P21**

*Y este tipo de optimismo de X, ¿usted lo veía antes?, ¿fue siempre así o ha ido cambiando?... desde antes de empezar a entrenar...*

**P22**

Eh... no, yo creo que X no era tan optimista. No, era como más, como que echaba todo como más al piso, en el fondo era eso. Si funcionaba bien, sino ah!. Yo creo que como que no le había tomado el peso a nada.

**P22**

*¿Siente usted, que el entrenamiento ha influido en ese cambio que usted me contaba de X?*

**P23**

De todas maneras. Porque la, a ver, las responsabilidades que tienen que tener el X... sí, no, de todas maneras, sí. Ha tenido cambios.

**P24**

*Y cómo siente que esos cambios que ha tenido X, los cambios que me cuentas, han afectado la relación con usted, o con ustedes como padres...*

**P25**

Lo que comentaba yo creo al principio, que X esta mucho más comunicativo, se comunica mucho más, es como más... a ver X siempre ha sido como la parte chistosa de la casa, ya el siempre ha sido como la parte animosa como el chiste a flor de piel y toda la cosa. Eso no lo ha cambiado, sigue siendo igual. Pero tiene más desplante, si es eso, tiene más desplante. Se comunica más se atreve a hablar más. Básicamente es eso...

**P26**

*Y dentro de estos cambios que usted me menciona ¿siente que han influido en la relación con los amigos de él, con sus pares, en el colegio?*

**P27**

Yo creo que el X tiene un tema con los amigos, bien especial... eh... tiene sus amigos como... a ver, es que no sabría decir porque yo no conozco mucho a sus amigos. Los amigos que él tenía en el colegio anterior eh... ellos vienen para acá de vez en cuando. Los amigos que tenía en el colegio donde estaba actualmente, no eran de lo mejor, no tienen, no hace distinción de personas y nada de eso. Sus amigos que debe tener acá en taekwondo, no sé si... no los ubico, no los conozco, entonces no te podría dar una respuesta muy clara con a ese tema. De que él, la persona, o sea, los niños que él frecuenta o que ha frecuentado... eh...

**P28**

*Ahora, volviendo un poco al tema de los combates, cómo siente usted afecta a X realizar combates dentro del entrenamiento, como parte del entrenamiento, que haya enfrentamiento de este tipo...*

**P29**

Como qué... que eso es parte del...

**P30**

*Porque parte del entrenamiento, también es que ellos hacen combates durante la clase. ¿Cómo siente usted que eso afecta a X?*

**P31**

O sea, yo creo que de forma positiva porque en el fondo está practicando para superarse. Tiene que ser así, o sea en los combates deben, eh... el tema de los combates deben ser lo más realistas posibles, ya sea en una competencia real o en el mismo entrenamiento. Tiene que haber combate. O sea, no sé si está mal, pero tiene que ir practicando, eh... practicar lo que aprendió. Yo creo que, dónde más lo practica si no es en este caso, en la clase...

**P32**

*¿Ahora, por qué decidió incluir a X en el taller, o en las clases de taekwondo?*

**P33**

Por qué... eh... ahí fue una decisión muy personal, porque en el fondo... el X estaba pasando por un proceso conflictivo, por eso de que nosotros recién estábamos separados. A raíz de esto, una persona me comentó que había esta posibilidad para que el niño como que pudiera... como liberar un poco toda esa tensión que él tenía dentro por este mismo hecho. Y ese fue el por qué... y a él le gustó. O sea que dimos en el clavo con el tema, si a él le gustó y todo. Entonces, por eso fue que él llego a... cómo se llama, a practicar.

**P34**

*Y cuando usted decide integrarlo al taller, ¿cuáles eran las expectativas que tenía?*

**P35**

Básicamente, hablando de forma psicológica, que se despejara. Que él empezará a crear su propio mundo y que no estuviera basado en uno de nosotros. Que se despejara totalmente de lo que nosotros pudiéramos estar pasando y que él tuviera otra cosa en qué pensar, otra cosa en que motivarse, otra cosa en que estar viéndose día a día... esa era la idea en el fondo.

**P36**

*¿Y usted siente que estas expectativas se han ido cumpliendo?*

**P37**

De todas maneras, o sea porque dentro de este proceso pasaron, o sea desde que él ingreso hasta el cambio de este tema, pasaron meses y en ese tiempo sí, si se noto. Independiente de lo que haya pasado en el colegio, porque X estaba ahí digamos como más... se noto que sí, de todas maneras.

**P38**

*Y además de lo, independiente de las expectativas que ustedes tenían, ¿hay alguna otra característica que se haya ido agregando durante el entrenamiento, que ustedes no tuvieran prevista?*

**P39**

Como qué, por ejemplo...

**P40**

*Algo que hayan visto que no esperaban que se diera, pero se dio. Que haya sido positivo para X, también.*

**P41**

No, la verdad, no sé si tomar decisiones de parte de él, ser un poco más explicito en las cosas que... si no guardarse tantas cosas. Yo creo que más que nada eso, X se guardaba muchas cosas y ahora no... o sea de un tiempo a esta parte no hay como guardarlas... fue comentando y seguir haciendo las cosas... eso...

**P42**

*Entonces, en relación a eso, ¿usted podría hablar acerca de que el entrenamiento ha influido de manera positiva?*

**P43**

De manera positiva de todas maneras, de todas maneras de forma positiva, o sea en ningún caso negativo. De hecho el X, por ejemplo... a ver podría a verse puesto más... a ver, agresivo en cierto modo se a puesto, pero no en el sentido yo creo que no va por un tema del entrenamiento, yo creo que va por un tema de la edad. O sea, yo creo que eso es un proceso y los niños pasan por ciertas edades y claro. Pero no ha tenido la agresividad por ejemplo... eh... física de ocupar lo que él sabe en contra de alguien; en este caso su hermana, su hermano, con nosotros, no sé, no lo ha hecho.

**P44**

*¿O sea, X no ha utilizado nunca lo que ha aprendido en las clases?*

**P45**

No en el sentido de furia. A eso me refiero. No cuando él está enojado. Que podría hacerlo, o sea con su hermana se agarra y mandara no sé, un cachuchazo, una pata, qué se yo. Pero no, no aplica la fuerza o el combate con su gente, a eso voy. O sea, eso lo ha logrado controlar.

**P46**

*Y en situaciones fuera de la casa, usted ha sabido si él ha tenido que usar lo que sabe para defenderse...*

**P47**

No sé si lo que sabe, pero si en un momento determinado él defendió a su hermana. Pero fue algo muy suave, algo muy sutil. No fue algo que guay y yo... y va... No, pa' na', fue una defensa en donde creo que dio una patada o un empujón, algo así, yo creo que fue una patada, a una persona, un compañero de la Y, que estaba pegándole ya hace mucho tiempo. Entonces en un momento determinado el X dijo no, o sea, ¿me entendi'?; creo que el niño se le tiró encima y ahí el aplicó esto. Pero fue eso, porque el X aplicó y el niño se retiró.

**P48**

*Pero nada más que pasara a mayores...*

**P49**

No, nada más.

**P50**

*Hay alguna cosa que le gustaría agregar a la entrevista, algún comentario como para redondear un poco...*

**P51**

Nada, básicamente, a ver... yo creo que el punto de tu entrevista era si acaso había servido de manera positiva todo esto. Definitivamente sí, ha tenido varias cosas positivas. Ahora, yo espero que este proceso, en el fondo que el siga, para que él pueda orientarse un poco más, para que a lo mejor pueda tener otro tipo... más conocimiento en el fondo, más conocimiento. Yo no sé cómo maneja esto el tema de lo que es la psicología en sí. Si a él le enseñan, yo asumo que deben ser, pero no sé cómo, que se le enseña no sé, control, que se le enseña lo que es la concentración, porque lo he visto en ciertos casos. Eso me gustaría sacarle como el provecho, que él le saque provecho a ese tipo de cosas, además de la práctica del... o sea, como principal el tema del arte del taekwondo, de todas maneras. Pero que aprenda cosas que después le van a servir, cosas de psicología... a controlarse, todas esas cosas que le van a servir más adelante. Y yo, definitivamente, si espero eso. Espero que el deporte a él lo haga... a ver no sé si suena como muy a cliché decir que sea como, que pueda meterse al sistema de manera bien. Yo creo que el deporte es una cosa que a uno la tiene, siempre como que la lleva por un buen camino, no se va a ir a distraer en otras cosas. No se va a ir a distraer, no se... en tomateras, en cigarros en drogas, creo que no. Lo va a retener. Va a retener eso. Y eso a mí me alivia ene, un montón, pensarlo así. Ahora, Obviamente que tiene mucho que ver con los amigos que tiene, con las juntas y todo eso; y el apoyo tal vez, que nosotros le podamos dar, no tal vez que el apoyo que nosotros le podamos de todas maneras. Eso...

(Cierre)

