



## ESTUDIOS Y DOCUMENTOS

# EFFECTOS DE LA BIODANZA SOBRE LA AFECTIVIDAD Y ESPONTANEIDAD EN NIÑOS

Pilar León González  
Irene González-Martí

*Universidad de Castilla-La Mancha. Albacete. España*

### RESUMEN

La Biodanza es un sistema que utiliza la música, la vivencia y el movimiento para potenciar las cinco líneas de vivencia sobre las que se basa (vitalidad, sexualidad/erotismo, creatividad, afectividad y trascendencia). El objetivo de este estudio fue observar si existen mejoras en la creatividad y afectividad de los niños tras aplicar un breve programa de intervención de Biodanza compuesto por cinco sesiones, siendo dos de ellas de pre y post-test. En esta investigación, llevada a cabo en un Colegio de Educación Primaria, participaron 20 niños y niñas de 6 y 7 años. Además del programa, también se empleó la brújula, que consiste en un material realizado por los alumnos tras finalizar las sesiones donde expresaban sus experiencias vividas en ellas. Los resultados reflejan que a través de esta intervención aparece una mejoría respecto a la afectividad y la espontaneidad, sobre todo en aquellos niños que presentan problemas de interacción. Por tanto, debido a los resultados positivos obtenidos, se considera útil la aplicación de la Biodanza, puesto que parece potenciar la creatividad y espontaneidad, el desarrollo de las emociones en niños y la interacción con los demás, lo cual contribuye favorablemente a su bienestar personal. Asimismo, los niños desarrollan la motricidad, ya que el movimiento es uno de los elementos fundamentales en Biodanza.

**PALABRAS CLAVE:** Biodanza; Espontaneidad; Afectividad; Educación Primaria; Brújula.

## ABSTRACT

Biodance is a system which uses music, experience and movement in order to strengthen the five living lines in which it is based (vitality, sexuality/eroticism, creativity, affectivity and transcendence). The aim of this study was contemplate if there are improvements in the children's spontaneity and affectivity after applying a brief intervention programme of Biodance composed of five sessions, being two of them pre and post-test. In this investigation, performed in Elementary School, participated 20 boys and girls aged 6 and 7 years old. Apart from the programme, it also was used the compass, which consists in a material elaborated by children after finishing the sessions, where they express their experiences. The results show that through this intervention appear an improvement respect to the affectivity and the spontaneity, above all in those children who show interaction problems. Therefore, due to the positive obtained results, it considered useful the application of Biodance, since it appears maximize the creativity and spontaneity, the development of the emotions in children and the interaction with others, which favorably contribute to their personal welfare. Also, children develop the motricity, as the movement is one of the basic elements in Biodance.

**KEYWORDS:** Biodance; Spontaneity; Affectivity; Elementary School; Compasses

Correspondencia: Pilar León González. Email: Pilaar.l.g@hotmail.es

Historia: Recibido el 16 de junio de 2016. Aceptado el 20 de octubre de 2016

El comienzo de la Biodanza nace de la mano del psicólogo Rolando Toro, quien empezó a desarrollar un sistema de terapia con pacientes psicóticos en el Hospital Psiquiátrico de Santiago donde trabajaba, con el fin de lograr un enfoque más humano de la medicina.

La Biodanza es un sistema que utiliza el movimiento (expresado a través de la danza), la vivencia y la música (Castañeda, 2004) como medios para potenciar las cinco líneas de vivencia que su creador estableció en 1965. Dichas líneas son: vitalidad, sexualidad/erotismo, creatividad, afectividad y trascendencia (Toro, 2007). Éstas son consideradas como vías a través de las cuales se expresa y desarrolla el potencial humano. La primera de ellas se refiere a las experiencias del movimiento a través de la actividad, el reposo, la calma y el juego. La línea de la sexualidad/erotismo alude a las sensaciones producidas por las caricias y el contacto de la piel. La creatividad se desarrolla mediante impulsos de exploración, la curiosidad y la imaginación. La afectividad está relacionada con el componente amoroso, la protección, la sonrisa y la comunicación. Finalmente, la trascendencia implica la armonía con el entorno y engloba el desarrollo de las cuatro líneas anteriormente mencionadas (García, 2008). Mediante estas líneas, especialmente a través de la afectividad, se cree que pueden conseguirse determinados efectos orgánicos y emocionales como pueden ser: refuerzo del sistema inmunológico, regulación en el desenvolvimiento del niño, aumento del ánimo y la autoestima, aparición de emociones positivas, elevación del ánimo o disminución de la ansiedad, entre otros (Toro, 2007).

De las líneas de vivencia mencionadas, en este estudio se trabajarán dos de ellas, la creatividad y la afectividad, por creerse las más adecuadas para los niños de estas edades. En lo que respecta a la primera, se considera de gran importancia que los niños desarrollen su creatividad, la cual puede estar inhibida o bloqueada por experiencias en la vida. Como es sabido, todos los niños tienen gran curiosidad e imaginación, pero la falta de estímulos impide la espontaneidad y el desarrollo de su potencial creativo. Concretamente en este estudio se emplea la espontaneidad como instrumento que otorga libertad a dicha creatividad. Esta espontaneidad es entendida como cambios en la reacción instantánea en base a una acción realizada de forma voluntaria y contigua a la percepción de un estímulo (Canales, Táobas y Cruz, 2013).

Por otro lado, en este programa también se trabaja la afectividad por ser un elemento fundamental a desarrollar desde edades tempranas. Potenciar una afectividad positiva favorece que los niños tengan un buen ajuste emocional, positivos vínculos y relaciones sociales con sus iguales, así como una alta autoestima y confianza en sí mismos (Villalobos, 2014). Todo ello, a su vez, favorece la expresión de sentimientos. En esta investigación, la afectividad es aplicada teniendo en cuenta dos tipos de emociones (positivas y negativas). Las primeras incluirían algunas como humor, alegría, felicidad y amor, mientras que las emociones negativas aluden a los sentimientos de tristeza, miedo, ira o ansiedad (Bisquerra, 2003).

En base a los beneficios que supone una afectividad positiva según Villalobos (2014), es necesario que en el ámbito educativo se tenga en cuenta la educación y evaluación de las emociones, ya que así se podría prevenir o ayudar a aquellos que padecen el trastorno conocido como Alexitimia (Ortega, Aroca y González-Martí,

2012), por el que los afectados muestran incompetencia en cuanto a la expresión e identificación de las emociones y sentimientos (Goleman, 2008).

Para prevenir la aparición de este problema la aplicación de ejercicios de Biodanza podría ser relevante, ya que los alumnos pueden mostrar sus emociones y obtener mejoras en el desarrollo intrapersonal e interpersonal (Castañeda, 2009; Restrepo y Saray, 2004). El primer desarrollo se consigue cuando los alumnos son capaces de realizar una introspección, comprendiendo sus sentimientos y siendo capaces de externalizarlos, mientras que el desarrollo interpersonal se logra a través del contacto con los demás compañeros, estrechando lazos de amistad mediante el movimiento y las vivencias juntos.

Además de la Biodanza, también se utiliza en este estudio otra herramienta que contribuye en el ámbito emocional. Se trata de la brújula, un medio a través del cual los niños pueden expresar sus emociones, sentimientos y experiencias vividas (Beutel, 2000). Este instrumento surgió con la finalidad de fomentar el desarrollo personal del alumno y su capacidad de introspección (Gelpi et al., 2008). La brújula puede ser elaborada con cualquier material, y gracias a ella, los alumnos pueden conocerse mejor a sí mismos, ya que necesitan hacer una reflexión sobre sus emociones, adquirir un sentido crítico y lograr plasmarlo a través de un material, como puede ser un dibujo. Por consiguiente, con la brújula también se puede potenciar el desarrollo intrapersonal y emocional.

Con todo lo expuesto, el objetivo de este estudio es observar la afectividad de los niños y su espontaneidad a través de un breve programa de intervención de Biodanza con el fin de valorar si existen cambios o mejoras tras su aplicación. Dicho programa está dirigido a las dos variables de trabajo mencionadas (creatividad y afectividad). Según la hipótesis planteada, por medio de este sistema los niños se mostrarán más afectivos y espontáneos, así como también aquellos con dificultades de interacción mejorarán la relación con los demás.

## MÉTODO PARTICIPANTES

La muestra estuvo formada por 20 alumnos de primero de Educación Primaria (EP) matriculados en un colegio de Albacete. El género de los participantes fue del 55% niñas y un 45% niños. Teniendo en cuenta las características del alumnado y sus posibles limitaciones para llevar a cabo las actividades, el 75% no presenta dificultad en la realización de la tarea, es decir, dificultad para llevar a cabo los ejercicios propuestos; el 20% muestra problemas de interacción, ya que evitan estrechar lazos con sus iguales, aunque no existe ningún síndrome diagnosticado en ninguno de ellos que sea desencadenante de este problema de interacción. Dicha dificultad para relacionarse con los demás fue observada por la persona encargada de llevar a cabo el estudio y confirmada posteriormente por el docente de los alumnos. Finalmente, el 5% restante presenta discapacidad motriz en un brazo, lo cual supone menor movilidad en el mismo, aunque ello no le impide realizar las actividades planteadas en las sesiones.

Primeramente se puso en conocimiento del director del centro la intención de desarrollar el sistema de Biodanza. Tras recibir su aceptación, se entregó a los padres de los alumnos un documento de consentimiento informado en el que se les explicaba en qué consistía la intervención y mediante el cual autorizaban que sus hijos fuesen grabados durante las sesiones de Biodanza. Tras ello, de entre todos los grupos y cursos posibles (dos de primero de EP y dos de segundo) se hizo una selección del grupo motivada, ya que en uno de ellos había alumnos con problemas de interacción y discapacidad motriz, lo cual fue llamativo en vistas a observar y analizar, especialmente, los posibles progresos y cambios en los niños con escasas habilidades sociales.

Finalmente de 22 alumnos que componían ese grupo sólo 20 fueron autorizados a participar. Una vez recogida la autorización de los padres se aplicó con este grupo la Unidad Didáctica (UD), se realizaron las grabaciones y se examinó en los niños las emociones en relación a la afectividad y el tiempo de reacción respecto a la espontaneidad. La secuencia de las sesiones, tanto para esta clase como para el resto, se realizó respetando el horario de Educación Física (EF) de los alumnos. Cuando todas las grabaciones fueron hechas se analizaron los ítems empleando la hoja de registro ya mencionada a fin de extraer los resultados expuestos en el siguiente apartado.

### Programa de intervención

Este trabajo ha sido llevado a cabo a través de sesiones diseñadas previamente, siendo un total de cinco las que componen la UD aplicada en el área de EF. Se desarrolló una sesión inicial de evaluación cuyos ejercicios eran iguales o similares a la última, con el fin de observar y comparar el progreso de los niños, así como los posibles cambios en su afectividad (emociones) y espontaneidad, pudiendo apreciar las conductas y movimientos previos de los niños y por consiguiente, su espontaneidad. Con respecto a la afectividad, se han valorado las emociones considerando si son positivas o negativas, como se explica posteriormente. Por otro lado, para la espontaneidad se ha tenido en cuenta el tiempo de reacción, que es aquel que transcurre desde que se presenta un estímulo hasta que se inicia la respuesta motora (Martínez, 1994). Por consiguiente, se ha analizado cómo los niños respondían al percibir el estímulo, por ejemplo, la música. En consecuencia a ello, se ha valorado que a mayor tiempo de reacción, menor espontaneidad. En cuanto a los ejercicios de las sesiones, éstos han tenido como objetivo trabajar el esquema corporal, la espontaneidad y la afectividad a través de la Biodanza, la cual ha sido introducida paulatinamente. Cada sesión ha estado compuesta por ocho ejercicios aproximadamente, siendo éstos susceptibles de omisión o modificación según lo haya requerido la situación durante la puesta en práctica de los mismos.

### *Sesiones de evaluación*

La sesión de evaluación inicial (número 0) y la de evaluación final (número 4) han estado constituidas por ejercicios propios de la Biodanza. En ambas, las actividades llevadas a cabo han sido idénticas casi en su totalidad, con el fin de asegurar

la fiabilidad del estudio y poder contrastar los cambios producidos en los alumnos respecto a la afectividad y espontaneidad.

### *Sesiones de desarrollo*

Han sido un total de tres sesiones. La primera ha estado formada únicamente por ejercicios y juegos del esquema corporal; la segunda, ejercicios de este mismo contenido y algunos de Biodanza, y finalmente, en la sesión número 3 se han trabajado ejercicios propios de la Biodanza. Por consiguiente, la introducción del sistema ha sido de forma paulatina.

## **MATERIALES**

Los materiales empleados han sido un aparato de música para la reproducción de canciones que acompañaban a algunos de los ejercicios propuestos en las sesiones. Asimismo, también se utilizó una cámara de vídeo para registrar las conductas relacionadas con afectividad y espontaneidad de las sesiones de evaluación, y de esta forma poder observar y evaluar dichas variables en cada participante.

## **INSTRUMENTOS**

### **Hoja de registro de conductas**

Mediante una hoja de registro diseñada previamente se evaluaron las conductas apreciadas en los vídeos en relación a dos variables: afectividad y espontaneidad, así como otros aspectos referentes a la observación de brújulas.

### *Evaluación de los vídeos*

Una vez grabadas las sesiones se analizaron los vídeos, recogiendo en dicha hoja de registro los resultados de éstos en base a la afectividad y espontaneidad. En primer lugar, en la afectividad se observó si los participantes mostraban emociones positivas o negativas, asignando un 1 cada vez que aparecía una conducta negativa y un 2 si era positiva. Estas emociones fueron valoradas según la expresión facial o corporal que mostraban los niños. Por ejemplo, cuando manifestaban signos de felicidad, alegría, entusiasmo y/o buena interacción con los compañeros se consideraban como emociones positivas, mientras que las expresiones de enfado, miedo, desprecio y/o tristeza se valoraban como emociones negativas. Finalmente se hizo un recuento de ambas y si el resultado mostraba mayoría de emociones positivas, en la hoja se anotaba el número 2, o el 1 si, por el contrario, la mayoría eran negativas. Por otro lado, en cuanto a la espontaneidad, se tuvo en cuenta si los niños reaccionaban de forma rápida o lenta al estímulo presentado, de manera que si éste era breve (1 ó 2 segundos) se anotaba un 2, mientras que si la respuesta al estímulo duraba más de 2 segundos se anotaba un 1. Por último, al igual que en la afectividad, también se hacía

un recuento, reflejando en la hoja aquel número que había estado más presente. Para completar la hoja de registro de manera individual, este mismo *modus operandi* se repitió para cada uno de los alumnos, tanto en la sesión inicial de evaluación como en la final.

### ***Evaluación de las brújulas***

En este estudio, al tratarse de participantes de temprana edad, las brújulas han consistido en dibujos a través de los cuales los niños expresaban cómo se habían sentido durante las sesiones de Biodanza. Fueron realizadas varias días después de finalizar dichas sesiones con el propósito de que las emociones y vivencias estuviesen asentadas en los alumnos.

En la hoja de registro explicada se recogieron los resultados de las brújulas teniendo en cuenta las siguientes variables: color, compañía (si se dibujan solos, con compañeros de clase y/o con la profesora) y emociones (positivas o negativas). Para ello, el color se representaba con un 2, y el blanco y negro con un 1. Para la compañía se valoraron los siguientes criterios: si el niño aparecía solo se le asignaba un 1; si representaba una pareja un 2; un trío 3; cuarteto 4; quinteto 5; sexteto 6; septeto 7; si no reflejaba a nadie en su dibujo un 8 y si representaba a varios niños con la profesora un 9. Por último, para las emociones, al igual que en la afectividad, se atribuyó un 2 a las positivas y un 1 a las negativas. En el caso de los dibujos se consideraron emociones positivas cuando los niños dibujaban caras sonrientes o muestras de afecto hacia otras personas, mientras que los dibujos que reflejaban tristeza, soledad, miedo o aislamiento se consideraban una muestra de emociones negativas.

## **ANÁLISIS DE DATOS**

Para la obtención de resultados se realizaron análisis de frecuencias para presentar las principales características de las variables objeto de estudio y un análisis de correlación bivariada (Rho de Spearman) para conocer las relaciones entre las variables, para ello se empleó el paquete estadístico SPSS versión 20.

## **RESULTADOS**

### **Análisis de vídeos: evaluación inicial vs evaluación final**

Tras analizar los vídeos se han obtenido diversos resultados en relación a la afectividad y la espontaneidad. Como refleja la tabla 1, en la sesión de evaluación inicial un 77.8% de niños presentan emociones positivas, mientras que el género femenino cuenta con un 81.8% de las mismas. No obstante, existe una mejoría en los alumnos que en las alumnas, ya que en la última sesión se puede observar que el 100% de los niños muestran emociones positivas y de niñas tan sólo un 90.9%.

**Tabla 1.** Frecuencias de las emociones apreciadas en las sesiones de evaluación en función del género

Género	Afectividad	Toma de datos	
	Emociones	Evaluación inicial	Evaluación final
Niño	Positivas	77.8%	100%
	Negativas	22.2%	-
Niña	Positivas	81.8%	90.9%
	Negativas	18.2%	9.1%

*Nota:* Evaluación inicial=sesión número 0; Evaluación final=sesión número 4

Además de las emociones, otra de las variables consideradas ha sido la espontaneidad, donde también existe una mejora en ambos géneros si comparamos la sesión de evaluación inicial con la final, como refleja la tabla 2.

**Tabla 2.** Frecuencias de la espontaneidad apreciadas en las sesiones de evaluación en función del género

Género	Espontaneidad	Toma de datos	
	Tiempo de reacción	Evaluación inicial	Evaluación final
Niño	> 2 segundos	44.4%	33.3%
	≤ 2 segundos	55.6%	66.7%
Niña	> 2 segundos	54.5%	45.5%
	≤ 2 segundos	45.5%	54.5%

Esta tabla, al igual que en el ámbito afectivo, refleja un mayor porcentaje inicial de niñas con mejor tiempo de reacción, 54.5% frente a un 44.4 % en el género masculino en la evaluación inicial. No obstante, el progreso continúa siendo superior en niños, ya que en la sesión de evaluación final existe un 33.3% frente a un 45.5% en las niñas.

Siguiendo con el aspecto de la espontaneidad y apreciando la diversidad de características del alumnado, existe un incremento en el tiempo de reacción tanto en los alumnos que no presentan ninguna dificultad como en aquel que presenta una discapacidad motriz, manteniéndose el porcentaje en los alumnos con problemas de habilidad social o interacción con los demás (tabla 3).

**Tabla 3.** Frecuencias de la espontaneidad apreciada en las sesiones de evaluación en función de las características del alumnado

Realización de la tarea	Espontaneidad	Toma de datos	
	Tiempo de reacción	Evaluación inicial	Evaluación final
No presenta ninguna dificultad	> 2 segundos	33.3%	26.7%
	≤ 2 segundos	66.7%	73.3%
Presenta problemas de interacción y relación con los demás	> 2 segundos	100%	100%
	≤ 2 segundos	-	-
Presenta una discapacidad motriz	> 2 segundos	100%	0%
	≤ 2 segundos	-	100%



A simple vista se puede observar en la tabla 4 una apreciable mejora en las emociones positivas especialmente en los alumnos que presentan problemas de interacción y relación con los demás.

**Tabla 4.** Frecuencias de las emociones apreciadas en las sesiones de evaluación en función de las características del alumnado

Realización de la tarea	Afectividad		Toma de datos	
	Emociones	Evaluación	inicial	Evaluación final
No presenta ninguna dificultad	Positivas	93.3%		100%
	Negativas	6.7%		-
Presenta problemas de interacción y relación con los demás	Positivas	25%		75%
	Negativas	75%		25%
Presenta una discapacidad motriz	Positivas	100%		100%
	Negativas	-		-

Con estos datos resulta evidente el aumento de las emociones positivas en los alumnos, logrando que el 100% de los participantes que no presentan ninguna dificultad, muestren únicamente emociones positivas en la última sesión.

### Análisis de las brújulas

Tras observar e interpretar los resultados referentes a las emociones y la espontaneidad en función del género y las características de los alumnos, a continuación se muestran los resultados obtenidos del estudio de las brújulas teniendo en cuenta los colores mostrados en el dibujo y la compañía con la que se reflejaban. En la tabla 5 se observa que el género femenino tiende a usar más colores en sus dibujos (90.9%) que los participantes del género opuesto (77.8%).

**Tabla 5.** Frecuencia de colores mostrados en las brújulas en función del género

Género	Colores apreciados	
	Blanco y negro	Color
Niño	22.2%	77.8%
Niña	9.1%	90.9%

El 100% de las brújulas reflejan emociones positivas ya que, a pesar de que no todas ellas están realizadas con colores, como se aprecia en la tabla 5, sí existen representaciones que muestran emociones positivas como puede ser el dibujo de una cara sonriente. En cuanto a la compañía, mostrada en la tabla 6, los niños tienen más tendencia a dibujarse en parejas (22.2%) que las niñas (18.2%). Por el contrario, éstas se decantan más por reflejarse junto a la profesora en sus dibujos que los niños (63.6% y un 56.6% respectivamente).

**Tabla 6.** Frecuencia de la compañía expresada en las brújulas en función del género

	Compañía		Género	
	Niño	Niña	Niño	Niña
Pareja	22.2%	18.2%		
Cuarteto	-	11.1%		
Quinteto	11.1%	-		
Nadie	11.1%	11.1%		
Varios y la profesora	6.6%	63.6%		

Por último, cabe destacar que en ambos géneros los alumnos se representaban en sus brújulas a ellos mismos con amigos y la profesora, incluyendo así a la docente en su círculo de amistad, aunque en ambos géneros existe un participante que no representa a nadie en su brújula y sus dibujos suelen ser más abstractos.

### Análisis en relación a las dificultades en la realización de la tarea

Teniendo en cuenta los colores en base a las características de los participantes, la tabla 7 refleja que aquellas brújulas correspondientes a los niños que no presentan ninguna dificultad poseen mayor porcentaje de color (93.3%) frente a los que sí tienen problemas de interacción con sus compañeros (50%), ya que como consecuencia de su dificultad en el ámbito social, la mitad de ellos opta por utilizar el blanco y el negro en sus representaciones. Asimismo, también se puede distinguir que el participante con discapacidad motriz muestra colores en su dibujo. Cabe destacar que la totalidad de los participantes refleja emociones positivas en las brújulas independientemente de las características del alumnado.

**Tabla 7.** Frecuencia de color en las brújulas en función de la realización de las características del alumnado

Realización de la tarea	Colores apreciados	
	Blanco y negro	Color
No presenta ninguna dificultad	6.7%	93.3%
Presenta problemas de interacción y relación con los demás.	50%	50%
Presenta discapacidad motriz	-	100%

Según refleja la tabla 8, los alumnos que presentan problemas de interacción suelen representarse con la profesora en menor medida que los que no presentan dificultad o discapacidad motriz (50%, 60% y 100% respectivamente).

**Tabla 8.** Frecuencia de la compañía expresada en las brújulas en función de las características del alumnado

Realización tareas	Pareja	Cuarteto	Quinteto	Nadie	Varios y la profesora
No presenta ninguna dificultad en la tarea	20%	6.7%	6.7%	6.7%	60%
Presenta problemas de interacción y relación con los demás.	25%	-	-	25%	50%
Presenta discapacidad motriz	-	-	-	-	100%

Además, no existe ningún alumno con problemas de interacción que se presente con más de un compañero debido a su carencia de habilidades sociales, así como también hay un considerable porcentaje de estos alumnos que representan sólo a la profesora y al alumno (50%), siendo este último caso el que más frecuencia recoge en todos los alumnos independientemente de sus características.

### Análisis de correlación

La tabla 9 expone los resultados hallados en el análisis de correlación. El coeficiente Rho de Spearman muestra correlaciones positivas entre las variables afectividad apreciada en la evaluación final de la Biodanza y colores reflejados en la brújula ( $r = .546, p < .05$ ). Asimismo esta variable de afectividad en la sesión de evaluación inicial correlaciona positivamente con espontaneidad en la evaluación final ( $r = .612, p < .01$ ). Además la compañía mostrada en las brújulas correlaciona con la espontaneidad mostrada en la evaluación final de la Biodanza ( $r = .552, p < .05$ ). Finalmente la espontaneidad apreciada en la evaluación inicial tiene una correlación fuerte con espontaneidad en la evaluación final ( $r = .816, p < .01$ ). Por el contrario, también se aprecian correlaciones negativas entre la dificultad del alumnado en realizar la tarea con afectividad y espontaneidad en la evaluación inicial ( $r = -.531$  y  $r = -.574, p < .05$ , respectivamente).

**Tabla 9.** Correlaciones bivariadas entre las diversas variables a observar

	Color B	Compañía B	AEI	EEI	AEF	EEF
Realización tareas	-0,369	0,044	-,531*	-,574**	-0,368	-0,421
Color B	1	-0,138	0,14	0,14	,546*	0,229
Compañía B		1	0,246	0,384	0,135	,552*
AEI			1	,500*	,459*	,612**
EEI				1	0,229	,816**
AEF					1	0,281

*Nota:* B=Brújula; AEI = Afectividad en la evaluación inicial; EEI= Espontaneidad en la evaluación inicial; AEF=Afectividad en la evaluación final; EEF=Espontaneidad en la evaluación final.

\* $p < .05$ . \*\* $p < .01$

El objetivo de este estudio fue poder determinar si mediante la Biodanza se producen cambios en los niños respecto a la afectividad y la espontaneidad, pudiendo apreciarse mediante dicha investigación, que el uso de este sistema parece ocasionar mejoras tanto en la afectividad como en la espontaneidad.

Debido a que no existe ningún estudio hasta el momento en relación a cómo influye la Biodanza en los niños y los cambios que este sistema produce en la afectividad y espontaneidad, no existe posibilidad de contrastar y comparar los resultados obtenidos. No obstante, sí que aparecen algunos estudios sobre la aplicación de la brújula con alumnos universitarios y otros donde se lleva a cabo la Danza Movimiento Terapia (DMT).

En cuanto al empleo de la brújula, el estudio realizado por Ortega et al. (2012) con alumnos universitarios de Grado en EP demuestra que existe una correlación positiva entre los sentimientos y los colores, de modo que las tonalidades alegres y vivas se corresponden con sentimientos positivos como pueden ser la alegría o la amistad, lo cual también se aprecia en este estudio. Asimismo, estos colores también están unidos a la desinhibición; mientras que aquellas brújulas representadas en blanco y negro muestran sentimientos negativos o falta de los mismos. Este dato está en consonancia con los resultados reflejados anteriormente, puesto que cuanta más afectividad y emociones positivas muestran los niños, más colorido hay en sus dibujos. Por consiguiente, los resultados coinciden con los del estudio realizado por los mencionados autores.

Por otro lado, una investigación de González-Martí, Hernández, González-Villora y Fernández-Bustos (2012) realizada con alumnos universitarios, señala que los sentimientos positivos mostrados en las brújulas son más notables, con un 89.4%, que los no identificados (8.5%) y los negativos (2.1%). Al igual ocurre en los resultados obtenidos en este estudio con la Biodanza, donde los sentimientos positivos son de un 100%. Teniendo en cuenta el género, el estudio de estos autores revela que el porcentaje de sentimientos positivos es mayor en mujeres. No obstante, esto no ocurre en el estudio actual, ya que ninguno presenta en sus brújulas emociones negativas. Otra variable que se observa es la creatividad y dificultad según el género, donde los alumnos muestran más competencia que las alumnas, con un 95% y un 80.8% respectivamente.

Finalmente, existe otro estudio realizado por González-Martí, Cuevas, Hernández-Martínez y Abellán (2014) referente a la aplicación de la brújula con universitarios, donde se observa que el profesorado otorga mayor puntuación a la creatividad que los propios alumnos, quienes por el contrario, dan mayor calificación que el profesorado a las variables de dificultad en la elaboración y complejidad.

Aunque el aspecto de la creatividad no es tenido en cuenta en las brújulas de este estudio, se ha apreciado que los niños suelen incluir elementos más originales y creativos en sus brújulas, mientras que las niñas suelen mostrar, por lo general, los mismos patrones y dibujos. Dicha originalidad ha sido considerada cuando aparecen elementos o detalles novedosos en sus dibujos, que no han sido repetidos por otros compañeros y/o que no suelen ser comunes por su temprana edad. En definitiva, teniendo en cuenta las dos primeras investigaciones sobre las brújulas, los resultados se asemejan a los obtenidos en el presente estudio, a pesar de que los participantes no son de la misma edad y que las brújulas no han sido realizadas del mismo modo.

En el estudio de Ortega et al. (2012) las brújulas eran dibujos, al igual que en el presente estudio, mientras que en el de González-Martí et al. (2012) y González-Martí et al. (2014) las brújulas eran elaboradas con diversos materiales. Este instrumento es verdaderamente útil tanto para los alumnos como para los profesores, ya que los primeros pueden mostrar libremente sus emociones y cómo se han sentido en las sesiones de EF, o de Biodanza en este caso; y los docentes son capaces de evaluar los sentimientos de los alumnos a través de sus brújulas. Además, pueden obtener un feedback general de la asignatura o de sus clases, apreciando si éstas requieren mejoras en algún aspecto concreto o si existe algún alumno o alumna que manifieste ciertos problemas en sus elaboraciones.

Actualmente, tanto la brújula como la Biodanza parecen ser poco conocidas en el ámbito educativo, aunque siempre es valioso que existan innovaciones y que se apliquen nuevas técnicas tanto en las sesiones como evaluaciones, por lo que resulta interesante que ambas sean empleadas en diversos contextos educativos y con alumnos de distintas edades.

Mediante la Biodanza se les ha ofrecido a los niños la oportunidad de crear vínculos afectivos con algunos de sus compañeros con los que antes apenas tenían contacto, así como también se ha fomentado el contacto entre ellos mediante las diversas actividades planteadas. De hecho, en la última sesión los niños mostraban mayor interés y entusiasmo en aquellas actividades realizadas por parejas, donde continuamente tenían que estar en contacto con sus compañeros, guiándolos o danzando con ellos. Especialmente en los resultados ha destacado la mejoría de aquellos niños con problemas de interacción.

Como se ha indicado con anterioridad, actualmente se desconoce la existencia de estudios que hayan aplicado la Biodanza para observar los posibles cambios que puede provocar en quienes la realizan. Sin embargo sí que existen estudios que utilizan una especialidad denominada Danza Movimiento Terapia (DMT), la cual tiene connotaciones terapéuticas, al igual que Biodanza, y a través de la cual se trabaja la espontaneidad y las emociones existentes en el movimiento, así como las relaciones interpersonales (Vella y Torres, 2012). Diferentes estudios recogidos por Payne (2006) donde se aplican programas de intervención de esta especialidad sostienen la aparición de una mayor conciencia de los comportamientos, aumento de la confianza en uno mismo, mejor autoestima, mayores habilidades sociales y desarrollo de la capacidad de expresar y regular las emociones.

## CONCLUSIONES

Una vez analizados los datos y haciendo una reflexión sobre los mismos, mediante el presente estudio se confirma la hipótesis planteada, ya que los niños parecen mejorar su afectividad y espontaneidad tras haber experimentado algunas sesiones de Biodanza, aunque el cambio es más notable en la variable de la afectividad que es una de las cinco líneas de vivencia sobre las que se sustenta la Biodanza. Además, el progreso todavía es mayor en aquellos niños que presentan problemas de interacción con los demás, ya que a través de estas sesiones han tenido la oportunidad de mostrar sus emociones positivas con gran libertad, así como también se les ha facilitado un ambiente para la interacción positiva con sus compañeros.

Antes de llevar a cabo dicho sistema y durante la realización del mismo, han existido algunas limitaciones y aspectos susceptibles de mejora, ya que resulta complicado evaluar las repercusiones de la Biodanza en los niños sin tener experiencia previa en ello y sin contar con ningún estudio anterior que sirva de referencia. Asimismo, otras limitaciones existentes han sido el número escaso de participantes, la falta de instrumentos validados en este ámbito, y la intervención breve del programa, el cual sólo ha tenido cinco sesiones.

Finalmente, en cuanto a la aplicación práctica de este estudio, los resultados obtenidos mediante la intervención realizada revelan la utilidad de la Biodanza para fomentar las habilidades sociales de los niños y sus desarrollos intra e interpersonal, lo cual podría paliar la aparición de aquellos problemas psicológicos que pueden derivarse de un aislamiento social o escolar. Como se ha comprobado, de manera lúdica los niños pueden experimentar nuevas vivencias con sus compañeros, estrechando y creando nuevos lazos de amistad gracias a la mejora de la afectividad y la expresión libre de emociones, que también les ayuda a conocerse mejor a sí mismos. Por otro lado, también la Biodanza favorece el trabajo de la creatividad y espontaneidad, lo cual puede ser trasladado a otras materias escolares u otros ámbitos de la vida del niño. Y al mismo tiempo, se trabajan aspectos motrices, ya que el movimiento es un elemento clave en este sistema.

Por estos motivos, se cree muy fructífera la aplicación de sesiones de Biodanza, puesto que permiten a los niños trabajar aspectos del desarrollo fundamentales para el bienestar propio.

En cuanto a la brújula, también su aplicación se considera útil porque ayuda a los alumnos a comprender mejor sus sentimientos, y a los profesores, a recibir una valoración de su intervención y a conocer las dificultades y los progresos de los alumnos.

## REFERENCIAS

- Beutel, M. (2000). *Curso "O Corpo Humanizado. Motricidade e Criatividade"*. Universidad de A Coruña. INEF Galicia. Bastiaguero: Equipo Kontraste.
- Bisquerria, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista de Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. Recuperado de <http://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Canales, I., Táboas, M. I. y Rey, A. (2013). Deshibición, espontaneidad y codificación percibida por el alumnado de expresión corporal. *Movimiento: revista de Escola de Educação Física*, 4, 119-140. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4597634>
- Castañeda, G. M. (2004). Cuerpo y vivencia: Un encuentro consigo mismo. Un acercamiento desde la biodanza. *Educación Física y Deporte*, 23(2), 61-77. Recuperado de <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/2054>
- Castañeda, G. M. (2009). La biodanza como práctica corporal en relación con la promoción de la salud. *Educación Física y deporte*, 28, 81-90. Recuperado de <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/94-biodanza.pdf>
- García, C. (2006). *Biodanza: el arte de danzar la vida. La vivencia como terapia*. Buenos Aires: Ediciones Pausa.
- Gelpi, P., Tena, I., Estrada, N., Larraz, A., Murillo, B. y Romero, M. R. (2008). *Investigación de dinámicas de reflexión en las clases de expresión y comunicación corporal: diseño, estrategias de aplicación y valoración desde el punto de vista del alumno y del docente*. Recuperado de [http://innovaciondocente.unizar.es/convocatorias08/ventanas/ver\\_ficha\\_proyectoM.php?proyecto=417](http://innovaciondocente.unizar.es/convocatorias08/ventanas/ver_ficha_proyectoM.php?proyecto=417)
- Goleman, D. (2008). *Inteligencia emocional*. Barcelona: Editorial Kairós.

- González-Martí, I., Cuevas, R., Hernández-Martínez, A. y Abellán, J. (2014) Evaluación en Expresión Corporal: estudio de caso de aproximación entre subjetividad y objetividad. *IV Foro Internacional sobre la evaluación de la calidad de la Investigación y la Educación Superior (FECIES)* (p. 43). Bilbao, España.
- González-Martí, I., Hernández-Martínez, A., González-Villora, S. y Fernández, J. G. (2012). Experiencia piloto: Aplicación de la brújula como instrumento de evaluación de la competencia emocional. En Del Río, L. y Teva, I. (Comp.), *IX Foro internacional sobre la evaluación de la calidad de la investigación y de la educación superior (FECIES)* (pp. 965-968). Santiago de Compostela, España.
- Martínez, M. A. (1994). *Incidencia del control de la información a través de un sistema automatizado sobre los parámetros de la respuesta de reacción. Aplicación a las salidas deportivas de velocidad.* (Tesis doctoral, Universidad de Granada). Recuperada de <http://digibug.ugr.es/handle/10481/14517#.VJaTYV4AA>
- Ortega, J. I., Aroca, M. C. y González-Martí, I. (2012). La brújula: Dinámica de reflexión en Educación Física. En M. J. Aguilar (Coord.). *Creatividad, descubrimiento y futuro. I Congreso Nacional de Investigación en Grado INVESGRADO 2012.* (pp. 604-611). Cuenca: Publicaciones UCLM.
- Payne, H. (2006). *Dance Movement Therapy: Theory, research and practice.* Londres: Routledge.
- Restrepo, L. y Saray, L. (2004). *Desarrollando la expresividad y la comunicación afectiva a través de la Biodanza* (Tesis de Maestría, Organizacional en Frisby). Recuperada de <http://www.biodanza-pereira.org/tesis.pdf>
- Toro, R. (2007). *Biodanza.* Santiago de Chile: Cuarto propio.
- Toro, V. y Terrén, R. (2008). *Biodanza. Poética del encuentro.* Buenos Aires: Lumen.
- Villalobos, C. M. (2014). La afectividad en el aula preescolar: reflexiones desde la práctica profesional docente. *Revista Electrónica Educare, 1,* 303-314. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=194129374016>
- Vella, G. y Torres, E. (2012). Desarrollo de un instrumento de observación en danza movimiento terapia (DMT). *Papeles de Psic*