

La inclusión en el aula. Una propuesta desde la biodanza

Autor: Prieto Prieto, Laura (Maestro. Especialidad en Necesidades Específicas de apoyo educativo).

Público: Maestros de Educación Primaria. **Materia:** Pedagogía Terapéutica - Música. **Idioma:** Español.

Título: La inclusión en el aula. Una propuesta desde la biodanza.

Resumen

Este trabajo presenta un estudio de caso cualitativo descriptivo. La participante es una niña de 8 años de edad con Trastorno del Espectro Autista (TEA) escolarizada en tercer curso de la etapa de Educación Primaria, que realizó un proyecto de biodanza con su grupo-aula. Los objetivos del estudio son: (1) fomentar la inclusión y el bienestar de la alumna; y (2) potenciar la expresión de emociones a través de otros lenguajes. Se realizó notas de campo y se realizó un análisis de contenido, mostrando los resultados un avance positivo en la niña.

Palabras clave: Inclusión, Emociones, Trastorno del Espectro Autista, Música, Biodanza.

Title: The inclusion in the classroom. A proposal from the biodance.

Abstract

This is a qualitative descriptive case study. The participant was a girl of 8 years with Autism Spectrum disorders, who is schooled in the third course of primary education and she performed a group intervention in biodance with her mates. The objectives of this study are: (1) foment the inclusion and wellness of the girl; (2) promote the expression of emotions through other languages. It was got field notes and a content analysis. The results showed a positive advance in the girl.

Keywords: Inclusion, Emotions, Autism Spectrum disorders, Music, Biodance.

Recibido 2018-11-06; Aceptado 2018-11-14; Publicado 2018-12-25; Código PD: 102026

INTRODUCCIÓN

Este trabajo presenta un estudio de caso de una niña en Educación Primaria con Trastorno del Espectro Autista (TEA). A través de este proyecto se pretende conocer los beneficios que aportan la música así como la práctica de la biodanza para favorecer la inclusión y el bienestar de la niña con diagnóstico de TEA dentro de su clase en el contexto de escuela ordinaria.

EL CAMINO HACIA UNA EDUCACIÓN INCLUSIVA

La creciente diversidad de alumnos en el sistema educativo es una situación innegable que se ha convertido en uno de los principales temas de debate y preocupación en educación (Arnaiz, 1996). Términos como *exclusión*, *marginación*, *desigualdad* así como *injusticia social* definen situaciones que vivimos en la actual sociedad globalizada (Lozano, 2012). De esta manera, observamos que la diversidad puede ser entendida como un problema que perjudica la convivencia y sociabilidad en el aula, en lugar de ser considerada como una oportunidad de aprendizaje y sensibilización hacia la variedad de vida de otras personas en nuestra sociedad (Arnaiz, 1996).

La experiencia en los centros educativos delatan la difícil realidad que sufren determinados alumnos en relación a sus compañeros y cómo estos últimos parecen carecer de sensibilidad hacia los demás. La etapa de Educación Primaria es crucial para la formación de valores afectivo-sociales, desarrollando actitudes de respeto, aceptación e integración para garantizar una buena convivencia en el aula, repercutiendo positivamente en la vida en sociedad (Arnaiz, 2012).

Nos encontramos en la escuela del siglo XXI, incumbida en la actual Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, modificada por la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la Mejora de la Calidad Educativa, cuyo objetivo es favorecer una educación para todos, democrática e inclusiva, que garantice el derecho a una educación de calidad basada en los principios de igualdad, equidad y justicia social (Arnaiz, 2012).

Implícito al término de diversidad, en la actualidad nos encontramos con la denominación de alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo, pero, ¿qué entendemos con esto? La LOE, modificada por la LOMCE, en su Título II, Equidad en la Educación (Capítulo I) hace especial mención al alumnado que presenta necesidades específicas de apoyo educativo: aquellos que presentan necesidades educativas especiales, trastorno por déficit de atención o dificultades específicas de aprendizaje, altas capacidades intelectuales, incorporación tardía al sistema educativo, o condiciones personales o de historia escolar, precisando una atención educativa diferente a la enseñanza ordinaria (LOMCE, 2013).

Pero, ¿a qué nos referimos cuando hablamos de inclusión? Según Fernández (2003), podemos definir una escuela inclusiva como aquella que acoge y educa a todos los estudiantes, independientemente de sus características individuales, ofreciendo una respuesta educativa adaptada a sus necesidades y bajo un sistema educativo común; además de beneficiar a todos los alumnos proporcionando los apoyos y ayudas necesarias, optimizando así la calidad en educación.

Esta nueva concepción de educación conlleva a una renovación en el sistema educativo que requiere de cambios significativos en base al compromiso y al esfuerzo humano. Estos cambios deben modificar la perspectiva de alumnos, profesores y familias sobre la escuela, entendiendo ésta como un lugar en el que se propicie sentido de comunidad y apoyo mutuo entre todos sus miembros, favoreciendo el éxito y el desarrollo integral de los estudiantes (Arnaiz, 1996).

En este sentido, observamos que la inclusión no es sólo para estudiantes con necesidades específicas de apoyo educativo, sino que incumbe a todo el alumnado, profesorado, padres y miembros de la comunidad educativa. Debemos considerar que la diversidad nos enriquece a todos y nos ayuda a aprender sobre lo que nos hace humanos. Cada persona tiene un papel significativo dentro del grupo y conforme las escuelas acojan el verdadero significado de inclusión, lograrán mayores éxitos a favor de la calidad educativa (Ainscow, 2001).

TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA

En el manual DSM-5 (APA, 2014) aparece el Trastorno del Espectro Autista (TEA) como categoría única dentro de los trastornos del neurodesarrollo, e incluye el trastorno autista, síndrome de Asperger y el trastorno generalizado del desarrollo no especificado.

El trastorno autista, como núcleo central de los TEA, se caracteriza por un desarrollo anormal o deficiente de la comunicación social y de la inflexibilidad mental y comportamental. Según los últimos estudios, la prevalencia es de 1 por cada 150 sujetos en los que un poco más de un 50% cursa con discapacidad intelectual (APA, 2014).

Según el DSM-5 (APA, 2014) el TEA debe cumplir los siguientes criterios: déficits persistentes en la comunicación y en la interacción social en diversos contextos; patrones restrictivos y repetitivos de comportamiento, intereses o actividades; los síntomas deben estar presentes en la primera infancia (pero pueden no llegar a manifestarse plenamente hasta que las demandas sociales exceden las capacidades limitadas); los síntomas causan un deterioro significativo en lo social, laboral u otras áreas importantes del funcionamiento habitual.

Según queda recogido en el DSM-5 (APA, 2014) pueden clasificarse tres niveles de gravedad para el Trastorno del Espectro Autista: nivel 3 (necesita ayuda muy notable), nivel 2 (necesita ayuda notable) y nivel 1 (necesita ayuda).

EDUCACIÓN MUSICAL Y DESARROLLO DE VALORES SOCIALES E INCLUSIVOS

La enseñanza de la música constituye un medio de expresión y comunicación que favorece la formación integral y armónica de la persona en todos los ámbitos de su personalidad. Numerosos estudios científicos, tales como Freisa (2007), Howes, Lazcano, Monsalve y Villegas (2011) y Saa (2014) demuestran los grandiosos beneficios que la música aporta en el desarrollo humano de personas con TEA, tanto en el aspecto intelectual, socio-afectivo, psicomotor, de crecimiento personal así como en la formación de hábitos y valores.

Como afirman Touriñán y Longueira (2010, p.160) “la música constituye un valor, en la música se enseñan valores y con la música se aprende a elegir valores”. La música es un gran instrumento para propiciar la formación de valores de manera integral, ya que enseña al alumnado a participar cooperativamente en las producciones musicales, desarrolla responsablemente la competencia, permite confrontar los rasgos personales entre los alumnos y establece lazos afectivos y sociales en el grupo (Conejo, 2012).

La atención a la diversidad es un aspecto prioritario a considerar en relación a la música, ya que la música juega un papel fundamental en el proceso de integración, tanto por su factor socializador como por su finalidad educativa que es

desarrollar al máximo todas las capacidades del alumnado para lograr un desarrollo global e integral de la personalidad (Cerezo, 2009, p. 96).

Además, Cerezo (2009) comenta la importancia de la música como compensadora de desigualdades en educación, debido a los siguientes factores:

- Fisiológicos: Numerosos estudios evidencian la influencia de la música en la circulación sanguínea y en el ritmo cerebral, de manera que, a través de la misma, es posible alcanzar y modificar el estado mental de las personas, eliminando temores, tristezas, etc.
- Psicológicos: Se ha demostrado los efectos psicológicos que la música provoca, debido a su actuación en el Sistema Nervioso Central, evocando emociones y sentimientos de diversa índole.
- Intelectuales. La música facilita el aprendizaje, desarrolla y perfecciona la capacidad lingüística, favorece facultades necesarias para otros aprendizajes (cálculo, psicomotricidad, lectura...), ayuda a desarrollar la capacidad de atención y la memoria, además de estimular la imaginación y la creatividad.
- Sociales: La música actúa como agente socializador e integrador y además, ayuda a desarrollar la sensibilidad estética y el gusto artístico.

BIODANZA

El prefijo *Bio* proviene del griego *Bios*, que significa *vida* (Toro, 2007). Por otro lado, siguiendo a Fernández (2012, p.29) el término *danza* significa “movimiento integrado pleno de sentido”, según la concepción francesa. De esta manera, podemos entender la metáfora elaborada por su creador, Ronaldo Toro: Biodanza, Danza de la vida.

En palabras de Toro (2007)

La Biodanza es un sistema de integración humana, de renovación orgánica, de reeducación afectiva y de reaprendizaje de las funciones originarias de la vida, su metodología consiste en inducir vivencias integradoras a través de la música, el canto, el movimiento y situaciones de encuentro en grupo (p. 39).

Numerosos estudios, tales como Castañeda (2009), Ghisio (2009), Flórez (2011), así como López, Fernández, Matarán, Rodríguez, Granados y Aguilar (2013), demuestran los beneficios que aporta la Biodanza en el ser humano, bien como terapia para diversas enfermedades (ansiedad, depresión, problemas psicomotores...) o bien como práctica para lograr un estado de bienestar consigo mismo y con los demás. Además, la puesta en práctica de este sistema en personas con TEA ha permitido desarrollar actitudes de diversa índole, favoreciendo la formación integral de la persona.

Ronaldo Mario Toro Arenada es el creador del sistema biodanza, además de ser poeta y pintor. Nacido en Concepción, Chile, el 19 de abril de 1924, se formó como profesor de enseñanza básica y ha desempeñado su labor docente en ciudades chilenas. Más adelante, en 1964 estudió Psicología finalizando con la obtención de su cátedra. Ha realizado numerosas investigaciones sobre la Expresión del Inconsciente así como Estados de Expansión de la Conciencia. Sus primeras experiencias con la biodanza, denominada anteriormente Psicodanza, comenzaron entre los años 1968 y 1973, aplicando dicho sistema en distintos ámbitos¹.

La música, como lenguaje universal, tiene una función esencial en biodanza: evocar vivencias (Toro, 2007); constituyendo el núcleo del proceso, ya que “es la facilitadora de conexiones entre nuestro corazón y nuestra razón, logrando con ello una armonización e integración en cada una de las personas que practican biodanza”.

Toro (2007) destaca la existencia de un deterioro en la afectividad del ser humano, encontrándose dificultades sociales desde la infancia y que influyen directamente en los distintos niveles de la sociedad: familia, escuela, trabajo, etc. Por esta razón, la biodanza tiene como objetivo primordial estimular la afectividad de las personas, mediante su aplicación en el ámbito educativo. De esta manera, como afirma Toro (2007) “La Biodanza no es practicable individualmente; resulta eficaz cuando se realiza en grupo afectivamente integrado, el cual ofrece posibilidades diversificadas de comunicación y sirve de “continente afectivo” para cada uno de los participantes durante la realización de vivencias” (p.40).

¹ Información extraída de la página web de la sociedad International Biocentric Foundation <http://www.biodanza.org/es/>

Para finalizar este apartado, nombraremos los mecanismos de acción de la biodanza (Fernández 2012):

- Integración sensitivo-motora, afectiva-motora y expresiva, a través de actividades que favorecen la coherencia del individuo y su entorno, propiciando básicamente la adaptación al ritmo, la afectividad, la expresión y la creatividad.
- Situaciones de encuentro y contacto, que desarrollan vínculos afectivos con el compañero, estimulando la empatía, la inteligencia afectiva y la autoestima.
- Efectos de la música en sí sobre el sistema nervioso y el inconsciente vital, ya que la música es considerada como un valioso recurso que permite conectar e integrar cuerpo, mente, corazón y espíritu.
- Ejercicios de trance y regresión. Los primeros actúan ampliando la conciencia y la percepción de la unidad cósmica; y los ejercicios de regresión tienen carácter renovador integrativo, de reparación y compensación psicobiológica, debido a que permiten situarse en etapas anteriores o posteriores al nacimiento.

OBJETIVOS, PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN E HIPÓTESIS

Con todo lo expuesto anteriormente, los objetivos que se pretenden alcanzar con este proyecto son los siguientes:

- Fomentar la inclusión y el bienestar de la alumna con Trastorno del Espectro Autista en su grupo-aula, basándonos en la música y la biodanza.
- Potenciar la expresión de emociones a través de otros lenguajes: la danza e interpretación musical.

En relación a los objetivos, nos planteamos las siguientes preguntas de investigación e hipótesis:

- ¿La música y la práctica de la biodanza ayudará a favorecer la inclusión y el bienestar de la alumna con TEA en su grupo-aula? La práctica de la biodanza ayudará a favorecer la inclusión y el bienestar de la alumna TEA en su grupo-aula.
- ¿La música como medio de expresión y comunicación es una herramienta para expresar emociones en los alumnos? La música como lenguaje de expresión y comunicación es una herramienta para expresar emociones.

MÉTODO

Descripción del participante

El proyecto se llevó a cabo en un centro de Educación Primaria. Concretamente, se dirigió a una alumna de tercer curso que presenta TEA, cuya participación en el aula y relación con sus compañeros son prácticamente nulas. A continuación, describimos a nuestra participante:

Es una niña de 8 años de edad, diagnosticada como TEA de tipo Asperger y con sintomatología leve. Tiene una hermana mayor que también está escolarizada en el mismo colegio. Le gusta la música y la pintura. Del informe psicopedagógico así como del plan de trabajo individual de la niña, destacamos los siguientes aspectos:

- En cuanto a capacidades, la niña tiene un CI de 99. No se le observan déficits significativos en funciones ejecutivas, al menos en los aspectos vinculados a los ámbitos cognitivo y curricular.
- El nivel de competencia curricular es el de su curso, 3º de Educación Primaria, con adaptaciones no significativas en las áreas de Lengua y Matemáticas a nivel metodológico y de evaluación.
- A nivel social, no rechaza la interacción con iguales, pero no tiene estrategias ni recursos para la misma. Aunque el entorno escolar es bueno, se observan escasas relaciones con sus compañeros. Suele ir sola y a menudo busca la ayuda de los adultos. Posee un bajo umbral de frustración y tiene reacciones desproporcionadas y desmedidas.
- El entorno familiar es bueno. La familia tiene un nivel socio-cultural medio. Tiene una hermana de 10 años que está escolarizada en el mismo centro educativo. Los padres aceptan la situación de su hija con TEA y se muestran muy interesados con respecto a la escolaridad.

Instrumentos

Realizamos una evaluación continua y formativa del proyecto, que nos permitió valorar en qué grado se estaban logrando los objetivos específicos propuestos; para ello, empleamos la observación en cada una de las actividades y cumplimentamos un Diario de Campo (Gibbs, 2007) al finalizar cada una de las sesiones.

Análisis de datos

Se llevó a cabo un análisis de contenido para analizar las notas de campo a través de un método deductivo. En primer lugar, se determinaron los aspectos relevantes a valorar en la niña en función de los objetivos de intervención. De esta manera y teniendo en cuenta los estudios de Freisa (2007), Howes, Lazcano, Monsalve y Villegas (2011) y Saa (2014), se obtuvieron las siguientes categorías para analizar la evolución de los objetivos del proyecto (ver tabla 1).

TABLA 1

Tabla de categorías

Integración/inclusión en el grupo	Bienestar y emociones	Anotaciones
<ul style="list-style-type: none"> - Participa en la actividad. - Permite/inicia el contacto. - Sus compañeros se relacionan con ella. - Se relaciona con sus iguales. - Es respetada por sus compañeros - Respeto a los compañeros. 	<ul style="list-style-type: none"> - Disfruta con la experiencia musical. - Gestiona y expresa emociones 	<ul style="list-style-type: none"> - Observaciones complementarias o cambios que aparecen a lo largo de las sesiones.

Posteriormente procedemos a la lectura del diario de campo y se identificaron las categorías mencionadas en la Tabla 1. Luego se revisaron los resultados obtenidos, permitiéndonos contrastar y valorar el grado de consecución de los objetivos.

Procedimiento

Para el desarrollo del proyecto nos basamos en la normativa vigente así como en los principios educativos del centro.

El proyecto se llevó a cabo durante el primer trimestre, ya que es en el comienzo de curso cuando se inicia la cohesión grupal y las relaciones interpersonales.

Las sesiones se desarrollaron periódicamente cada semana, fueron cinco sesiones con una duración de cuarenta minutos, planteada así por dinámicas del centro y por características de los alumnos. Destacar que en algunas sesiones se plantearon actividades de grupo no relacionadas con la biodanza pero igualmente importantes para dar sentido y coherencia al proyecto. Todas estas actividades están detalladas en la tabla 2.

Las actividades diseñadas sirvieron para despertar en la niña la afectividad, el bienestar y el equilibrio emocional, por lo que no sólo repercutió positivamente hacia esta alumna, sino que también se benefició todo el grupo-aula, enriqueciendo a todos los estudiantes de manera íntegra.

A continuación, se muestran las fases llevadas a cabo en el desarrollo del proyecto:

- Fase 1: detección de una problemática o necesidad de mejora. En este sentido, la escasa participación e integración de una niña con TEA en su grupo aula, teniendo la necesidad de aumentar esa integración en el grupo.
- Fase 2: revisión bibliográfica de los estudios científicos en relación a la temática, señalando aquellos que muestran los beneficios de la práctica musical en el desarrollo del sujeto.

- Fase 3: propuesta de intervención en el centro, ofreciendo al equipo directivo y al claustro la puesta en marcha de un proyecto de investigación.
- Fase 4: una vez concedido el proyecto, se procede a la elección del participante y a la obtención del consentimiento informado.
- Fase 5: elaboración del cronograma con fechas y horas establecidas para desarrollar las actividades.
- Fase 6: puesta en práctica del proyecto.
- Fase 7: evaluación del estudio de caso para establecer unos resultados y unas conclusiones.

Intervención

A continuación, se presenta una tabla con un esquema de las actividades a realizar en cada sesión así como los objetivos específicos que se pretenden conseguir (Toro, 2007).

TABLA 2
Sesiones y actividades

SESIÓN	ACTIVIDADES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Primera sesión	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presentación: visionado del vídeo “Por cuatro esquinitas de nada” con puesta en común sobre el contenido del mismo y finalizando con la presentación del proyecto. 2. Ronda de presentación al centro (biodanza): todos los alumnos con movimiento en ronda, uno de los alumnos pasa al centro, dice su nombre y expresa su danza; los demás dicen su nombre en alto y lo imitan. 3. Caminar confiado (biodanza): en parejas, uno con los ojos cerrados y el otro le protege conduciéndole por la sala; se intercambian los roles al cambiar la música. 4. Reflexión y puesta en común de sentimientos y emociones vivenciadas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer la integración y la inclusión en el grupo. - Desarrollar el bienestar a través del disfrute con la experiencia musical. - Potenciar la gestión y expresión de emociones.
Segunda sesión	<ol style="list-style-type: none"> 1. Abrazos fraternales (biodanza): abrazo precedido de mirada con aproximación progresiva, con cambios de parejas. 2. Acariciamiento indiferenciado de manos al centro (biodanza): en ronda, en pequeño grupo, con los ojos cerrados se realizan movimientos suaves y sensibles de manos sin importar a quien acariciar. 3. Autoacariciamiento afectivo (biodanza): con los ojos cerrados, de pie o sentado, se realiza un autoacariciamiento de todo el cuerpo, permitiendo el reconocimiento de uno mismo. 4. Reflexión y puesta en común de sentimientos y emociones vivenciadas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer la integración y la inclusión en el grupo. - Desarrollar el bienestar a través del disfrute con la experiencia musical. - Potenciar la gestión y expresión de emociones.
Tercera sesión	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ronda de integración (biodanza): cogidos de las manos se crean movimientos libres, buscando sintonizarse con el movimiento que va surgiendo de los demás. 2. Caminar sinérgico en parejas (biodanza): cogidos de la mano 	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer la integración y la inclusión en el grupo. - Desarrollar el bienestar a través del disfrute con la

	<p>caminar en conexión con la mirada, con pasos firmes y potentes; se fomenta el cambio de pareja.</p> <p>3. Acariciamiento de manos a dos (biodanza): se toman las manos en parejas y se acarician suavemente.</p> <p>4. Reflexión y puesta en común de sentimientos y emociones vivenciadas.</p>	<p>experiencia musical.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Potenciar la gestión y expresión de emociones.
Cuarta sesión	<p>1. Caminar alegre con encuentros (biodanza): caminar con movimientos desenfadados y lúdicos, haciendo énfasis en el mirar y en el toque suave al encontrar al otro.</p> <p>2. Juego de espalda con espalda y palmas (biodanza): en parejas apoyados con la espalda, se desplazan a cualquier dirección acompañada de palmadas al ritmo de la música; se fomenta el cambio de pareja.</p> <p>3. Elaboración de un cariñograma con base de cartulina y buzones de cartulina en forma de corazón, correspondientes a cada estudiante.</p> <p>4. Reflexión y puesta en común de sentimientos y emociones vivenciadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer la integración y la inclusión en el grupo. - Desarrollar el bienestar a través del disfrute con la experiencia musical. - Potenciar la gestión y expresión de emociones.
Quinta sesión	<p>1. Enviamos mensajes afectivos: los alumnos escriben mensajes positivos a sus compañeros a través del cariñograma.</p> <p>2. Ronda de pulsación (biodanza): cogidos de las manos se descomprimen y comprimen con suavidad, dando espacio para integrar cada gesto de cariño.</p> <p>3. Apoyo mutuo (biodanza): en parejas, descansar la mejilla sobre el hombro del otro, apoyándose mutuamente con los brazos caídos y sin acariciamiento; se fomenta el cambio de pareja.</p> <p>4. Recibimos mensajes afectivos: los alumnos reciben los mensajes positivos del cariñograma.</p> <p>5. Reflexión y puesta en común de sentimientos y emociones vivenciadas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer la integración y la inclusión en el grupo. - Desarrollar el bienestar a través del disfrute con la experiencia musical. - Potenciar la gestión y expresión de emociones.

RESULTADOS

A continuación, realizaremos un recorrido a lo largo de las sesiones donde observamos los resultados obtenidos en cada una de ellas.

Primera sesión

La primera actividad sirvió para, a través del visionado “Por cuatro esquinitas de nada” sensibilizar al grupo sobre la diversidad de personas en nuestra sociedad, así como sentar las bases del proyecto.

Seguidamente, se llevaron a cabo dos actividades de biodanza. En la primera, la niña se mostró participativa y alegre, receptiva a la experiencia musical, pero desorientada y sin respetar el turno de los compañeros; los alumnos le ayudaban en el desempeño de la actividad pero ella los rechazaba y seguía con su danza. Además, tuvimos dificultad a la hora de desarrollar la segunda actividad, ya que tenía miedo de caminar con los ojos cerrados y por tanto se negó a participar, no obstante, la actividad se llevó a cabo con el resto de alumnos mientras la niña observaba.

Al finalizar la sesión, se realizó una puesta en común de los sentimientos y emociones experimentadas a lo largo de las actividades, donde destacamos distintas emociones como la alegría (en la primera actividad de biodanza), la confianza o inseguridad (en la segunda actividad de biodanza). Intentamos hacer partícipe a la niña en expresar sus emociones, pero no quiso compartir sus sensaciones, ya que seguía negando su participación en el grupo.

A lo largo de esta primera sesión la niña se mostró poco receptiva a las actividades. Destacar que los compañeros intentaban integrar a la niña, ayudaban e intentaban convencerla para participar, pero la alumna se negaba y rechazaba con enfado la ayuda de sus compañeros, buscando la atención del adulto como suele hacer en este tipo de situaciones que descontrola. En la tabla 3 se puede observar esquemáticamente la valoración de la sesión.

TABLA 3. Sesión 1

Integración/inclusión en el grupo	Bienestar y emociones	Anotaciones
Poca participación en las actividades. Rechazo a los compañeros. Los compañeros intentan integrarla y la respetan.	Expresa alegría en la primera actividad de biodanza. Disfruta con la experiencia musical en la primera actividad. Expresa miedo y enfado en las últimas actividades.	La niña está desorientada. Está fuera del grupo, como en otro mundo aparte.

Segunda sesión

En esta segunda sesión observamos un cambio en la niña, pues se mostraba más participativa y menos desorientada en las actividades.

En la primera actividad la niña no iniciaba el contacto con el otro, sino que eran sus compañeros los que se acercaban y la abrazaban. No obstante, la niña no rechazaba ese contacto.

La segunda y tercera actividad se realizó sin ningún problema, ya que ofrecimos la posibilidad de desarrollarlas también con los ojos abiertos, de esta manera la niña se sentía más segura. La alumna realizó adecuadamente las actividades de biodanza, respetando a sus compañeros y disfrutando con la experiencia musical, esto puede deberse a que se trataban de actividades en pequeño grupo y de manera individual.

Por último, la puesta en común fue muy positiva por todos los pupilos y eran ellos los que integraban a la niña preguntándole cómo se lo había pasado en las actividades y qué sentía en cada una de ellas. La niña participó contestando a las preguntas de sus compañeros con mediación del adulto. En la tabla 4, podemos observar los datos obtenidos a través del diario de campo de la sesión 2.

TABLA 4. Sesión 2

Integración/inclusión en el grupo	Bienestar y emociones	Anotaciones
Participa en las actividades. Acepta el contacto con los compañeros pero no lo inicia. Se relaciona con sus iguales contestando a preguntas en la conversación. Los compañeros intentan integrarla y la respetan. Respeto a sus compañeros.	Expresa felicidad y tranquilidad. Disfruta con la experiencia musical. Expresa sus emociones en la puesta en común.	La niña está integrada en el grupo, aunque no inicia el contacto es partícipe en las actividades.

Tercera sesión

En la tercera sesión, la niña y sus compañeros esperaban con mucha ilusión la sesión de biodanza, lo cual es un aspecto positivo que nos informa de la aptitud ante el proyecto y el disfrute de los niños con las actividades realizadas.

La primera actividad se desarrolló en gran grupo. La alumna se integró perfectamente en el grupo, moviéndose libremente al ritmo de la música; no obstante, la niña necesitaba la ayuda del adulto para buscar y sintonizar su movimiento corporal con el de los demás. En esta actividad, la niña estaba feliz e integrada.

La segunda y tercera actividad se desarrolló con éxito, pues la niña participaba en el intercambio de parejas, iniciaba el contacto fijándose en sus iguales para realizar las actividades y además, no rechazaba ni era rechazada por sus compañeros. La niña se mostraba espontánea, interesada en hacer las actividades adecuadamente y además, muy contenta.

En la reflexión y puesta en común fue muy emocionante escuchar las aportaciones de los alumnos, porque ellos mismos eran conscientes del cambio que estaban experimentando a nivel de grupo en este tipo de actividades junto a sus compañeros. La niña estaba atenta a todas las intervenciones de sus compañeros y al igual que en la sesión anterior, participó aportando sus sentimientos y emociones vivenciadas, siendo muy positivas en la alumna. La valoración de esta sesión podemos observarla en la tabla 5.

TABLA 5. Sesión 3

Integración/inclusión en el grupo	Bienestar y emociones	Anotaciones
Participa en las actividades. Acepta e inicia el contacto con los compañeros. Se relaciona con sus iguales contestando a preguntas en la conversación. Es respetada por sus compañeros. Respeto a sus compañeros.	Expresa felicidad. Disfruta con la experiencia musical. Expresa sus emociones en la puesta en común.	La niña está integrada en el grupo, participa e inicia el contacto para realizar las actividades adecuadamente. Se le observa feliz y contenta en el grupo.

Cuarta sesión

A lo largo de la sesión, observamos que el comportamiento de la niña, su participación y relación con los iguales incrementa con las actividades propuestas. Además, sus compañeros están más pendientes de ella, de integrarla en el grupo y de ayudarla en el desempeño de cada tarea.

Destacamos la última actividad, la cual consiste en la elaboración de un cariñograma con cartulinas de colores. Sin embargo, en esta actividad, la alumna buscaba el contacto de sus compañeros para realizar el trabajo de manera conjunta. Sus compañeros estaban asombrados del cambio en la niña y ellos la integraban perfectamente en el grupo, ayudándose mutuamente en el desarrollo de la manualidad.

Además, destacar que la niña levantaba sin ningún tipo de soporte la mano para expresar y compartir sus sensaciones con el resto de alumnos. En la tabla 6 puede observarse la valoración de la sesión 4.

TABLA 6. Sesión 4

Integración/inclusión en el grupo	Bienestar y emociones	Anotaciones
Participa en las actividades. Acepta e inicia el contacto con los compañeros.	Expresa felicidad y tranquilidad. Disfruta con la experiencia musical. Expresa sus emociones por sí sola en	Observamos un cambio positivo en la niña con las actividades de biodanza, ya que es más partícipe, interactúa más con sus compañeros y forma

Se relaciona con sus iguales en las actividades. Es respetada e integrada por sus compañeros. Respeto a sus compañeros.	la puesta en común.	parte del grupo.
---	---------------------	------------------

Quinta sesión

En esta sesión, se llevó a cabo una actividad que consistía en escribir mensajes positivos a algún compañero a través del cariñograma. Tal fue la motivación de los pupilos ante esta tarea que, tanto la niña como el resto de alumnos querían enviar mensajes a todos sus compañeros, por lo que necesitamos más tiempo del establecido en la sesión. Los mensajes eran muy afectivos y la niña se mostró muy contenta y querida tras la lectura de sus mensajes.

Al finalizar, realizamos una reflexión sobre el proyecto, orientado a concienciar al grupo sobre la necesidad de respetar, ayudar y valorar a nuestros compañeros. La niña escuchaba las aportaciones del resto de niños y pidió el turno de palabra para expresar su opinión del proyecto así como las actividades que más le habían gustado. En la siguiente tabla podemos ver la valoración de la última sesión (ver tabla 7).

TABLA 7. Sesión 5

Integración/inclusión en el grupo	Bienestar y emociones	Anotaciones
Participa en las actividades. Acepta e inicia el contacto con los compañeros. Se relaciona con sus iguales en las actividades. Es respetada e integrada por sus compañeros. Respeto a sus compañeros.	Expresa alegría. Disfruta con la experiencia musical. Expresa sus ideas por sí sola en la puesta en común.	La niña estaba muy motivada y contenta recibiendo los mensajes de sus compañeros, por lo que repercutió positivamente en su bienestar y autoestima.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Discusión

La integración, la inclusión, la música y la biodanza han sido los cuatro pilares básicos que conforman este trabajo. Estos pilares vertebran el proceso de enseñanza y aprendizaje con el diseño de unas actividades estimulantes, creativas y novedosas, que nos han ayudado a conseguir los objetivos propuestos (Tourriñán y Longueira, 2010).

Los resultados obtenidos a través del diario de campo muestran resultados en la niña a lo largo de las cinco sesiones realizadas. La niña ha ido mejorando progresivamente en cada sesión en relación a su participación, la relación e interacción con sus compañeros; y esto es debido a que la música actúa como agente socializador e integrador (Cerezo, 2009).

Por otro lado, hemos observado que la niña se mostraba tranquila y feliz con las actividades de biodanza, por lo que podemos afirmar que ha disfrutado con la experiencia musical y esto le ha ayudado a expresar diversos sentimientos y emociones; pues según Cerezo (2009), la música es una potente herramienta que interviene en los procesos psicológicos, evocando emociones y sentimientos de diversa índole.

Además, destacar que en el colegio, cuando toca hacer actividades de manualidades, la niña tiende a realizarlas de manera aislada, sin que nadie interrumpiera su trabajo; sin embargo, en la realización del cariñograma la niña buscaba el contacto de sus compañeros para desarrollar la actividad en equipo.

Por último, añadir que las últimas puestas en común han sido muy positivas, ya que la niña levantaba la mano sin ningún tipo de soporte para expresar sus sentimientos; pues el hecho de establecer la sesión con un orden y una rutina, como es en este caso la última actividad con una puesta en común, ayuda a la niña a organizar un ambiente más estructurado en el cual se encuentra más cómoda para participar (Howes, Lazcano, Monsalve y Villegas, 2011).

De esta manera, hemos observado cómo estos cambios positivos en la niña a nivel de comportamiento, actitud y participación, se ha traspasado a otras situaciones del colegio, lo cual el beneficio del proyecto es aún mayor (ver tabla 8).

TABLA 8. Resultados

Integración/inclusión en el grupo	Bienestar y emociones
<ul style="list-style-type: none"> - Aumenta su participación e integración en el grupo. - Mayor aceptación y relación con sus iguales. 	<ul style="list-style-type: none"> - Disfruta con la experiencia musical. - Aumenta la iniciativa de expresar sus sentimientos.

Limitaciones del estudio y futuras líneas de investigación

El diseño de este proyecto podría ser aplicable en cualquier centro educativo, ya que no precisa de materiales ni recursos complejos, sino de una metodología activa y dinámica, que fomenta la motivación y el aprendizaje significativo. No obstante, al tratarse de niños de primaria, debemos tener cuidado a la hora de presentar y desarrollar las actividades, evitando que sean un mero entretenimiento generador de risas entre los alumnos, sino que sea funcional y capaz de calar sus sentimientos para guiarlos hacia los propósitos preestablecidos.

El trabajo presenta las siguientes limitaciones: el número de sesiones no son suficientes para observar cambios representativos en la participante; no se pueden generalizar los resultados, ya que se ha utilizado un solo instrumento (notas de campo) para el estudio y profundización de un caso en particular. De esta manera, para futuras líneas de investigación es recomendable realizar un estudio de casos múltiples y recoger los datos con otros instrumentos para que el análisis sea más completo, así como establecer mayor número de sesiones que permitan observar cambios representativos. Además, señalar que en el diseño, elaboración y puesta en práctica del proyecto ha habido poca colaboración por parte de la institución y sus profesionales. Consideramos que las escuelas deben unir al profesorado en proyectos de trabajos cooperativos, de manera que se entusiasmen y animen a participar en el proceso de enseñanza-aprendizaje, dando respuesta a todas y cada una de las necesidades de nuestro alumnado, favoreciendo su integración y construyendo una sociedad mejor.

Conclusiones

Este estudio es una contribución al ámbito de la música y la biodanza como terapia en personas con autismo.

Los elementos relevantes que aparecieron a lo largo de la intervención fueron: aumento de la participación e integración en el grupo, aceptación y relación con sus iguales, disfrute de la experiencia musical y expresión de emociones. Debemos destacar que debido a las necesidades de la niña, debemos establecer sesiones con una estructura clara para aumentar su seguridad y confianza.

El desarrollo del proyecto permitió alcanzar los objetivos de intervención: (1) fomentar la inclusión y el bienestar de la alumna con TEA en su grupo-aula, basándonos en la música y en la biodanza; pues a través de las actividades propuestas se ha logrado progresivamente aumentar la integración, participación y bienestar de la niña en su grupo, siendo respetada y ayudada por sus compañeros; y (2) potenciar la expresión de emociones a través de otros lenguajes: la danza e interpretación musical; pues a lo largo de las sesiones la niña ha ido experimentando y expresando diversas emociones (enfado, miedo, alegría, felicidad, tranquilidad), aumentando en la niña la iniciativa de compartir sus emociones con el resto de compañeros.

Bibliografía

- AINSCOW, M. (2001). Desarrollo de escuelas inclusivas: ideas, propuestas y experiencias para mejorar las instituciones escolares. Madrid: Narcea.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2014). "DSM V: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales". Barcelona: Panamericana.
- ARNAIZ, P. (1996). Las escuelas son para todos. *Siglo Cero*, 27 (2), 25-34.
- ARNAIZ, P. (2012). Escuelas eficaces e inclusivas: cómo favorecer su desarrollo. *Educatio Siglo XXI*, 30 (1), 25-44.
- CASTAÑEDA, G.M. (2009). La biodanza como práctica corporal en relación con la promoción de la salud. *Revista Educación física y deporte*, 28 (2), 81-90.
- CEREZO, A.B. (2009). Principios básicos de intervención para compensar las desigualdades educativas a través de la actividad musical. *Revista digital Ciencia y Didáctica*, 7, 96-101.
- CONEJO, P.A. (2012). El valor formativo de la música para la educación en valores. *Dedica. Revista de Educação e Humanidades*, 2, 263-278.
- FERNÁNDEZ, A. (2003). Educación Inclusiva: "Enseñar y aprender entre la diversidad". *Revista Digital UMBRAL*, 3, 1-10.
- FERNÁNDEZ, F.M. (2012). Vivencia de despedida y duelo con biodanza. Monografía para optar al título de facilitador de Biodanza. Recuperado el 26 de marzo de 2015 de <http://www.biodanzavenezuelaavefabi.com/wp-content/uploads/Tesina-Fanny-Fernandez.pdf>
- FRESIA, M. (2006). Intervención musicoterapéutica en un niño que presenta trastorno del espectro autista. Monografía para optar al Curso de Especialización de Postítulo en Terapias de Arte, mención Musicoterapia. Universidad de Chile, Santiago.
- GHISIO, P. (2009). Biodanza como sistema generador de resiliencia frente al síndrome de burnout. *Pelotas*, 11, 47-70.
- GIBBS, G.R. (2007). *Analysing qualitative data*. London: Sage Publications.
- HOWES, B., LAZCANO, K., MONSALVE, T. Y VILLEGAS, J. (2011). Estudio descriptivo sobre la influencia de la musicoterapia en la modificación de conductas disruptivas en personas con autismo del nivel 1. Tesis para optar al título de Educador Diferencial. Universidad de Playa Ancha, Valparaíso.
- LEY ORGÁNICA 2/2006 DE 3 DE MAYO DE EDUCACIÓN (LOE). *Boletín Oficial del Estado*, 4 de mayo de 2006, núm. 106.
- LEY ORGÁNICA 8/2013 DE 9 DE DICIEMBRE PARA LA MEJORA DE LA CALIDAD EDUCATIVA (LOMCE). *Boletín Oficial del Estado*, 10 de diciembre de 2013, núm. 295.
- LÓPEZ, M.M, FERNÁNDEZ, M., MATARÁN, G.A., RODRÍGUEZ, M.E., GRANADOS, G. Y AGUILAR, E. (2013). Efectividad de la biodanza acuática sobre la calidad del sueño, la ansiedad y otros síntomas en pacientes con fibromialgia. *Medicina Clínica*, 141 (11), 471-478.
- LOZANO, J. (2012). Diversidad y educación. *Educatio Siglo XXI*, 30 (1), 11-24.
- SAA, Y. (2014). La experiencia de Lucas: musicoterapia con un niño del espectro autista. Monografía para optar al Curso de Especialización de Postítulo en Terapias de Arte, mención Musicoterapia. Universidad de Chile, Santiago.
- TORO, R. (2007). Biodanza. Santiago: Cuarto Propio
- TOURIÑÁN, J.M Y LONGUEIRA, S. (2010). La música como ámbito de educación "por" la música y educación "para" la música. *Teoría de la Educación. Revista Interuniversitaria*, 22 (2), 151-181.
- TRIANE, M.V., BLANCA, M.J., MUÑOZ, A., GARCÍA, B., CARDELLE-ELAWAR, M. e INFANTE, L. (2002). *Anales de psicología. Servicio de publicaciones de la Universidad de Murcia*, 18 (2), 197-214.