



ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

Taller de biodanza en la socialización de estudiantes de
Secundaria de una Institución Educativa Privada

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Intervención Psicológica

AUTOR:

Br.Milagritos Aimet Lozano Arbañil

ASESOR:

Mg. María Celeste, Fernández Burgos

SECCIÓN:

Humanidades

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Modelos de intervención psicológica

PERÚ – 2019

PÁGINA DEL JURADO

Dra Carmen Cristina Campos Maza

Presidente

Dr. María Peregrina Cruzado Vallejo

Secretaria

Mg. María Celeste Fernández Burgos

Vocal

DEDICATORIA

Este trabajo de investigación está dedicado al bebe que estoy gestando en mi vientre, a mi esposo, madre, hermana, abuela y abuelo que es mi ángel desde el cielo, quienes con su infinito amor y apoyo siempre me han motivado en el planteamiento de nuevos retos académicos y profesionales para mi vida.

AGRADECIMIENTO

Mi profundo e infinito agradecimiento a Dios por bendecirme con salud y una gran familia, por darme la oportunidad de vivir esta experiencia enriquecedora para mi vida y entorno profesional.

A la Mg. Fernández Burgos, María Celeste, asesora del presente trabajo de investigación; por sus orientaciones pertinentes en la elaboración del informe final de dicha investigación.

A mi familia, por su apoyo incondicional durante el proceso de mi desarrollo profesional y personal. Pero sobre todo a mi esposo por acompañarme y motivarme siempre a culminar esta hermosa experiencia académica.

DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo Milagritos Aimet Lozano Arbañil , estudiante del programa de maestría en intervención psicológica de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo , identificada con DNI 46095894, con la tesis titulada “Taller de biodanza en la socialización de estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa Privada”

Declaro bajo juramento que:

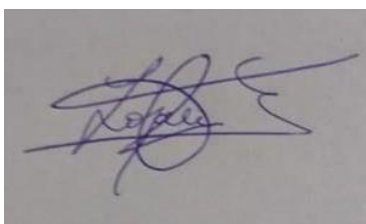
- 1) La tesis es de mi autoría
- 2) He respetado las normas internacionales de citas y referencias para las fuentes consultadas.
Por tanto, la tesis no ha sido plagiada ni total ni parcialmente.
- 3) La tesis no ha sido auto plagiada; es decir no ha sido publicada ni presentada anteriormente para obtener algún grado académico previo o título profesional.
- 4) Los datos presentados son reales, no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados y por tanto los resultados que se presentan en la tesis se constituirán en aportes a la realidad investigada

De identificarse fraude (datos falsos), plagio (información sin citar autores), autoplagio (presentar como nuevo algún trabajo de investigación propio que ya ha sido publicado), piratería (uso ilegal de información ajena) o falsificación (representar falsamente las ideas de otros), asumo las consecuencias y sanciones que de mi acción se deriven, sometiéndome a la normativa vigente de la Universidad Cesar Vallejo.

Trujillo 05/01/2019

Br. Milagritos Aimet Lozano Arbañil

DNI 46095894



PRESENTACIÓN

Señores Miembros del Jurado:

De conformidad con los lineamientos técnicos establecidos en el Reglamento de Grados y Títulos de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo, presento a ustedes la tesis titulada: “Taller de biodanza en la socialización de estudiantes de Secundaria de una Institución Educativa Privada” para la revisión y evaluación correspondiente.

Este trabajo tiene como finalidad la obtención del grado de Magister en Intervención Psicológica.

Esta investigación tiene como objetivo general determinar la influencia del taller de biodanza en la socialización de estudiantes de secundaria de una institución educativa privada, para la revisión y evaluación correspondiente, proponiendo nuevas alternativas de intervención con el fin de contribuir a la educación.

Agradezco las críticas y sugerencias que servirán para enriquecer y mejorar el presente estudio.

INDICE

I. INTRODUCCIÓN	
1.1. Realidad problemática	14
1.2. Trabajos previos	16
1.3. Teorías relacionadas al tema	18
1.4. Formulación del problema	28
1.5. Justificación del estudio	28
1.6. Hipótesis	29
1.7. Objetivos	30
II. METODO	
2.1 Diseño de investigación	31
2.2. Variables, Operacionalización	32
2.3. Población, muestra	34
2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad	35
2.5. Métodos de análisis de datos	37
2.6. Aspectos éticos	37
III. RESULTADOS	37
IV. DISCUSIÓN	47
V. CONCLUSIONES	56
VI. RECOMENDACIONES	58

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1: Distribución de la población de estudiantes del primer año de secundaria de una institución educativa privada.....	34
Tabla N° 2: Distribución de la muestra de estudiantes del primer grado de secundaria de una institución privada.....	35
Tabla N° 3.1: Distribución según nivel de cada dimensión de la conducta social del grupo experimental antes y después de aplicar el taller de biodanza.	37
Tabla N° 3.2: Comparación de la dimensión Co= Consideración con los demás de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.....	40
Tabla N° 4: Comparación del grupo experimental y grupo control antes y después de la aplicación del taller de biodanza.....	40
Tabla N° 5: Comparación de la dimensión Ac= Autocontrol en las relaciones sociales de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.....	41
Tabla N° 6: Comparación de la dimensión Re= Retraimiento social de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.....	42

Tabla N° 7: Comparación de la dimensión At= Ansiedad Social – Timidez de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.....43

Comparación de la dimensión Li= Liderazgo de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.....44

Comparación de la dimensión S= Sinceridad de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.....45

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1. Propuesta del taller de biodanza	Pág.64
Anexo 2. Cuestionario de Socialización Bas - 3	Pág. 109
Anexo 3. Carta de consentimiento informado	Pág. 112
Anexo 4. Constancia de solicitud y permiso	Pág. 113
Anexo 5. Constancia de realización del taller	Pág. 114
Anexo 6. Pruebas de normalidad	Pág. 115
Anexo 7. Matriz de consistencia	Pág. 116

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo principal determinar la influencia de un taller de biodanza en la socialización de estudiantes de secundaria de una institución educativa privada. El diseño de investigación que se utilizó es cuasi-experimental ya que cuenta con un grupo experimental y un grupo control ya establecidos. La muestra estuvo constituida por 50 estudiantes, 25 de ellos para grupo experimental y 25 para el grupo control. Para evaluar la socialización se utilizó la batería de socialización (BAS 3) que fue diseñada por Silva y Martorell (1987). Los 75 ítems del BAS-3 permitieron obtener un perfil de la conducta social en función de cinco dimensiones: Consideración con los demás (Co), Autocontrol en las relaciones sociales (Ac), Retraimiento social (Re), Ansiedad social / Timidez (At), Liderazgo (Li). Más una escala de S: Sinceridad. Se concluyó que el taller de biodanza influye significativamente en la conducta social de los estudiantes del primer grado de secundaria de una institución educativa privada.

Palabras clave: Biodanza, Conducta social, socialización, autocontrol, relaciones sociales, retraimiento social, ansiedad social.

ABSTRACT

The main objective of this research was to determine the influence of a biodanza workshop on the socialization of high school students from a private educational institution. The research design that was used is quasi-experimental since it has an experimental group and a control group already established. The sample was constructed by 50 students, 25 students for experimental group and 25 students for the control group. In order to evaluate socialization, the socialization battery (BAS 3) was built by Silva and Martorell (1987). The 75 items of BAS-3 allowed to obtain a profile of social behavior based on five dimensions: Co: Consideration with others. Sc: Self-control in social relations. Sw: Social withdrawal, Sa: Social anxiety / Shyness. Li: Leadership. Plus a scale of S: Sincerity. It is concluded that the biodanza workshop significantly influences the social behavior of the students of the first grade of secondary school of a private educational institution.

4. KEY WORDS: Biodanza, social behavior, socialization, self-control, social relations, social withdrawal, social anxiety.

I. INTRODUCCION

1.1 Realidad problemática:

Socializar es el proceso por el cual el niño, aprende a diferenciar lo aceptable de lo inaceptable en su comportamiento. Sin embargo, la socialización del niño durante la niñez no constituye en sí una preparación suficiente y perfecta, sino que a medida que crece y se desarrolla su medio ambiente podrá variar exigiéndole nuevos tipos de comportamiento. Para Muñoz (2009, p.1) refiere que “el desarrollo de la especie humana es posible gracias a que vivimos en comunidad por lo cual su influencia es determinantemente importante. Por tanto, la socialización permite facilitar la convivencia en grupos para desarrollarnos naturalmente en comunidad.” De igual manera para Bee (1978, p.234) manifestó que “Somos seres sociales por naturaleza y que el éxito de las relaciones efectivas se ve influenciadas por el grado de satisfacción que vivenciamos de nuestras relaciones familiares y sociales previas, lo que determinará en un gran porcentaje la existencia de relaciones futuras efectivas.

Por otro lado Papalia, Olds y Feldman (2001) afirman que lo que ocurre en el mundo del niño es significativo, pero no es la totalidad de la historia. Cada uno sigue escribiendo su propia historia de desarrollo humano mientras vive. De esta manera, los agentes se van diversificando pasándose de la exclusividad de la familia a la influencia de otros agentes externos a la misma. Así, y aunque la familia siga siendo el centro del mundo social del niño, éste empieza pronto a interesarse por personas diferentes a las de su hogar, siendo especialmente importante el grupo de iguales, el cual alcanzará su máxima relevancia en el período de la adolescencia.

Calderón (2012, p.1) refiere que “Esto debería significar que entre mayor interacción y relaciones sociales tengan los niños se convertirán como consecuencia en personas más seguras y extrovertidas con capacidad de relacionarse efectiva y saludablemente”, lo que se traduce como una herramienta para contrarrestar la timidez, impulsividad o agresión entre sus pares. Sin embargo, sabemos en la actualidad el medio en que vivimos es cada vez más competitivo y debemos estar a la vanguardia para enfrentar

nuevos retos y desafíos.

Por su parte para Calvo, Gonzalez y Martorell (2001) refieren que las actitudes y conductas prosociales se relacionan con el rendimiento escolar a un nivel altamente significativo. En tal sentido cuando existe problemas de conducta también existe problemas en su rendimiento. De igual manera Ybarra y Michell (2008) manifiesta que los problemas de convivencia en los centros educativos es un problema en auge que preocupa a la sociedad en general y al mundo educativo en particular, ya que repercute negativamente en el proceso educativo. Estos autores destacan que los problemas relacionados con el acoso entre iguales es el aspecto más sobresaliente, no por su frecuencia de aparición sino por la relevancia social que obtienen.

Sin embargo, Mayda Ramos, afirma que “llaman la atención los casos de violencia cometidos por adultos contra estudiantes (39%)”. Según Siseve, más del 90% de esos casos corresponden a docentes que mantienen prácticas disciplinarias antiguas o responden al pedido de los padres para que disciplinen a sus hijos.

Habiendo convertido la educación en el reto de lograr el equilibrio entre la disciplina e independencia de sus estudiantes apostando por el dialogo reflexivo con respaldo de los padres, a pesar que muchas veces son ellos los que generan en casa conductas de indisciplina, agresividad y falta de valores en sus hijos (Siseve, 2012).

Teniendo en cuenta esto, la educación secundaria debería buscar en sus estudiantes no sólo la formación cognitiva, o generar ambientes de interacción como deportes o clases dentro del aula sino también generar espacios que promuevan el desarrollo de su inteligencia afectiva la cual es propuesta como base de una educación biocéntrica.

El Principio biocéntrico, creado por el Psicólogo Antropólogo chileno Rolando Toro, creador del Sistema “biodanza” es una propuesta que reconoce la educación y al ser humano en las dimensiones física, biológica, mental, psicológica, espiritual, cultural y social. Se estimula al (la) educador(a) a desarrollar un pensamiento flexible, crítico, y con capacidad innovadora para prepararse para la crisis de percepción y actitudes que predominan en el mundo de hoy. Por lo cual

esta investigación propone un sistema preventivo de encuentros vivenciales basado en la música, la creatividad, el juego, la alegría de vivir y expresar emociones llamado biodanza el cual permitirá a los adolescentes potenciar habilidades tanto cognitivas como afectivas y principalmente desarrollarse como un ser socialmente independiente, empático y asertivo en el buen uso y gestión de sus impulsos y emociones consigo mismo y con el medio que lo rodea.

1.2 Trabajos previos:

Internacional:

Narvárez (2018) tiene como objetivo principal conocer de qué forma el sistema de biodanza mejora y contribuye en el desarrollo integral de niños de 4 y 5 años de un centro educativo infantil “Camino de Luz”, Quito, Ecuador, período 2016, el diseño de investigación es de tipo descriptiva, la muestra corresponde a 47 personas entre niños y niñas, el instrumento que se uso fue una lista de cotejo, encuesta; donde se concluye que los ejercicios de biodanza son positivos y benefician el desarrollo integral de los niños, ya que la biodanza no solo realiza movimientos libres, sino que se trabaja todas las áreas en conjunto, tanto a nivel físico como emocional, a nivel individual y social dándose infinidad de situaciones a desarrollar en las personas.

Orjuela (2018) en la presente investigación tiene como objetivo principal analizar los cambios de conducta de los estudiantes con problemas de intolerancia y agresividad utilizando la biodanza como herramienta de sensibilización para canalizar las emociones en los estudiantes de grado 801 del colegio Fundación Educacional Ana Restrepo del Corral Bogotá, Colombia; con un diseño descriptivo; con una muestra poblacional estudiantil con el que se realizó esta investigación está conformado por 13 niñas y 12 niños, para un total de 25 estudiantes, donde se utilizó una encuesta; llegando a la siguiente conclusión. Los estudiantes de grado 801 del colegio Fundación Educacional Ana Restrepo del Corral, tal vez por la edad, el entorno social, la falta de conciencia o amor propio no sabían asumir o afrontar la intolerancia, posiblemente porque en el hogar se evidencian

situaciones donde la familia se agrede y ésta no presta atención al menor; por lo tanto, se abordó el problema de intolerancia a través de la biodanza logrando sensibilizar y canalizar las emociones en los estudiantes.

Alzate, Estrada, Ramírez & Serna (2017) en su texto la biodanza como mediador socio emocional en niños de 5 a 6 años de la Institución Educativa San Vicente Ferrer Antioquia España, tuvo como objetivo demostrar que como una propuesta aplicativa para las aulas de clase, la biodanza trae consigo efectos positivos ante el comportamiento, la canalización y expresión emocional, el respeto y apreciación de las habilidades y actitudes del otro, también permite la resolución de conflictos internos y externos entre sus pares y adultos significativos de manera armoniosa en la vida del niño.

Nacionales:

Agreda & Azabache (2017) en la investigación tiene como objetivo principal determinar en qué medida influye en el taller de biodanza en el desarrollo social de los niños de 5 años de la Institución Educativa (IE) N° 224 Indoamericana, Buenos Aires - Trujillo , con un diseño cuasi experimental, con una muestra conformada por dos grupos de 18 niños (grupo de control) y 18 niños (grupo experimental) de 5 años; donde se utilizaron los instrumentos lista de cotejo y programación de sesiones de aprendizaje, donde se concluyó que los niños de 5 años del grupo experimental antes de aplicar el taller de biodanza según los resultados del pre test: 9 (50%) obtuvieron nivel de inicio en el desarrollo social, 6 (33%) tuvieron un nivel en proceso y 3 (17%) obtuvieron un nivel logrado, por otro lado en los niños de 5 años del grupo de control se observó que 9 (50%) obtuvo nivel de inicio en el desarrollo social, 6 (33%) obtuvieron un nivel en proceso y 3 (17%) un nivel logrado. Después de aplicar el taller de biodanza según los resultados del post test, 15 niños (83%) obtuvieron nivel logrado en desarrollo social, 2 niños (11%) un nivel en proceso y 1 niño (6%) obtuvo un nivel de inicio, mientras que en el grupo de control 8 niños (44%) nivel de inicio en el desarrollo social, 6 niños (33%) un nivel en proceso y 4 niños (22%) nivel logrado.

García y Moreno (2015) en su investigación que tienen como objetivo establecer la influencia de la biodanza en la socialización de los niños de 4 años de la IE N°1564 “Radiantes Capullitos” -Trujillo. La investigación es de tipo experimental aplicada, donde se aplicó pretest y postest. La población muestra estuvo conformada por las secciones “Rosas” y “Tulipanes” cada una con 26 niños haciendo un total de 52, siendo el grupo experimental el aula las “Rosas” con quienes se aplicó 20 sesiones de aprendizaje en un periodo de 3 meses. Los resultados obtenidos del pretest muestran que los niños tenían un nivel bajo de socialización. Después de haber aplicado las sesiones de biodanza, los resultados obtenidos en la presente investigación mostraron un incremento significativo en la socialización de los niños.

1.3 Teorías relacionadas al tema:

Maya (2016) cita a Nidia Aylwin quien refiere que el taller se constituye como el conjunto de estrategias importantes desde el punto de vista del proceso pedagógico, pues además de impartir información requerida, conduce a la vivencia de experiencias inolvidables que parten de una relación tanto emocional como intelectual lo que permite un desarrollo integral del estudiante.

El proceso pedagógico adscrito al taller tiene su punto de partida en dos variables fundamentales: la situación inicial de los alumnos, que resalta la individualidad de cada ser humano lo que hace valioso al vivenciar la experiencia de integrarse también como grupo; y las necesidades o dificultades que puedan manifestar y al mismo tiempo ir expresando y superando mediante la experiencia del taller.

Como sabemos tomando en cuenta la sociología y las ciencias psicopedagógicas existen marcadas diferencias de estudiante en estudiante. Es diferente la intervención según las edades cronológicas y mentales, así como los tipos de grupo a trabajar. Vale tener en cuenta la cultura que manifiesta el grupo y cuál es su situación actual. Por su parte Ander-Egg (1999) refiere que taller es una estrategia pedagógica que además de abordar el contenido de una temática, enfoca sus acciones hacia el saber hacer, es decir, hacia la práctica de una actividad. En esencia el taller “se organiza con

un enfoque interdisciplinario y globalizador, donde el facilitador ya no enseña en el sentido tradicional; sino que es un asistente técnico que ayuda a aprender. Los alumnos aprenden haciendo y sus respuestas o soluciones podrían ser en algunos casos, más válidas que las del mismo facilitador”.

Taller desde el enfoque de la biodanza:

Rolando Toro (2004) creador de biodanza en su teoría explica que biodanza es un sistema completo que busca integrar al ser en su totalidad, partiendo desde una renovación orgánica, humana y afectiva. En este sistema se resalta la importancia del re-aprendizaje de las funciones originarias de vida que son situaciones naturales totalmente instintivas como: El hecho de observar a los ojos del otro, abrazar, caminar, sonreír, acariciarse, etc. Así se resalta la importancia de la metodología la cual tiene como base la inducción de vivencias integradoras a través de la música, el canto y el movimiento, en situaciones de encuentro humano grupal. Este sistema terapéutico propone, como eje fundamental, una progresiva experiencia de despertar en la afectividad del ser y del otro con el fin de restaurar el vínculo instintivo original de todas las personas, así como con el todo (universo). En biodanza se conoce la forma en como esta terapia que utiliza como principal herramienta la música posee un efecto con un objetivo regulador del ser ya que genera efectos directos sobre el sistema límbico hipotalámico donde se tiene en cuenta la forma de sentir y vivenciar las emociones (Stuck y Villegas, 2008).

Eficiencias de la Biodanza:

según las investigaciones realizadas por Villegas y Stuck (1999), se ha mostrado resultados en:

Reducción de malestares como dolores asociados al cuerpo y tensiones, debido a la producción de neurotransmisores de la felicidad, así como por aumento de la capacidad de autorregulación y equilibrio del ser. Estados de crisis de angustia y ansiedad, descarga en situaciones de estrés para ser interpretados equilibradamente. Modificación de la interpretación cognitiva.

Aumenta la sensación de capacidad para generar nuevos entornos sanadores y reguladores; aumenta la capacidad de poner límites y fomenta la toma de decisiones.

Incrementa la necesidad de la propia competencia, poder, eficacia y liderazgo.

El principio biocéntrico:

Toro (2004) refiere que el sistema biodanza tiene una sólida fundamentación metodológica y científica, pero también una profunda raíz filosófica cuyo punto fundamental es el principio biocéntrico. Así como en la antigüedad existieron otros paradigmas donde la Tierra, el Sol, o el Hombre eran el centro de la creación, el principio biocéntrico coloca en este centro a la vida. Este paradigma formulado en los años 70 intenta explicar que el universo existe porque existe la vida, es decir, que la materia se organiza con la finalidad de que la vida surja y pueda evolucionar y no al contrario. Este principio defiende que todo lo existente en el universo, las plantas, los astros, los animales e incluso el ser humano son componentes de un sistema viviente mayor y por lo tanto sitúa el respeto a la vida como centro y punto de partida de todos los comportamientos humanos. Esto quiere decir que como entes vivos respetamos y cuidamos cualquier otra manifestación de vida ya que es idéntica y conectada la nuestra. Biodanza propone una reformulación de nuestros valores sociales, culturales y personales, tomando como referencia el respeto a la vida y nos orienta a vivir fuera de disputas y conflictos constantes, comprendiendo «la sacralidad de la vida».

Líneas de Vivencia:

En biodanza se postula la teoría que la forma de generar y promover salud es a través de la expresión genuina y auténtica de nuestros potenciales genéticos. Rolando Toro creador de biodanza desarrolló un marco metodológico científicamente comprobado donde se basaba en el desarrollo y expresión de cinco funciones que para él eran universales, comunes en todas las personas a los cuales llamaba líneas de vivencia:

Vitalidad: Con los ejercicios de vitalidad se busca recuperar o incrementar la alegría genuina y natural de vivir, ímpetu vital (energía disponible para la acción), integración motora, equilibrio neurovegetativo.

Sexualidad: Se busca despertar la fuente del deseo y el poder biológico de los instintos, aumento de la conciencia al sentir placer y aceptar su naturalidad e importancia, conexión con la identidad sexual, disminución de la represión sexual consigo mismo y con el otro. (Esta línea no se trabaja con niños ni adolescentes)

Creatividad: Se busca despertar la capacidad natural de crear soluciones y nuevas formas de vida a través de la expresión, innovación y construcción de nuevas experiencias.

Afectividad: En esta línea de vivencia se resalta la capacidad de reestructurar vínculos afectivos, así como crear nuevos vínculos con las otras personas a través del amor, amistad, altruismo y empatía.

Trascendencia: Se busca tomar conciencia de nuestra pertenencia y unión con el todo (universo), la importancia de la conexión con la naturaleza, nosotros mismos y con los demás.

Biodanza trabaja estimulando las funciones poco desarrolladas para poder integrarlas en toda su plenitud y armonizarlas con las otras.

Dimensiones de biodanza:

García (s.f.) refiere que la biodanza se subdivide en tres momentos o dimensiones:

Individual; hace referencia a que se realiza por sí solo, pero al mismo tiempo que todos los demás del grupo (algunos de ellos se pueden realizar con los ojos cerrados).

Junto con otra persona; hace referencia a que la danza se hace en parejas, que cambian a menudo durante un ejercicio varias veces.

Los ejercicios en conjunto; hace referencia a realizar la danza en grupo (ejercicios tribales).

Socialización:

Dionisio (2005) refiere que la socialización son las diferentes interacciones y relaciones que establece el ser humano en su medio,

en su forma de integración y colaboración con los demás, es en estas circunstancias a raíz de su entorno que vive un proceso de desarrollo de habilidades y potencialidades para la vida.

Por su parte Hurlock (2002) hace referencia que la socialización es adquirir capacidades que nos permitan adaptarnos en relación con lo que se espera de nosotros dentro de una cultura o sociedad.

Para Papalia, Wendkos y Duskin. (2001) la socialización viene a ser toda experiencia de vida donde los niños aprenden y desarrollan hábitos, habilidades, valores y motivos para ser personas productivas y responsables dentro de un contexto social.

Arnett (1995) señala que la socialización es un proceso interactivo, a través del cual se trasmite contenidos culturales que finalmente se interiorizan en forma de conductas y creencias en la personalidad de los individuos.

Musitu y Allart (1994) refieren que es un proceso de aprendizaje no formalizado, no consciente e interactivo, donde el niño interioriza conocimientos, actitudes, valores, costumbres, necesidades, sentimientos y patrones culturales, los cuales en su conjunto forman su estilo de adaptación a su entorno.

Bajo los conceptos de socialización referidos consideró que la socialización es proceso de vinculo por el cual, el individuo interactúa con otras personas a través de normas, valores, costumbres, que la sociedad en la que se desarrolla le exige para una Buena convivencia.

Entre las teorías tenemos a:

Teoría del aprendizaje social de Albert Bandura; en este modelo Bandura resalta un tipo de aprendizaje por imitación, sobre todo de las principales figuras parentales y de convivencia diaria. Desde que somos bebés aprendemos a sobrevivir y solicitar nuestras demandas en función a la existencia o no de recompensas, por ejemplo, en el caso de un niño o un bebé aprenderán a recibir halagos, caricias y atenciones según su conducta por parte de sus padres.

Así también esta teoría postula que no todas las conductas son aprendidas por presencia o ausencia de recompensas, si no que la observación de acciones de otros, sus efectos y consecuencias también sirven como aprendizaje para los seres humanos al largo de nuestra existencia. Por tanto, el aprendizaje por observación es otro de los puntales de la teoría de Bandura (Medium, 2015).

Teoría sociocultural de Vigotsky, quien Medium (2015), manifiesta que una segunda teoría que es la cual está formada por concepciones de ideas sobre el desarrollo que ponen énfasis en el aspecto social. Entre sus trabajos destaca la ley de doble formación de los procesos psicológicos superiores, donde refiere que todo proceso psicológico superior surge en dos momentos en el desarrollo del ser humano: en un primer momento a nivel interpsicológico, (entre personas). El segundo momento aflora a nivel intrapsicológico, es decir, en el ámbito interno e individual.

Evolución de la adquisición y el uso del lenguaje según Vigotsky:

1 a 3 años: usa el lenguaje de forma interpersonal y comunicativa.

3 a 5 años: utilización del lenguaje egocéntrico, que ayuda al pequeño o pequeña a pensar y organizar lo que está haciendo.

5 a 7 años: uso del lenguaje intrapersonal, no es audible, es decir, interno e individual.

La teoría Psicosocial de Erikson; afirma que el desarrollo psicosocial tiene lugar a lo largo de toda la vida y no únicamente en la primera parte. Considera que las etapas del desarrollo psicosocial no se centran en una parte del cuerpo, sino en la relación que la persona establece con el entorno y les da importancia a los elementos sociales (Medium, 2015).

Uno de los elementos básicos de esta teoría es la llamada psicología del yo. Pone énfasis en el yo, como elemento esencial y organizador de la vida de la persona. El desarrollo del ser humano tiene una base fundamental en un yo que se relaciona con otros seres humanos.

Teoría Ecológica de Bronfenbrenner; Esta teoría pone el énfasis en el análisis de los entornos o contextos en los que se produce el desarrollo del ser humano y en las relaciones que se crean entre ellos como determinantes del mismo. Existen varios contextos de desarrollo, entre ellos el *microsistema* como puede ser la familia o la escuela, el *mesosistema* que es un sistema de microsistemas (la relación entre la familia y la escuela, si seguimos con el anterior ejemplo), el *exosistema* donde la persona no participa de forma directa, pero influye en lo que ocurre en el resto de contextos (para un niño sería el trabajo de su madre) y el *macrosistema* que es el contexto más global, como el país en el que vive (Medium, 2015).

Agentes de la Socialización:

García (2011) manifiesta que se involucran situaciones culturales que bajo su influencia a lo largo del tiempo van a determinar una conducta social de la persona. En este proceso se necesita que el sujeto, se involucre progresivamente con los agentes de socialización, en las que aprenderá las limitaciones y posibilidades que tendrá en su medio, por lo que aprenderá a controlar sus impulsos teniendo en cuenta su interacción con los demás, esto significara su adaptación, adaptación y aportación en sociedad. La socialización es un proceso que se desarrolla a lo largo de toda la vida y son diferentes las formas y agentes mediante los cuales se lleva a cabo.

La familia:

Su intervención en el proceso de socialización es fundamental, se considera como el primer y más importante agente de socialización en la vida del niño ya que inevitablemente durante los primeros años de vida son las figuras parentales quienes satisfacen sus necesidades básicas inmediatas tanto físicas como psicológicas. Dentro de este entorno los niños van formando su personalidad y auto concepto donde se gestara el tipo de cultura a desarrollar (Cabellos, 1997).

La escuela:

Es un importante mediador y desarrollador de habilidades para completar el largo proceso de socialización durante la vida del niño, La edad de 6 a 12 años marca una diferencia significativa en el aprendizaje social del niño, aquí se empieza la preparación hacia una vida adulta y la forma de relacionarse con los demás. En la escuela se busca que el proceso sea progresivo y natural, teniendo como punto de partida el desarrollo de los lazos de amistad tempranos y duraderos entre compañeros lo que se ira convirtiendo poco a poco a medida que pasen los años en una necesidad de ser y estar. (Breme & Porras 2007; Griffa & Moreno 2001, citados por Otoyá 2011).

Los profesores:

Son los agentes modeladores y muchas veces principales en todo proceso de socialización, los niños conviven con sus maestros en la escuela a diario, de ellos aprenden sobre socialización, así como también sobre inteligencia emocional. Ellos son mediadores entre el estudiante, padre de familia y la organización, son una figura de autoridad importante ejerciendo una notable influencia en ellos que muchas veces es determinante en la forma de interactuar con los otros. (Cabellos, 1997)

Los grupos de iguales:

Son agentes sumamente importantes ya que son ellos los que participan en diferentes actividades, compartiendo la mayor parte del tiempo situaciones donde los adultos no participan, es un proceso natural donde tanto niños o adolescentes se ven totalmente influenciados y atraídos; esta etapa es sumamente importante y le permitirá al niño desarrollar habilidades de expresión y sociabilidad con el otro, fortaleciendo su autoestima y percepción de sí mismo (Cabellos, 1997).

La computadora e internet:

Los niños y adolescentes viven en una época de revolución tecnológica y científica la cual se ha convertido en parte natural de su vida. Estos medios pueden desarrollar algunas habilidades importantes en los niños o adolescentes, sin embargo, también los expone a peligros

que se deben tomar en cuenta, por lo que los padres deben tener un control adecuado de estos medios, se conoce que los mismos pueden influenciar un inadecuado proceso de socialización por exceso o déficit generando aislamiento, timidez o egocentrismo en demasía por necesidad de llamar la atención ante sus pares (Rice, 2000).

Dimensiones de socialización:

Los autores Silva y Martorell (1987) explicaron la socialización mediante la agrupación de lo que ellos denominaron "dimensiones de la conducta social" en dos grupos: la de escalas facilitadoras de la socialización (Consideración con los demás, Autocontrol en las relaciones sociales y Liderazgo) y la escala inhibidora o perturbadora de la socialización (Retraimiento social y Ansiedad social / Timidez). En este estudio nos centraremos en:

Consideración a los demás (Co):

Silva y Martorell (1987), en la dimensión Consideración con los demás, detecta sensibilidad social o preocupación por los demás, en particular por aquellos que tienen problemas y son rechazados y postergados.

Autocontrol en las relaciones sociales (Ac):

Silva y Martorell (1987) la dimensión Autocontrol en las relaciones sociales evalúa, en su polo positivo, acatamiento de reglas y normas sociales que facilitan la convivencia en el mutuo respeto, y en el polo negativo, conductas agresivas, impositivas y de terquedad e indisciplina.

Retraimiento social (Re):

Silva y Martorell (1987) refiere que esta dimensión hace referencia al apartamiento social tanto positivo como activo de los demás hasta llegar en el extremo a un claro aislamiento.

Ansiedad social / Timidez (At):

Silva y Martorell (1987) manifiestan que esta dimensión hace referencia a detectar distintas manifestaciones de ansiedad (miedo, nerviosismo) unidas a reacciones de timidez como es el apocamiento y la vergüenza en las relaciones sociales.

Liderazgo (Li):

Silva y Martorell (1987) manifiestan que, la dimensión liderazgo explora ascendencia, popularidad, iniciativa, confianza en sí mismo y espíritu de servicio.

Consecuencias del déficit de socialización:

León y Ruiz (2008) refieren que las dificultades en el proceso de socialización es un problema más a la que algunos estudiantes se enfrentan día a día en las diferentes áreas sociales de la vida, sobre todo en el contexto escolar. Para poder entender esta problemática es necesario asignarle un nombre que refleje la situación que los alumnos están padeciendo, que permita identificarla de lo que se habla cuando la mencionamos. Es por esto que tomando en cuenta todos los factores analizados con anterioridad, y las características del problema, en tal sentido los autores le denominan “*Déficit de socialización por habilidades sociales*”.

Los autores aclaran que este término, fue tomado a partir de determinar que el problema parte de una dificultad para relacionarse, el estudiante carece de habilidades adecuadas lo que no le permite desarrollarse empática y asertivamente en sociedad.

De igual forma León y Ruiz (2008) refieren que para poder definir lo que es déficit de socialización partieron de la palabra déficit. Para lo cual citaron al diccionario de las Ciencias de la Educación (1983) quien refiere que el déficit es la insuficiencia de un recurso o un bien material respecto a las necesidades. Por otra parte el diccionario Océano lo define como falta o escasez de algo que se juzga necesario para satisfacer una necesidad. Así mismo se define socialización como el proceso por el cual los individuos en su interacción con otros, desarrollan las maneras de pensar, sentir, y actuar que son esenciales para su participación en la sociedad. Dicho en otras palabras, Vander lo define como el proceso por el cual todo miembro de una sociedad interioriza durante su época de crecimiento unos esquemas de conducta que le permiten comportarse en

esta sociedad en conformidad con las convicciones y normas. Por lo que, partiendo de ambos conceptos, Déficit de socialización por habilidades sociales:

“Es la deficiencia o carencia de las habilidades sociales en el proceso de socialización, el cual le impide o dificulta al alumno integrarse a un grupo social”. (León y Ruiz, 2008, parr. 38)

1.4 Formulación del problema:

¿Cuál es la influencia del taller de Biodanza influye en la Socialización de estudiantes de primer grado de secundaria de una Institución educativa privada?

1.5 Justificación del estudio:

El presente trabajo es novedoso puesto que su finalidad es fortalecer la socialización de la población beneficiaria, teniendo en cuenta que en nuestra sociedad no solo necesita de personas que tengan dominio de aprendizaje a nivel cognitivo sino también vínculos de socialización más estables y consistentes en el tiempo a través de la biodanza permitiendo un acercamiento de vínculo social entre pares, un autocontrol en las relaciones sociales, control de retraimiento social, manejo de su ansiedad social y timidez, liderazgo y sinceridad.

Presenta relevancia social ya que, al favorecer los vínculos sociales del grupo experimental, se está contribuyendo a que puedan desenvolverse adecuadamente en cualquier contexto social y en especial en el marco educativo.

De la misma forma el presente trabajo se justifica teóricamente ya que a través de los resultados permitirá reafirmar en su contenido las características de la socialización y la influencia de la biodanza en cada una de sus dimensiones.

De igual forma el presente trabajo cuenta con implicancias prácticas ya que mediante el taller de biodanza se está favoreciendo aspectos sociales

que permitirán en el grupo experimental ser capaces de afrontar las diferentes relaciones interpersonales entre sus compañeros de clase logrando así un trabajo en equipo y con ello un mejor rendimiento escolar.

Finalmente, el presente trabajo cuenta con utilidad metodológica ya que por medio de esta investigación se propone a la biodanza como un medio estratégico de intervención psicoeducativa, el cual puede ser utilizado tanto por psicólogos como por maestros debidamente capacitados y entrenados en esta estrategia.

1.6 Hipótesis:

1.6.1. Hipótesis General:

Hi.: El taller de biodanza influye en la Socialización de estudiantes de secundaria de una Institución educativa privada.

Ho.: El taller de biodanza no influye en la Socialización de estudiantes de secundaria de una Institución educativa privada.

1.6.2. Hipótesis específicas:

H.i.1.: El nivel de socialización de los estudiantes de primer grado del nivel secundario de una institución educativa privada, antes de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo experimental es bajo.

H.i.2.: El nivel de socialización de los estudiantes de primer grado del nivel secundario de una institución educativa privada, antes de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo control es bajo.

H.i.3.: El nivel de socialización de los estudiantes de primer grado del nivel secundario de una institución educativa privada, después de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo experimental es alto.

H.i.4.: El nivel de socialización de los estudiantes de primer grado del nivel secundario de una institución educativa privada, después de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo control es bajo.

H.i.5.: La biodanza influye en la variable socialización en los estudiantes de primer grado del nivel secundario de una institución educativa privada, en el grupo experimental.

H.i.6.: La biodanza no influye en la variable socialización en los estudiantes de primer grado del nivel secundario de una institución educativa privada, en el grupo control.

1.7 Objetivos:

Objetivo General:

Determinar la influencia de la biodanza en la socialización de estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa privada.

Objetivos Específicos:

Identificar el nivel de socialización de los estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa privada, antes de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo experimental.

Identificar el nivel de socialización de los estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa privada, antes de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo Control.

Identificar el nivel de socialización de los estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa privada, después de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo experimental.

Identificar el nivel de socialización de los estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa privada, después de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo Control.

Determinar los resultados de influencia entre el pre test y post test de la variable socialización por dimensiones del grupo experimental en los estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa privada.

Determinar los resultados de influencia entre el pre test y post test de la variable socialización por dimensiones del grupo control en los estudiantes de primer grado de educación secundaria de una institución educativa privada.

II. MÉTODO:

2.1 Diseño de investigación:

El diseño de investigación que se utilizó es cuasi-experimental ya que cuenta con un grupo experimental y un grupo control ya establecidos.

Este diseño cuasi experimental ofrece una ventaja de verificación en la experimentación más específica ya que permite comparar tanto al grupo experimental como al grupo control, consiguiendo establecer si los cambios que tuvo el grupo experimental se debe al programa aplicado o a variables intervinientes. (Hernández, 2010, pág. 178)

G. Exp. = X1 - O - X2

G. Cont.= X3 - X4

Donde:


X1, X3 : Pre test

O: Programa

X2, X4: Post test

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala	Unidad de análisis	Instrumento recojo inform.
V.I. Taller de biodanza	Intervención individual	Desbloques emocionales	Por ser una variable independiente no se considera ítems	Por ser una variable independiente no se considera Escala	Institución educativa Privada	Por ser una variable independiente no se considera Instrumento.
		Identificación de habilidades				
		Desarrollo de potencialidades propias				
	Intervención junto con otra persona	Valorización del otro				
		Conexión emocional				
	Intervención en conjunto	Desarrollo del ímpetu grupal				
		Integración social, creativa – afectiva				

2.2 Variables, operacionalización:

Variable	 Dimensiones	Indicadores	Items	Escala	Unidad de análisis	Instrumento recojo inform.
V.D Socialización	Consideración a los demás	Sensibilidad social.	SI 3,5,11,1	Ordinal	Institución educativa Privada de la Ciudad de Trujillo	Batería de socialización (BAS 3)
		Preocupación por personas que tienen problemas o son rechazados.	2,14,16, 17,27,51 ,59,60,6 1,66,68.			
	Autocontrol en las relaciones sociales	Polo positivo: Acatamiento de reglas y normas sociales que facilita la convivencia	SI 22,36,46 ,50,53,7 3			
		Polo negativo: Conductas agresivas impositivas de terquedad e indisciplina.	NO 4,13,34, 40,44,56 ,64,65			
	Retraimiento social	Apartamiento social positivo	SI 8,9,28,3 5,42,52, 63,69,72			
		Aislamiento	NO 25,30,31 ,37,47			
	Ansiedad social/timidez	Miedo	1,39,57			
		Nerviosismo	18,43,55 ,62, 33			
		Apocamiento	19,48,			
		Vergüenza	38,54			
		Ascendencia	21,29			
		Popularidad	2,10,71			

	Liderazgo	Iniciativa	6,20,26			
		Confianza en sí mismo	33,45,70			
		Espíritu de servicio	23			

2.3. Población y muestra:

La población, objeto de estudio, estuvo constituido por 77 estudiantes de ambos sexos del primer año de educación secundaria de una institución Educativa privada, periodo 2018, tal como se detalla en la siguiente tabla:

Tabla N° 1:

Distribución de la población de estudiantes del primer año de secundaria de una institución educativa privada

SECCIONES	MASCULINO	FEMENINO	Nº DE ESTUDIANTES
A	14	13	27
B	6	19	25
C	13	12	25
TOTAL	33	44	77

2.3.2. Muestra:

La muestra estuvo constituida por 50 estudiantes, 25 para grupo control y 25 para el grupo experimental, conforme se detalla en el siguiente cuadro:

Tabla 2:

Distribución de la muestra de estudiantes del primer grado de secundaria de una institución privada.

SECCIONES	MASCULINO	FEMENINO	Nª DE ESTUDIANTES
B Grupo cont	6	19	25
C Grupo exp	13	12	25
TOTAL	20	30	50

2.3.3. Muestreo:

Se utilizó el muestreo no probabilístico por conveniencia, ya que es una técnica en la que consiste en seleccionar una muestra de la población objetivo por el hecho de ser viable. Es decir, los evaluados que participaron en esta investigación se seleccionan por la accesibilidad.

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad:

2.4.1. Técnica:

La técnica utilizada en el presente estudio es psicométrica

2.4.2. Instrumento:

Para evaluar la socialización se utilizó la batería de socialización (BAS 3) la cual fue construida por Silva y Martorell de donde (1987). La batería es de aplicación práctica y su objetivo es conocer la percepción que las personas tienen sobre su comportamiento social. Los 75 ítems del BAS-3 permiten obtener un perfil de la conducta social en función de cinco dimensiones: Co: Consideración con los demás. Ac: Autocontrol en las relaciones sociales. Re: Retraimiento social. At: Ansiedad social / Timidez. Li: Liderazgo. Más una escala de S: Sinceridad.

La batería de socialización fue adaptada por Edmundo Arévalo Luna en el año 2003 en la ciudad de Trujillo con una población de 370 estudiantes entre las edades de 12 a 14 años.

Este test evaluó 5 aspectos: a) Consideración con los demás (Co): Con 14 elementos detectó sensibilidad social o preocupación por los demás, en particular por aquellos que tienen problemas y son rechazados o postergados.

*Máximo de Puntos Posibles =14 *Mínimo = 0

b) Autocontrol en las relaciones Sociales (Ac): Con 14 elementos recogió una dimensión claramente bipolar que representa en su polo positivo, acatamiento de reglas y normas sociales que facilitan la convivencia en el mutuo respeto, y en el polo negativo conductas agresivas impositivas, de terquedad e indisciplina. *Máximo de Puntos Posibles =14 *Mínimo = 0

c) Retraimiento Social (Re): Con 14 elementos detectó apartamiento social tanto positivo como activo de los demás hasta llegar en el extremo a un claro asilamiento. *Máximo de Puntos Posibles =14 *Mínimo = 0 11

d) Ansiedad Social/ timidez (At): Con 12 elementos en los cuales se detectaron distintas manifestaciones de ansiedad (miedo, nerviosismo) unidas a reacciones de timidez (apocamiento, vergüenza) en las relaciones sociales. *Máximo de Puntos Posibles =12 *Mínimo = 0

e) Liderazgo (Li): Con 12 elementos donde se detectó ascendencia, popularidad, iniciativa, confianza en sí mismo y espíritu de servicio. *Máximo de Puntos Posibles =12 *Mínimo = 0

f) Sinceridad (S): Con 10 ítems corregidos en el sentido inverso de la escala L de los cuestionarios de los esposos Eysenk, siguiendo la idea de la versión española del EPQJ. *Máximo de Puntos Posibles =10 *Mínimo =0

Respecto a la validez de criterio por medio del método concurrente donde se utilizó el test de BAS – 3 y la prueba del CES el cual se correlacionó por medio del estadístico de Pearson encontrando que existe relación de puntajes.

Respecto a la confiabilidad se utilizó el método de dos mitades utilizando el estadístico de Spearman Brown encontrando puntajes mayores a 0.81

En cuanto a las normas percentiles se realizó con 609 de la ciudad de Trujillo.

2.5. Métodos de análisis de datos:

Para el análisis de los datos obtenidos se emplearon estadísticos como:

- Prueba “t” de student.
- La discusión de los resultados se realizó mediante la confrontación de los mismos con las conclusiones de las tesis citadas en los “antecedentes” y con los planteamientos del “marco teórico”.
- Las conclusiones se formularon teniendo en cuenta los objetivos planteados y los resultados obtenidos.
- La verificación de hipótesis se realizó mediante una prueba de “medias”.
- Los resultados se muestran a través de gráficos y tablas.

2.6. Aspectos éticos:

Para el estudio se respetaron los datos personales de los participantes, por lo cual son confidenciales. Para fines de la presente investigación se ha establecido la carta de consentimiento informado.

III. RESULTADOS:

3.1. Resultados sobre la distribución según el nivel de conducta social en estudiantes de secundaria de una Institución educativa privada.

Tabla 03

Distribución según nivel de cada dimensión de la conducta social del grupo experimental antes y después de aplicar el taller de biodanza.

Áreas de la conducta social	Antes de aplicar el taller de biodanza		Después de aplicar el taller de biodanza	
	Nº	%	Nº	%
Dimensión Co				

ALTO	00	00%	14	56%
MEDIO	16	64%	06	24%
BAJO	09	36%	05	20%
TOTAL	25	100%	25	100%
Dimensión Ac	Nº	%	Nº	%
ALTO	00	00%	06	24%
MEDIO	10	40%	15	60%
BAJO	15	60%	04	16%
TOTAL	25	100%	25	100%
Dimensión Re	Nº	%	Nº	%
ALTO	00	00%	13	52%
MEDIO	09	36%	07	28%
BAJO	16	64%	05	20%
TOTAL	25	100%	25	100%
Dimensión At	Nº	%	Nº	%
ALTO	10	40%	15	16%
MEDIO	09	36%	06	24%
BAJO	06	24%	04	60%
TOTAL	25	100%	25	100%
Dimensión Li	Nº	%	Nº	%
ALTO	00	00%	14	56%
MEDIO	24	96%	10	40%
BAJO	01	04%	01	04%
TOTAL	25	100%	25	100%
Dimensión S	Nº	%	Nº	%
ALTO	02	08%	11	44%

MEDIO	01	04%	06	24%
BAJO	22	88%	08	32%
TOTAL	25	100%	25	100%

Nota: Co= Consideración con los demás; Ac= Autocontrol en las relaciones sociales

Re= Retraimiento social; At= Ansiedad Social – Timidez; Li= Liderazgo; S= Sinceridad

Aplicado a 25 estudiantes de secundaria de una institución educativa privada.

En la tabla 03 se observó en la dimensión Co= Consideración con los demás de la variable conducta social en los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 64 % estuvo en un nivel medio y el 36% en un nivel bajo, sin embargo después aplicar el taller de biodanza en la dimensión Co= Consideración con los demás nivel de conducta social el 56% estuvo en un nivel alto, el 24% en un nivel medio y el 20% en un nivel bajo . De igual modo podemos ver que en la dimensión Ac= Autocontrol en las relaciones sociales de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 40 % está en un nivel medio y el 60 % en un nivel bajo, sin embargo después aplicar el taller de biodanza el 60 % se encontró en un nivel medio y el 24% en un nivel alto y el 16 % a un nivel bajo. Así también se observó que en la dimensión Re= Retraimiento social el 64% de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza estuvo en un nivel bajo y el 36% en un nivel medio, sin embargo después aplicar el taller de biodanza el 52% se encontró en un nivel alto y el 28% en un nivel medio y el 20% en un nivel bajo. De la misma forma se observó que en la dimensión At= Ansiedad Social – Timidez de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 40 % estuvo en un nivel alto, y el 36% está en un nivel medio y el 24% se encuentra en un nivel bajo, sin embargo después aplicar el taller de biodanza el 60% está en un nivel bajo, el 24% en un nivel medio y el 16 % en un nivel alto. De igual modo se observó que en la dimensión Li= Liderazgo de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 96% estuvo en un nivel medio y el 04% en un nivel bajo, sin embargo después aplicar el taller de biodanza el 56% se encontró en un nivel alto, el 40% en un nivel medio y el 04% en un nivel bajo. Finalmente se observó que en la dimensión S= Sinceridad de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 88 %

está en un nivel bajo y el 08% en un nivel alto, y el 04% en un nivel medio, sin embargo después aplicar el taller de biodanza el 44% se encontró en un nivel alto, el 32% en un nivel bajo y el 24%. En un nivel medio.

3.2. Resultados sobre la comparación de la conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.

Tabla 03

Comparación de la dimensión Co= Consideración con los demás de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.

	Grupos de Estudio		Prueba t
	Experimental	Control	
<hr/>			
Antes de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	8,12	8,08	$t_{25}=184$
<i>Desviación estándar</i>	,781	,759	$p=,855^{**}$
<hr/>			
Después de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	11,28	8,60	
<i>Desviación estándar</i>	1,990	1,528	$t_{25}= 5,342$
<i>Prueba t</i>	$t_{25}= -8,800$ $p=000^{**}$	$t_{25}=-1,834$ $p=,079$	$p=.000^{**}$

Nota:

n : Número de adolescentes del grupo de estudio

p : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

** $p < .01$: Diferencia muy significativa

$p > .05$: Diferencia no significativa

Comparación del grupo experimental y grupo control antes y después de la aplicación del taller de biodanza. La prueba t de Student para grupos independientes no encuentra diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (8,12) y en el grupo control (8,08) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa ($**p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control. En tal sentido podemos decir que el taller de biodanza si influye en la conducta social en la dimensión Co= Consideración con los demás.

Tabla 05

Comparación de la dimensión Ac= Autocontrol en las relaciones sociales de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.

	Grupos de Estudio		Prueba t
	Experimental	Control	
Antes de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	8,12	8,36	$t_{25}=402$
<i>Desviación estándar</i>	1,013	,995	$p=-,845^{**}$
Después de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	9,92	8,52	
<i>Desviación estándar</i>	2,272	1,388	$t_{25}=,2630$
<i>Prueba t</i>	$t_{25}=-3624$ $p=.001^{**}$	$t_{25}=-,641$ $p=,527^{**}$	$p=,011^{**}$

Nota:

n : Número de adolescentes del grupo de estudio

p : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

**p < .01 : Diferencia muy significativa

p > .05 : Diferencia no significativa

En la tabla 05 se muestra la comparación del grupo experimental y grupo control antes y después de la aplicación del taller de biodanza. La prueba t de Student para grupos independientes no encuentra diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (8,12) y en el grupo control (8,36) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 9,92 y 8,52 para el grupo control. En tal sentido podemos decir que el taller de biodanza si influye en la conducta social en la dimensión Ac= Autocontrol en las relaciones sociales.

Tabla 06

Comparación de la dimensión Re= Retraimiento social de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.

	Grupos de Estudio		Prueba t
	Experimental	Control	
<hr/>			
Antes de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	3,76	3,56	$t_{25}=688$
<i>Desviación estándar</i>	1,091	,961	$p=.495^{**}$
<hr/>			
Después de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	7,36	3,84	

<i>Desviación estándar</i>	2,956	1,028	$t_{25} = 5,626$
<i>Prueba t</i>	$t_{25} = -5,622$ $p = .000^{**}$	$t_{25} = -2,064$ $p = ,050^{**}$	$p = .000^{**}$

Nota:

n : Número de adolescentes del grupo de estudio

p : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

** $p < .01$: Diferencia muy significativa

$p > .05$: Diferencia no significativa

En la tabla 06 se muestra la comparación del grupo experimental y grupo control antes y después de la aplicación del taller de biodanza. La prueba t de Student para grupos independientes no encuentra diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (3,76) y en el grupo control (3,56) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 7,36 y 3,84 para el grupo control. En tal sentido podemos decir que el taller de biodanza si influye en la conducta social en la dimensión Re= Retraimiento social.

Tabla 07

Comparación de la dimensión At= Ansiedad Social – Timidez de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.

	Grupos de Estudio		Prueba t
	Experimental	Control	
Antes de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	6,60	7,20	$t_{25} = -,816$

<i>Desviación estándar</i>	2,598	2,598	p=.418**
----------------------------	-------	-------	----------

Después de la aplicación del Taller

<i>Media</i>	-,9600	7,44	
<i>Desviación estándar</i>	2,24499	2,468	t ₂₅ = ,184
<i>Prueba t</i>	t ₂₅ =-2,138 p=.043**	t ₂₅ =-1,000 p=,327**	p=.001**

Nota:

n : Número de adolescentes del grupo de estudio

p : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

**p< .01 : Diferencia muy significativa

p> .05 : Diferencia no significativa

En la tabla 07 se muestra la comparación del grupo experimental y grupo control antes y después de la aplicación del taller de biodanza. La prueba t de Student para grupos independientes no encontró diferencia (p> .05) en el grupo experimental (6,60) y en el grupo control (7,20) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa (**p< .01) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de -,9600 y 7,44 para el grupo control. En tal sentido podemos decir que el taller de biodanza si influye en la conducta social en la dimensión At= Ansiedad Social – Timidez.

Tabla 08

Comparación de la dimensión Li= Liderazgo de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.

Grupos de Estudio

Prueba t

	Experimental	Control	
Antes de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	5,04	4,92	$t_{25}=,991$
<i>Desviación estándar</i>	,351	,493	$p=,327^{**}$
Después de la aplicación del Taller			
<i>Media</i>	8,32	5,40	
<i>Desviación estándar</i>	3,092	1,443	$t_{25}= 5,430$
<i>Prueba t</i>	$t_{25}=-5,505$ $p=,000^{**}$	$t_{25}=-1,809$ $p=,083^{**}$	$p=,000^{**}$

Nota:

n : Número de adolescentes del grupo de estudio

p : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

$^{**}p < .01$: Diferencia muy significativa

$p > .05$: Diferencia no significativa

En la tabla 08 se mostró la comparación del grupo experimental y grupo control antes y después de la aplicación del taller de biodanza. La prueba t de Student para grupos independientes no encontró diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (5,04) y en el grupo control (4,92) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa ($^{**}p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 3,092 y 1,443 para el grupo control. En tal sentido se puede decir que el taller de biodanza si influye en la conducta social en la dimensión Li= Liderazgo de la variable conducta social.

Tabla 09

Comparación de la dimensión S= Sinceridad de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza.

	Grupos de Estudio		Prueba t
	Experimental	Control	
Antes de la aplicación del Taller			
Media	2,04	2,16	$t_{25}=1,414$
Desviación estándar	,200	,374	$p=,164^{**}$
Después de la aplicación del Taller			
Media	5,60	2,88	
Desviación estándar	,663	1,965	$t_{25}= 3,528$
Prueba t	$t_{25}=-5,305$ $p=,000^{**}$	$t_{25}=-1,809$ $p=,083^{**}$	$p=,001^{**}$

Nota:

n : Número de adolescentes del grupo de estudio

p : Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

** $p < .01$: Diferencia muy significativa

$p > .05$: Diferencia no significativa

En la tabla 09 se muestra la comparación del grupo experimental y grupo control antes y después de la aplicación del taller de biodanza. La prueba t de Student para grupos independientes no encuentra diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (2,04) y en el grupo control (4,16) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en

favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 5,60 y 2,88 para el grupo control. En tal sentido podemos decir que el taller de biodanza si influye en la conducta social en la dimensión S= Sinceridad de la variable conducta social.

IV. DISCUSIÓN:

En todo momento el comportamiento humano es regularizado a través de una serie de normativas sociales dentro de la convivencia. Estos conjuntos de comportamientos aprendidos de autocontrol obedecen a patrones culturales y morales que son inherentes a la vida social. Hurlock (2002) define socialización como una conducta para adquirir capacidades que nos permitan adaptarnos en relación con lo que se espera de nosotros dentro de una cultura o sociedad.

Sin embargo, este comportamiento se puede ver afectado por estímulos externos de las personas que rodean al sujeto. A partir de ello surge la necesidad de establecer la distribución según el nivel de conducta social en estudiantes de secundaria de una Institución educativa de la ciudad de Trujillo.

En relación a ello en la tabla 03 se hace referencia a la distribución según nivel de cada dimensión de la conducta social del grupo experimental antes y después de aplicar el taller de biodanza, donde se evidencia que en la dimensión consideración con los demás antes de aplicar el taller de biodanza el 64% de los estudiantes se ubican en un nivel medio, el 36% en el nivel bajo, lo que significa que detectan sensibilidad social o preocupación por los demás, en particular por aquellos que tienen problemas y son rechazados y postergados. Esto es corroborado por León y Ruiz (2008) quienes refieren que en ocasiones se presentan algunas dificultades en el proceso de socialización lo cual es un problema a lo que algunos estudiantes se enfrentan día a día en las diferentes áreas sociales de la vida, sobre todo en el contexto escolar.

Así también en la misma tabla se observa que después aplicar el taller de biodanza en la dimensión consideración con los demás el 56% de los estudiantes se ubica en un nivel alto, un 24% en un nivel medio y un 20% en nivel bajo. Ello

significa que el taller de biodanza logro que el mayor porcentaje de los estudiantes tengan sensibilidad social o una alta preocupación por los demás, es decir la mayoría de los estudiantes son capaces de establecer una convivencia escolar armoniosa, mostrando un incremento de actitudes de respeto entre compañeros y hacia la autoridad (maestros), percibiendo un clima adecuado dentro del aula. Ello es corroborado por Narvaez (2018) quien en su investigación encontró que luego de aplicar su taller en el grupo experimental estos denotaban mayor empatía, creatividad y buen trato hacia los demás, concluyendo que la biodanza beneficia el desarrollo integral de los niños, debido a que la biodanza no solo realiza movimientos libres, sino que se trabaja todas las áreas en conjunto, es decir que mientras el niño realiza movimientos, se está dando paso a una infinidad de posibilidades a desarrollar.

En referencia a la dimensión autocontrol en las relaciones sociales antes de aplicar el taller de biodanza el 40% de los estudiantes tienen un nivel medio y el 60% un nivel bajo. Esto quiere decir que un alto porcentaje de los evaluados muestran conductas que dificultan la capacidad de autocontrol, lo que significa según Silva y Martorell (1987) que existen dificultades en su polo positivo en cuanto a acatamiento de reglas y normas sociales que facilitan la convivencia en el mutuo respeto, y en el polo negativo, conductas agresivas, impositivas y de terquedad e indisciplina. Ello es corroborado por León y Ruiz, 2008 quienes afirman que la carencia de autocontrol dificulta las habilidades sociales en el proceso de socialización, el cual le impide o dificulta al alumno integrarse a un grupo social.

Sin embargo después aplicar el taller de biodanza en la dimensión autocontrol en las relaciones sociales el 60% está en un nivel medio, un 24% está en un nivel alto y un 16% está en un nivel bajo. Esto quiere decir que el taller de biodanza logro mejorar su autocontrol en las relaciones sociales generando que los estudiantes acaten reglas y normas sociales que facilitan la convivencia en el mutuo respeto lo que significa que los estudiantes han ido progresivamente logrando un mayor autocontrol de sus acciones, desarrollando la capacidad de análisis de las consecuencias de su conducta y como esta puede afectar al otro. Así lo corroboran García y Moreno (2015) en su

investigación de tipo experimental donde a través de un taller de biodanza mejoraron significativamente los niveles de empatía y gestión de emociones entre compañeros.

De igual forma con referencia a la dimensión Retraimiento social antes de aplicar el taller de biodanza el 64% está en un nivel bajo y un 36% se encuentra en un nivel medio, Esto refleja que el mayor porcentaje de los evaluados no muestran un apartamiento social es decir que en la mayoría de situaciones no se aíslan de sus compañeros; Sin embargo cabe recalcar que después de aplicar el taller de biodanza el 52% está en un nivel alto, un 28% está en un nivel medio y un 20% está en un nivel bajo, lo que nos aclara que el taller ayudó a que los estudiantes tengan una mejor interrelación entre sus pares, lo que significa que no se evidencian conductas significativas de apartamiento social tanto positivo como activo de los demás hasta llegar en el extremo de un claro aislamiento por el contrario se demuestra mayor unión, integración, respeto y empatía entre compañeros.

De la misma forma con referencia a la dimensión Ansiedad Social – Timidez de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza estuvieron en un nivel alto con un 40%, en un nivel medio con 36% y un nivel bajo con un 24%. Esto reflejó que el mayor porcentaje muestra ansiedad, timidez y vergüenza entre sus pares; lo que significa tal como refieren Silva y Martorell (1987) que los estudiantes presentaron distintas manifestaciones de ansiedad (miedo, nerviosismo) unidas a reacciones de timidez como es el apocamiento y la vergüenza en las relaciones sociales.

Sin embargo, después de aplicar el taller de biodanza el 60% estuvieron en un nivel bajo, un 24% está en un nivel medio y un 16% está en un nivel alto. Lo que indica que el 60% lograron disminuir y controlar progresivamente sus niveles de ansiedad y timidez, logrando tener mayor confianza entre sus pares; presentando menor temor y vergüenza a expresarse en público y a compartir con sus compañeros, esto se corrobora con las investigaciones realizadas por Villegas y Stuck (1999), donde se ha demostrado que la biodanza es eficaz en la disminución de estados de Crisis de angustia y ansiedad, es útil como

descarga en situaciones de estrés para ser interpretados equilibradamente generando una modificación de la interpretación cognitiva y emocional del ser.

De igual manera con referencia a la dimensión Liderazgo de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza se encontraron en un nivel medio con un 96% y un nivel bajo con un 04% lo que significa que los evaluados mostraban actitudes de iniciativa e influencia con el otro sin tener que ser guiados necesariamente por una figura de autoridad. Esto fue corroborado por Silva y Martorell (1987) quienes mencionan que la dimensión liderazgo explora ascendencia, popularidad, iniciativa, confianza en sí mismo y espíritu de servicio, lo cual se muestra aún en proceso.

Sin embargo después aplicar el taller de biodanza el 56% está en un nivel alto, un 40% en un nivel medio a un y un 04% está en un nivel bajo. Lo que indicó que su nivel de popularidad aumentó y ahora tienen mayor confianza de sí mismos. Lo que se corroboró en la teoría de Toro (2002) creador de biodanza, quien pone énfasis el trabajo de ejercicios grupales de la línea de vitalidad y creatividad para desarrollar liderazgo en todas las sesiones propuestas a desarrollar se tiene gran cuenta este aspecto.

Finalmente, respecto a la dimensión sinceridad antes de aplicar el taller de biodanza estuvo en un nivel bajo con un 88% y un nivel alto con un 08% y un nivel medio con un 04%. Esto quiere decir que el mayor porcentaje de los evaluados no son sinceros en sus emociones. Sin embargo, después de aplicar el taller de biodanza el 44% está en un nivel alto, un 32% en el nivel bajo y un 24% está en el nivel medio, lo que significó que el mayor porcentaje mostró mayor sinceridad en la expresión de sus emociones, así como menor vergüenza al compartirlas con los demás.

Habiendo realizado el análisis de los resultados descriptivos de procederá a analizar los resultados de comparación por dimensión entre el grupo experimental y control.

Así también en la tabla 4 se muestra la comparación de la dimensión consideración con los demás del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza. Donde la prueba t de Student para grupos independientes antes de aplicar el taller de biodanza no encontró diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (8,12) y en el grupo control (8,08) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación del taller de biodanza, la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa ($**p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control. En tal sentido se puede decir que el taller de biodanza a través de sus técnicas tales como ejercicios a nivel individual, con la otra persona y en conjunto influyen en que los evaluados muestran sensibilidad social y preocupación por los demás. Estos datos son respaldados por Alzate, Estrada, Ramírez & Serna (2017) en su investigación la biodanza como mediador socio emocional, trae consigo efectos positivos ante el comportamiento, la canalización y expresión emocional, el respeto y apreciación de las habilidades y actitudes del otro, también permite la resolución de conflictos internos y externos entre sus pares y adultos significativos de manera armoniosa en la vida del niño.

De igual modo en la tabla 5 se mostró la comparación de la dimensión autocontrol en las relaciones sociales del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza. Donde la prueba t de Student para grupos independientes no encontró diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (8,12) y en el grupo control (8,36) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalentes. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa ($**p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 9,92 y 8,52 para el grupo control. En tal sentido se puede decir que el taller de biodanza a través de sus técnicas tales como ejercicios a nivel individual, con la otra persona y en conjunto influye en que los evaluados se muestren capaces de acatar reglas y normas sociales que facilitan la convivencia en el mutuo respeto. Estos datos son respaldados por Orjuela (2018) quien refiere que los estudiantes, tal vez por la edad, el entorno social, la falta de conciencia o amor

propio no sabían asumir o afrontar la intolerancia, posiblemente porque en el hogar se evidencian situaciones donde la familia se agrede y ésta no presta atención al menor; por lo tanto, se abordó el problema de intolerancia a través de la biodanza logrando sensibilizar y canalizar las emociones en los estudiantes.

De la misma forma en la tabla 6 se mostró la comparación de la dimensión retraimiento social de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza. Donde la prueba t de Student para grupos independientes no encontró diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (3,76) y en el grupo control (3,56) lo que indicó que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa ($**p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 7,36 y 3,84 para el grupo control. En tal sentido se puede decir que el taller de biodanza a través de sus técnicas tales como ejercicios a nivel individual, con la otra persona y en conjunto influye en que los alumnos son más sociales e interactúan mejor entre sí mismos, mostrando mayor apertura en la expresión de su energía vital frente a los otros, no existe muestra de vergüenza por el contrario se apoyan y estimulan entre sí, así mismo se muestran más receptivos y empáticos, denotando una natural disposición de compartir experiencias con los demás. Estos datos son respaldados por Vera (2000) quien afirma que la biodanza promueve el desarrollo y reestructuración de cinco líneas de vivencia: La vitalidad, en la que se activan y estimulan situaciones sanas y cotidianas de movimiento y expresión del ímpetu vital aquí se busca recuperar la capacidad de caminar y correr en forma integrada, autonizada, con ritmo y energía, moverse con fluidez y elasticidad pero sobre todo con alegría de disfrutar cada situación de nuestras vidas; la sexualidad, en la que se aborda la capacidad de sentir placer: disfrutar del movimiento, del alimento, de la música, de compartir con el otro, es decir, de todas las funciones que refuerzan el goce de vivir. Por otra parte, la creatividad surge como capacidad de adaptación, cambio y renovación, el instinto lúdico, generando las condiciones para recuperar la sensibilidad, para renovar la mirada y recrear los actos cotidianos de la vida; la afectividad en donde se estimula la percepción sutil y receptiva del otro, la

capacidad de dar y recibir protección y apoyo, la solidaridad, invita a recuperar la visión del otro como semejante, hacia la superación de las disociaciones que generan la enfermedad de la cultura. Asimismo, la trascendencia, como la expansión de la conciencia, hacia la percepción de lo cotidiano en su relación con la totalidad de la existencia; la renovación orgánica, recuperando la homeostasis resultado de equilibrar la balanza neurovegetativa, sobre todo a través de los ejercicios y danzas con características regresivas que permite activar los procesos de renovación biológica, neutralizando los efectos de la disociación y estrés entre las personas.

De la misma manera en la tabla 07 se mostró comparación de la dimensión Ansiedad Social – Timidez de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza. Donde la prueba t de Student para grupos independientes no encontró diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (6,60) y en el grupo control (7,20) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalentes. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student revela que existe diferencia muy significativa ($**p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de -,9600 y 7,44 para el grupo control. En tal sentido se puede decir que el taller de biodanza a través de sus técnicas tales como ejercicios a nivel individual, con la otra persona y en conjunto influyen en que los evaluados tienen un control de su ansiedad, timidez y vergüenza entre pares; esto se demuestra en la vivencia donde los estudiantes han reducido significativamente expresiones de ansiedad como sudoración palmar al tomarse de las manos con el otro, así como el temor de mostrarse efusiva o sutilmente ante sus compañeros, se han disminuido también situaciones de negación, llanto y tristeza evocados en un inicio del taller donde se realizaban algunos ejercicios que podrían resultar difíciles o incómodos por evocar sensaciones de ansiedad, miedo o recuerdos negativos en la persona. Estos datos son corroborados por Van - Grieken (1998), quien sostiene que algunos de los beneficios más importantes de la biodanza son: Alivio de malestares psicósomáticos como dolores de cabeza, de cuello y espalda, disminución de tensiones y angustia, ya que se genera la producción de neurotransmisores que producen alegría y vitalidad ; se desarrolla el incremento de capacidades de adaptación, toma de

decisiones y solución de conflictos, aumento de la confianza en nosotros mismos y en los demás, claridad y fluidez en la expresión de emociones, facilidad de descanso, motivación para vivir felizmente y llevar a cabo cambios positivos.

De igual modo en la tabla 8 se muestra la comparación de la dimensión liderazgo de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza. Donde la prueba t de Student para grupos independientes no encontró diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (5,04) y en el grupo control (4,92) lo que indicó que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalentes. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa ($**p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 3,092 y 1,443 para el grupo control. En tal sentido, el taller de biodanza a través de sus técnicas tales como ejercicios a nivel individual, con la otra persona y en conjunto influyen en que los evaluados muestran iniciativa, confianza en sí mismo y espíritu de servicio. Esto es corroborado por Rolando Toro (2002) quien afirma que la biodanza es un sistema orientado al desarrollo de los aspectos sanos de las personas. Esta simple perspectiva invierte un viejo paradigma: que la terapia se ocupa de la enfermedad y no de la salud, así estimulando la alegría, el movimiento, la vinculación afectiva, el erotismo, la expresión creativa, se consigue activar aspectos que la cultura en que vivimos insiste en mantener adormecidos, es decir, poner los Potenciales Personales en acción, los cuales se activan a través del movimiento integrado y reforzando la conexión con la energía vital (liderazgo) , generando renovación orgánica y psicológica.

Finalmente, en la tabla 9 se muestra la comparación de la dimensión sinceridad de la variable conducta social del grupo experimental y grupo control antes y después de aplicar el taller de biodanza. Donde la prueba t de Student para grupos independientes no encontró diferencia ($p > .05$) en el grupo experimental (2,04) y en el grupo control (4,16) lo que indica que los grupos antes de aplicar el taller eran equivalente. En tanto que después de la aplicación la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa ($**p < .01$) en

favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 5,60 y 2,88 para el grupo control. En tal sentido, el taller de biodanza a través de sus técnicas tales como ejercicios a nivel individual, con la otra persona y en conjunto influyen en que los estudiantes ahora sean capaces de mostrar sinceridad en sus emociones y en sus relaciones inter-personales. Al respecto Villalobos (2002) en su investigación reencuentro humano con biodanza, manifiesta que en biodanza se inducen emociones a través de la música en forma natural, los ejercicios trabajan sobre el sistema límbico hipotalámico y la amígdala cerebral propiciando la expresión de situaciones y encuentro real, activándose automáticamente las neuronas espejo. Si bien es importante la expresión de emociones, biodanza propone la expresión sincera de emociones y la coherencia de la expresividad. Pues las emociones pueden expresarse a través de caminos saludables o patológicos. Biodanza se preocupa por reforzar aquellas emociones positivas y en la expresión coherente de ellas respecto a circunstancias reales, aquellas emociones perjudiciales son aceptadas, trabajadas en terapia y luego desechadas progresivamente por ejemplo la tristeza se apacigua en el abrazo, la agresividad se descarga en la creatividad vital, el desarrollo de la espontaneidad afectiva evita la acumulación de tensiones, producto de la represión y el resentimiento. Reúne entonces, un modo saludable de mantener y promover el equilibrio interno y establecer una relación coherente con el mundo externo.

A partir de los resultados se pudo demostrar que el taller de biodanza influye significativamente en la conducta social de los estudiantes de secundaria de una institución educativa privada logrando que los estudiantes tengan mayor consideración hacia los demás denotándose en una sensibilidad social y preocupación por las demás personas ; así también permitiendo un autocontrol en sus relaciones sociales , acatando reglas y normas establecidas de convivencia ; de la misma forma se logró integrar socialmente entre sus pares, controlar su ansiedad social de nerviosismos y vergüenza; así como fortalecer una actitud líder a través de conductas de iniciativa ,confianza en sí mismo y popularidad.

V. CONCLUSIONES:

En la dimensión consideración con los demás de la variable conducta social en los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 64% de los estudiantes se ubicaron en un nivel medio, sin embargo, después aplicar el taller de biodanza el 56% de los estudiantes se ubicaron en un nivel alto.

En la dimensión autocontrol en las relaciones sociales de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 40% de los estudiantes se encontraban en un medio y el 60% en un nivel bajo, sin embargo, después aplicar el taller de biodanza el 60% está en un nivel medio.

En la dimensión retraimiento social de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 64% de los estudiantes se encontraban en un nivel bajo, sin embargo, después de aplicado el taller de biodanza el 52% de estudiantes se encontraron en un nivel alto.

En la dimensión ansiedad social – timidez de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 40% de estudiantes se encontraban en un nivel alto con respecto a su ansiedad y timidez, sin embargo, después aplicar el taller de biodanza el 60% de estudiantes se encontraron en un nivel alto en el control de su ansiedad y timidez.

En la dimensión Liderazgo el 96% de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza se encontraban en un nivel medio, sin embargo, después aplicar el taller de biodanza el 56% se encontraron en un nivel alto y el 40% en un nivel medio.

En la dimensión sinceridad de los evaluados antes de aplicar el taller de biodanza el 88% de los estudiantes se encontraban en un nivel bajo, sin embargo, después aplicar el taller de biodanza el 44% se encontraron en un nivel alto.

Respecto a la comparación de la dimensión consideración con los demás entre el grupo experimental y grupo control después de la aplicación del taller de biodanza, la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa

(** $p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control.

Respecto a la comparación de la dimensión autocontrol en las relaciones sociales entre el grupo experimental y grupo control después de la aplicación del taller de biodanza, la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control.

Respecto a la comparación de la dimensión retraimiento social entre el grupo experimental y grupo control después de la aplicación del taller de biodanza, la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control.

Respecto a la comparación de la dimensión ansiedad social - timidez entre el grupo experimental y grupo control después de la aplicación del taller de biodanza, la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control.

Respecto a la comparación de la dimensión retraimiento social entre el grupo experimental y grupo control después de la aplicación del taller de biodanza, la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control.

Respecto a la comparación de la dimensión liderazgo entre el grupo experimental y grupo control después de la aplicación del taller de biodanza, la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control.

Respecto a la comparación de la dimensión sinceridad entre el grupo experimental y grupo control después de la aplicación del taller de biodanza, la prueba t de Student reveló que existe diferencia muy significativa (** $p < .01$) en

favor del grupo experimental quienes alcanzaron una diferencia de medias de 1,990 y 1,528 para el grupo control.

VI. RECOMENDACIONES:

Se recomienda a la institución educativa realizar una psicoeducación dirigida a docentes y padres de familia acerca de los beneficios del taller de Biodanza y su influencia en la sociabilidad de los estudiantes.

Se recomienda a la institución educativa implementar espacios adecuados donde se puedan realizar estos talleres mínimos una vez por semana con todos los estudiantes, desde nivel inicial hasta el nivel secundario.

Se recomienda a la institución educativa realizar talleres de Biodanza con los docentes y personal administrativo para mejorar el clima laboral de la institución y generar espacios de descarga evitando el estrés laboral que genera el sistema educativo tradicional.

Se recomienda a la institución educativa incluir a los padres de familia en la participación de los talleres de Biodanza, donde acompañen y se experimenten estos beneficios con sus hijos, en todos los niveles Inicial, primaria y secundaria.

Se recomienda a los docentes identificar a través de una evaluación de sociabilidad aquellos estudiantes que tengan limitaciones de integración producto de experiencias previas inadecuadas para poder así aplicar el taller de biodanza con el fin de generar mejora en sus relaciones interpersonales a un nivel más específico.

Se recomienda a la institución educativa incluir a los docentes en los talleres de Biodanza con estudiantes, con el fin de fortalecer la empatía y confianza entre los mismos.

VII. REFERENCIAS:

Agreda, M & Azabache, P (2017). *Influencia del taller de biodanza en el desarrollo social de niños de 5 años de la IE. N° 224 Indoamerica, Victor Larco Herrera 2017*, para optar el título de licenciado. Universidad Nacional de Trujillo, Peru. Recuperado de: <http://www.dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/10466/AGREDA%20GIL-AZABACHE%20VILLEGAS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Ander-Egg, E. (1999). *El taller: una alternativa de renovación pedagógica*, Buenos Aires: Magisterio Río de La Plata.

Arnett, J.J. (1995). *La socialización amplia y estrecha: La familia en el contexto de una teoría cultural*, en: *Journal of Marriage and the Family*. 57: 617-628.

Castañeda, G. (2009). *La biodanza como práctica corporal en relación con la promoción de la salud*. Educación Física y Deporte, 28(2), 81-90. Universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación Física y Deportes. Sustraído de la página:

<http://tesis.udea.edu.co/handle/10495/6373>

Cabellos, J. (1997) *Introducción a la Sociología*. (1ed.). Santiago de Chile: LOM. Maturana. Recuperado de:

<https://books.google.com.pe/books?id=fKHHZRqWK64C&pg=PA164&dq=Teor%C3%ADa+de+la+socializaci%C3%B3n&hl=es&sa=X&ei=qoDvVNybNladgwSZjoSIAG&ved=0CB0Q6wEwAA#v=onepage&q=Teor%C3%ADa%20de%20la%20socializaci%C3%B3n&f=false>

Calvo, A., Gonzalez, R. Martorell, M. (2001). *Variables relacionadas con la conducta prosocial en la infancia y adolescencia: personalidad, autoconcepto y género*. Infancia y Aprendizaje, 24 (1), 95-111

Dionisio, M. (2005). *Estrategias para favorecer la socialización en el niño del nivel preescolar*. Campeche – México.

García, J. (2011). *Estilos de socialización familiar: Influencia sobre el ajuste psicosocial en los adolescentes*. (Tesis doctoral), Universidad de Castilla-La Mancha, Valencia.

García, K. y Moreno, L. (2015). *Influencia de la biodanza en la socialización de los niños de 4 años de la I.E n°1564 “radiantes capullitos” urb. Chimú – trujillo – 2015*. Tesis para obtener el título de licenciado en educación inicial. Universidad Nacional de Trujillo, Perú.

García, A. (s.f.). *Biodanza, todos nacimos para brillar*. Sustraído de la página:

http://www.biodanza-adrian.com.ar/clase_biodanza.htm

Guevara, M.; Padilla, E.; Toledo, G. (2010). *El aporte de la biodanza en el desarrollo de la autoestima de las estudiantes de la escuela de formación docente del INEPE durante el semestre abril - septiembre 2009*. Unidad Académica de Ciencias Administrativas y Humanísticas. UTC. Latacunga. 114 p.

Hurlock, E. (2002). *Desarrollo del Niño*. 2^o edición. México. Ed. McGraw-Hill.

Musitu, G. y Allatt, P. (1994). *Psicosociología de 1a.fainilia*. Valencia: Albatros.

León, G. y Ruiz, J. (2008). *Déficit de socialización por habilidades sociales*. Revista de la Universidad Pedagógica Nacional. Unidad 095 Azcapotzalco. Recuperado de:

<http://caminosabiertos2008.blogspot.com/2008/10/dficit-de-socializacin-por-habilidades.html>

Maya, A. (2016). *El taller educativo y su fundamentación pedagógica*. Recuperado de:

<https://www.magisterio.com.co/articulo/el-taller-educativo-y-su-fundamentacion-pedagogica>

Papalia, D., Wendkos, S., y Duskin, R. (Ed.). (2001). *Desarrollo Humano*. Bogotá-Colombia. Ed. McGraw-Hill.

Orjuela, M (2018). *La biodanza como herramienta sensibilizadora frente a situaciones de agresión física en estudiantes del grado 801 de la fundación educativa Ana Restrepo del corral*, para optar el título de especialista en desarrollo humano con énfasis en procesos afectivos y creatividad, Universidad Distrital Francisco José de Caldas, Bogotá, Colombia. Recuperado de: <http://repository.udistrital.edu.co/bitstream/11349/8861/1/OrjuelaManriqueMarthalsabel2018.pdf>

Otoya, C. (2011). *Funcionamiento psicológico de niños que acuden a un hospital psiquiátrico*. (Tesis de licenciatura). Universidad Católica del Perú.

Medium (2015). *La Socialización y el Desarrollo Social*. Recuperado de la página: <https://medium.com/@Azshara/la-socializaci%C3%B3n-y-el-desarrollo-social-f2eca48e3632>

Narváez, R (2018), *Biodanza en el Desarrollo Integral de niños y niñas de 4 a 5 años del Centro Infantil "Camino de Luz", Quito, Período 2016*, para optar el título de licenciada, Universidad Central del Ecuador, Ecuador, Recuperado de : <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/15603/1/T-UCE-0010-FIL-033.pdf>

Rice, F. (2000). *Adolescencia y desarrollo, relaciones y cultura*. (9a ed.). Madrid: Prentice Hall.

Silva, F. Martorell, M. (1987). *Batería de Socialización BAS 3*. Madrid, España: TEA.

Stuck, M. y A. Villegas (2008). *Empirische Forschungen zu Biodanza (¿Danzar hacia la salud? Investigaciones empíricas de Biodanza)*, StuckVillegas, Schibri-Verlag, Germany.

Toro, R. (2004). *Biodanza. Integrazione esistenziale e sviluppo humano attraverso la musica, el movimiento, l'espressione Della emozioni*, Red Edizioni, Como.

Villegas, A., M. Stuck, y otros (1999). *Efectos Psicofisiológicos de un método basado en la música, el movimiento y el encuentro grupal (Biodanza)*, U.A.I., Buenos Aires.

Ybarra, M. y Mitchell, K. (2008). *How risky are social networking sites? Acomparison of places online where youth sexual solicitation and haraaamentoccurs*. *Pediatrics*, 121 (2), 312-342.

ANEXOS

ANEXO 1 : PROPUESTA “TALLER DE BIODANZA”

I. Denominación: Encontrándonos con amor y libertad

Justificación:

La motivación principal para proponer un taller de Biodanza para niños con el fin de mejorar sus habilidades sociales parte de un aprendizaje vivencial y personal con esta terapia . Mi formación como facilitadora de Biodanza me permitió en el proceso entender los maravillosos efectos que genera en las personas.

En Educación occidental muchas veces se priorizan aspectos racionales, en muchas ocasiones se deja de lado y no se les da importancia a aspectos como emociones, sentimientos, afectividad, relaciones, autoestima, falta de socialización, integración grupal, motivaciones, valores, etc. Los cuales son complementos indispensables para que haya un buen desarrollo cognitivo completo. Mi propuesta basada en el principio de educación biocéntrica plantea que en la infancia y niñez se crea el momento idóneo para ir trabajando de manera temprana aspectos sobre educación emocional, sociabilidad, afectividad positiva de manera cooperativa, ya que repercuten y aumentan el bienestar social y personal del niño, lo que también afecta de manera directa sobre su desarrollo personal y educativo.

II. Objetivos:

- Demostrar la influencia de la biodanza en la dimensión consideración a los demás de la variable socialización en los estudiantes de 4to grado de primaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo.
- Demostrar la influencia de la biodanza en la dimensión autocontrol en las relaciones sociales de la variable socialización en los estudiantes de 4to grado de primaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo.
- Demostrar la influencia de la biodanza en la dimensión retraimiento social de la variable socialización en los estudiantes de 4to grado de primaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo.
- Demostrar la influencia de la biodanza en la dimensión ansiedad social/timidez de la variable socialización en los estudiantes de 4to grado de primaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo.
- Demostrar la influencia de la biodanza en la dimensión liderazgo de la variable socialización en los estudiantes de 4to grado de primaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo.

III. Población beneficiaria:

IV. Número y duración de las sesiones:

Se realizarán 14 sesiones y la duración será de 90 minutos cada una.

V. Actividades:

I UNIDAD: INTERVENCIÓN DE PERCEPCIÓN INDIVIDUAL

• Sesión 1:

- **Denominación: Desbloques emocionales**

- **Fundamentación:**

En esta sesión se busca generar empatía con los estudiantes, creando un clima donde puedan poco a poco en primer lugar reconocer las defensas que tienen consigo mismo, reconocer sus

corazas (bloqueos emocionales) para posteriormente trabajar en lograr la expresión de sus emociones y sentimientos teniendo como base el principio biocentrico y el reaprendizaje de las funciones originarias de vida.

- **Objetivo:** Reaprendizaje de las funciones originarias de vida
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda de inicio	Se toman de las manos y con los ojos cerrados sienten la música (Automesimientamiento)	Sete mil Veces – Caetano Velozo	<ul style="list-style-type: none"> • Equipo de sonido • Lapto • Música • 1 micrófono • Almohadas 	5 minutos por ejercicio
2. Ronda en movimiento	Se realiza una ronda y con los ojos cerrados se deben mover al compás de la música.	Reino del revés - M.E Walsh	Se repiten los mismos materiales	Se repite el mismo tiempo
3. Reaprendiendo a abrazar	Se guía en la realización del abrazo terapéutico de corazón a corazón.	Sin música		
4. Caminata sinérgica	Se camina con energía liberando los brazos y las piernas, saludando y	Alley cat. J. Maddox		

	brindando una sonrisa al otro			
5. Caminar con numero	Las personas se agrupan y caminar juntos según el número que indica el facilitador	Barco aranero		
6. Juego con equilibrio	Vamos a hacer equilibrio, levanto un pie y cuando me canse cambio de pie. Equilibrio en pareja (S.R) con cambio, de a cuatro, ocho, todo el grupo.	Monoliso		
7. El espejo	Realizamos movimientos de expresión libre, uno es guía y el otro espejo y viceversa.	Boxi Bom Bom		
8. El tren	Formamos trenes donde elegimos líderes que guiaran la expresión de movimientos. Todos tendrán la oportunidad de ser guías.	The lions sleep tonigth		
9. Fluidez	Hacemos una ronda para hacer junto	Bilitis. Zamfir		

	<p>conmigo algunos ejercicios. Ponemos las manos en el corazón y respiramos profundamente.</p> <p>Brazos adelante y atrás, a los lados respirando, uno adelante otro atrás, los dos hacia a atrás.</p>			
10.Ronda de Mesimientoto	Ronda al centro de pie, tomados por la cintura con los ojos cerrados.	Main the maind o Celtics airs		
11.Ronda de despedida	Nos tomamos de las manos ,danzamos al compás de la música y agradecemos la experiencia vivida.	Celtics Airs Ballads		

- **Marco teórico:**

El reaprendizaje de las funciones originarias de vida es un principio fundamental que se trabaja en biodanza y significa aprender a vivir y valorar los instintos. El instinto es una conducta humana innata, hereditaria, que no requiere aprendizaje y se manifiesta mediante estímulos específicos, tienen como objetivo conservar la vida y permitir su evolución. Dentro de este marco teórico en la vivencia se trabajan ejercicios socialmente aprendidos pero desapercibidos y

poco valorados como: Caminar, observar los ojos del otro, sonreír, abrazar, etc. se promueve el disfrute de estas actividades cotidianas aparentemente simplistas con el fin de reaprender y rescatar las sensaciones de exploración y sorpresa originarias de cuando éramos niños. **Rolando Toro Araneda creador de biodanza.**

- **Sesión 2:**

- **Denominación: Fluides y experiencia oceánica.**
- **Fundamentación:** En esta sesión se busca enseñar al estudiante la importancia de la fluidez en la vida, lograr generar estados de fluidez que permitan priorizar las sensaciones positivas que se dan como consecuencia de esas experiencias y como esto ayudaría a regular emociones perjudiciales en sus vidas y la interacción con los demás.
- **Objetivo:** Aprender a fluir a través de la experiencia oceánica originaria
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda inicio	Los participantes se dejarán llevar por el ritmo de la canción	Estamos chegando	<ul style="list-style-type: none"> • Equipo de sonido • Lapto • Música • 1 micrófono Almohadas	5 minutos por ejercicio.
2. Marcha libre	Se invita a caminar con ritmo libre por todo el espacio	Alley Cat. J. Madoxx		

3. Coordinación rítmica.	Se invita a salir a caminar acompañados, cuando Se indique cambio, se danza de dos.	Melody		
4. Variaciones rítmicas	Se crea una danza con movimientos de animales salvajes aumentando la intensidad	Tiger rag.		
5. Muñeco de trapo muñeco de palo.	Se imagina ser muñecos de palo o de trapos, blandos. Danzar según el tipo de canción ying o yang.	Jeopardy		
6. Segmentario de cuello y hombro	Se realizan movimientos lentos de cuello y hombro	If (no más de un minuto)		
7. Contacto con uno mismo	Vamos a sentir nuestro corazón, con los ojitos cerrados, en el	Orfeo e Eurídice		

	mismo lugar.			
8. Encuentros.	Salimos a despedirnos con un abrazo.	You never alone		
9. Ronda final	Nos despedimos todos en ronda.	Yo quiero. Ruben Rada		

- **Marco teórico:**

" Deje que todo fluya y entonces sucedió". Este tipo de expresiones no son metafóricas. Hay una coherencia entre la actitud mental, emocional y la reacción a los estímulos recibidos por parte de nuestro organismo. En biodanza, trabajando corporalmente la fluidez, hay también una reacción mental y psicotónica, una interiorización del ritmo y movimiento que implica la fluidez. La fluidez es un movimiento continuo, de gran adaptabilidad, sinuoso, que abarca y rodea a la vez, es un flujo delicioso que genera la sensación de estar flotando, puede recordar la experiencia oceánica. Esto nos acerca a la sencillez y la capacidad de vivir el presente que disponíamos siendo niños, en donde la fluidez era nuestro estado de gracia natural. Regresar al origen para recordar con que suavidad podemos vivir, con que liviandad podemos transformar nuestro entorno y desarrollar el arte de disfrutar la vida. Rolando Toro Araneda. Creador de biodanza

- **Sesión 3:**

- **Denominación: Identificando mi poder interior**

- **Fundamentación:**

En esta sesión el estudiante comprende la importancia de su potencial genético heredado de sus ancestros, lo aprecia, y valora para luego poder celebrarlo consigo mismo y con los demás.

- **Objetivo:** Identificar habilidades y potencialidades genéticas
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda de inicio	Los participantes danzan con alegría al compás de la música.	Starting over de John Lennon		
2. Rueda Sinuosa	Danzan libres manteniendo contacto visual, acercarse tomar de la mano y luego alejarse. Cambiar de compañero	Aquarela do Brazil de Emilio Santiago		
3. Danza en grupo con cambio de personaje	Danzan en grupos de 5, cuando el facilitador lo indique un participante se dirige a otro grupo y es recibido con fuertes aplausos.	Lets get loud		

<p>4. Danza libre</p>	<p>Los participantes danzan libremente por el espacio al compás de la música</p>	<p>What a felling</p>		
<p>5. Mesimiento</p>	<p>En una rueda los participantes se mantienen abrazados sintiendo la música con los ojos cerrados</p>	<p>Main the man</p>		
<p>6. Danza de pañuelos leves</p>	<p>Los participantes fluyen al compás de la música moviendo los pañuelos con las manos hacia arriba.</p>	<p>Que bonito (Rosario)</p>		
<p>7. Hutonia de pies</p>	<p>Arrecostados en el piso los participantes juntas los pies dando forma a una bicicleta y se dejan llevar por la música.</p>	<p>Te quiero, te quiero (Rosario)</p>		

8. Ronda de despedida	Se unen en una ronda final de agradecimiento por la presencia del otro	Alegria (Circo do soul)		
-----------------------	--	-------------------------	--	--

- **Marco teórico:**

Para Rolando Toro Araneda, cada ser humano nace con una información ancestral en su potencial genético, que le asegura la supervivencia, multiplicada miles de veces a nivel celular. Esa información ancestral se encuentra aletargada o adormecida como consecuencia del impacto que la sociedad, la cultura, la educación y la familia ha tenido sobre la edificación de nuestra identidad. Los grandes caminos por los que esa memoria milenaria se expresa a lo largo de su vida, en todas las razas y en todas las edades de la humanidad, son cinco. Biodanza, se propone despertarlos:

VITALIDAD: Despertar de la alegría de vivir, de la "ganas" de hacerlas cosas, de la capacidad para la auto sanación y para lograr estados de salud crónicos.

CREATIVIDAD: Despertar de la capacidad de innovación existencial, de auto creación, de la posibilidad de "parirse a si mismo".

AFECTIVIDAD: Despertar de la capacidad protección, nutrición y amor hacia nosotros mismos y hacia los otros, reconectando con instinto gregario y de sentirnos parte de la "manada de la humanidad."

SEXUALIDAD: Despertar de los sentidos y de la conexión con el placer. Reconocimiento de nuestras preferencias y nuestra identidad biológica. Apertura al erotismo. (Esta línea no se trabaja con niños)

TRASCENDENCIA: Despertar de la capacidad para ir más allá de nuestros propios límites y trascender la fuerza del ego y potenciar la vivencia de unidad con el TODO.

- **Sesión 4:**

- **Denominación: Aceptación de mi energía vital**

- **Fundamentación:**

En esta sesión los participantes vivencian la expresión máxima de su energía vital mimetizándose con los arquetipos de los 4 elementos, donde comprenderán su importancia y como estos influyen y se encuentran presentes en todos los aspectos de nuestras vidas.

- **Objetivo:** Sensibilización de experiencias positivas a través de los 4 elementos.
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda de inicio	Los participantes se unen en una ronda de celebración	Procura		
2. Marcha sinérgica	Se realiza una marcha con amplio desplazamiento de brazos y piernas	Corona: All right		
3. Cambio de par	Se forman grupos impares, se danza en parejas y un participante se quedará solo disfrutando se su	La ciguapa (Chichi peralta)		

	danza.			
4. Tunel de identidad y celebración	Los participantes se colocan en forma de túnel frente a frente (dos filas) . Por parejas ingresan al túnel donde serán recibidos con palmas por sus compañeros.	Whats love		
5. Danza de fuego	Se forma una sola ronda, cada participante expone en el centro su danza, sus compañeros lo animan a expresarse con libertad.	Living la vida loca (Ricky Martin)		
6. Danza de animales de agua y aire	Los participantes danzarán con fluidez intentando representar animales aéreos y acuáticos.	Bilitis de Gheorge Zanfir		
7. Ronda de mecimiento				

	En ronda de pie, abrazados por la cintura se disponen a respirar con los ojos cerrados	Hotel california		
8. Danza tribal de tierra	Los participantes danzan en ronda maximizando sus pisadas para unirse en celebración con la madre tierra	Ronda Hebrea		
9. Despedida de abrazos	Nos despedimos y agradecemos con abrazos	Sin música		

- **Marco teórico:**

Biodanza recoge el simbolismo de los elementos para desarrollar un trabajo de autoconocimiento y transformación. Partiendo de la base que cada elemento tiene un movimiento y una forma de expresarse que es única, se proponen músicas, danzas y ceremonias específicamente seleccionadas para que las personas entren en un estado vivencial de “no mente”, desde donde poder activar la fuerza arquetípica del elemento, reconociéndola e integrándola tanto a nivel físico, como emocional y mental. El resultado es una verdadera transformación existencial, un proceso de alquimia donde estas cuatro

energías (tierra, fuego, agua y aire) se van equilibrando, permitiendo la disolución de bloqueos y conflictos, el fortalecimiento de la identidad y la posibilidad de caminar por la vida sintiéndonos más plenos.

- **Sesión 5:**

- **Denominación: Desarrollo mi potencial genético**
- **Fundamentación:** En esta sesión los participantes aprenden acerca de la existencia de polaridades y como esto se manifiesta en el día a día. Se identifican las fuerzas ying yang y como el equilibrio de las mismas son importantes para una adecuada relación interpersonal.
- **Objetivo:** Expresión ying /yang y reconocimiento del ser.
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Danza de activación lenta	Ojos cerrados, tomados de las manos	Creo en mi		
1. Ronda de inicio	Danzar en ronda con alegría	Sueños		
2. Danza YANG	Se realiza una danza yang en grupo con determinación	Black is Black		

3. Danza Yang por grupos	Se realiza la danza yang por grupos, los otros grupos animan y observan	Instrumental de tambores		
4. Danza ying	Todos los participantes realizan una danza ying con los ojos cerrados	Bilitis de Georghe Zamfir		
5. Danza ying con fluidez	Se realiza una danza ying por grupos alternando ojos cerrados y abiertos	Riberoshiña		
6. Danza con caída	Los participantes danzan libremente con fluidez para finalmente caer y descansar en el suelo	Viento de aérea Gipsy King		
7. Rueda en la tierra	Los participantes se arrecuestan en el suelo armando una rueda, se disponen a cerrar los ojos y respirar.	Escalera al cielo (Led Zepellin)		

8. Ronda Final de miradas	Los participantes se permiten observarse lentamente mientras danzan suavemente al compás de la música	Free as a bird (Beatles)		
---------------------------------	---	-----------------------------	--	--

- **Marco teórico:**

El ying y el yang son energías que en nuestra cultura se han relacionado con lo masculino (yang) y femenino (ying) , a pesar de ser innatas e inherentes a todo ser humano, independientemente de ser hombre o mujer.

Dos energías que habitan el planeta tierra y que en su fusión e integración hacen posible la Vida, la creación, la existencia.

La energía yang, es aquella que penetra el mundo, que lo concretiza, que le da forma y materia. Nos permite activar el motor de la acción y nos pone en camino hacia aquello que queremos, nos da la fuerza para concretar nuestros sueños, dando dirección a nuestros actos, poniendo límites a aquello que nos dificulta el paso, penetrando el mundo en busca de amor...

La energía ying, nos nutre, nos inspira, es receptiva al amor y los designios de la Vida, es sensible, intuitiva, nos conecta con lo más profundo de nuestro ser, con nuestra esencia donde habitan nuestros sueños y la sabiduría innata de nuestra Vida. Nos cobija, arropa, nos da aliento para seguir el camino...

Si unimos estas dos energías en nuestra Vida, sabiendo que ambas habitan en nuestro interior, dejando expresarse a cada una en el momento apropiado, dejando que una se convierta en la otra cuando es necesario, dejando que dancen, juntas al unísono, entonces podremos crear la vida que queremos en cada momento, desde el placer, el amor y la claridad de estar en nuestro camino.

- **Sesión 6:**

- **Denominación: Explorando mi vitalidad**

- **Fundamentación:**

En esta sesión los participantes participaran de ejercicios con mayor énfasis en la línea de vitalidad con el fin de desarrollar un mayor ímpetu vital, enfocándonos en los aportes positivos al desarrollar esta energía y como esto produce neurotransmisores activadores positivos para nuestra mente y cuerpo.

- **Objetivo:** Reconocimiento del ser y expresión del ímpetu vital

- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda inicial	Danzar en ronda compartiendo miradas y sonrisas	Tu sonrisa (Elvis cresco)		
2. Ronda eufórica	La ronda se mimetiza y la danza se vuelve	La vida es un carnaval (Celia Cruz)		

	más eufórica			
3. Salto con energía	Se realiza una danza libre con diferentes tipos de saltos y brazos arriba	Cuando pienses en volver (Pedro Suarez vertiz)		
4. Danza efusiva con expresión de cabello	Se realiza una danza por grupos donde se busca expresar la euforia moviendo la cabeza y cabello.	Dont stop me now (queen)		
5. Encuentro en parejas con salto	Se realiza una danza libre en grupo, cuando el facilitador lo indica se forman parejas las cuales serán intercambiadas mediante saltos	Lets get loud		
6. Rodar en el piso	Los participantes se disponen a rodar en el piso al compás de la música	Sueña (Luis Miguel)		

7. Caminar con auto Abrazo	Se disponen a caminar despacio ,con las manos en el pecho, brindándose un auto abrazo.	Creo en mi (Natalia Jimenez)		
8. Encuentro de abrazos	Los participantes caminar por el espacio encontrándose con un compañero para brindarle un abrazo	Qué bonito (Rosario)		

- Marco teórico:

Entre las finalidades de biodanza está la de proporcionar eco factores que permitan la expresión de los potenciales genéticos de vitalidad. En el Sistema biodanza el concepto de vitalidad es esencial ya que trabaja con categorías como: Estilo de vida, Principio biocéntrico, Vivencias de vitalidad, Inconsciente vital.

La vitalidad está caracterizada, en términos generales, por un buen nivel de salud y armonía orgánica. Desde el punto de vista existencial, vitalidad significa tener fuertes motivaciones para vivir y poseer energía disponible para la acción (ímpetu vital). Alegría interior, entusiasmo y plenitud existencial son características de una persona vital. La vitalidad está vinculada al humor endógeno.

Los ejercicios de biodanza influyen en la actividad de cada subsistema del sistema nervioso. El sistema nervioso neuro-vegetativo regula el funcionamiento de los órganos, ya sea estimulándolos o inhibiéndolos.

UNIDAD II: INTERVENCIÓN JUNTO CON LA OTRA PERSONA

- **Sesión 7:**
 - **Denominación: Celebrando la vida**
 - **Fundamentación:** En esta sesión los participantes aprenderán la importancia de la vida, reconociendo potencialidades en sus compañeros y reforzando en ellos situaciones positivas, mediante el afecto se darán situaciones de encuentro necesarias para valorar el ser y no el quien evitando observar la vida del otro en función a sus defectos.
 - **Objetivo:** Valorización y encuentro con el otro
 - **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda de inicio	Se disponen a compartir en una ronda y moverse al compás de la música.	El tren de la alegría		
2. Juego de contacto	Los participantes danzan libremente cuando el facilitador dice cambio de apoyan en una parte del cuerpo de la otra persona.	Que no me pierda (Diego Torres)		

3. Danza de espaldas	Se forman parejas para bailar con las espaldas pegadas.	Bachata Rosa (Juan Luis Guerra)		
4. Ronda de caricias de espaldas	Los participantes se sientan en el piso uno detrás del otro y se disponen a acariciar el cabello del compañero de adelante con los ojos cerrados	Tamba Yaja		
5. Acunamiento	Los participantes son acunados por sus compañeros y viceversa	Canción de cuna		
6. Abrazo de corazón a corazón	De pie se disponen a compartir un abrazo de corazón a corazón con el compañero que lo acuna	My way (Frank Sinatra)		
7. Eutonia de manos	Cambio de pareja y con los ojos cerrados le expreso caricias en sus manos	Te quiero, te quiero (Rosario)		

8. Ronda final	Ronda de despedida con beso en la mejilla hacia el compañero de en frente (Sin soltar la ronda)	Tratar de estar mejor (Diego Torres)		
----------------	--	---------------------------------------	--	--

- **Marco teórico:**

Biodanza se propone mejorar la vinculación de las personas. Es la oportunidad que encuentra un grupo de seres humanos para desarrollar sensibilidades nuevas en su existencia. El grupo de Biodanza se torna de pronto en una experiencia de lo maravilloso, donde las personas se encuentran y brindan al otro desde sí mismos. El sentido vinculante de nuestro movimiento, nos permite renacer a la vida, saborear y celebrar la presencia del otro, lo que nos posibilita conectar con la ternura. De esta manera, biodanza se propone restaurar en las personas la vinculación originaria de la especie.

Una identidad necesita de otra identidad, de la presencia de miembros de la misma especie, no solo uno, sino varios, un grupo o colectividad. Esa es la razón principal para que la biodanza sea un abordaje grupal. La acción de esta, consiste en integrar, reforzar y desarrollar el núcleo afectivo.

- **Sesión 8:**

- **Denominación:** Explorando mi niño interior
- **Fundamentación:** En esta sesión los participantes identificarán todos sus recursos creativos, descubrirán y revivirán a su niño interior, el contacto con el otro será fundamental para fortalecer la capacidad de empatía y sinergia grupal.
- **Objetivo:** Desarrollar la línea de la creatividad

- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
<p>1. Ronda de inicio</p> <p>2. Danza libre con globos</p> <p>3. Choque de globos</p>	<p>Los participantes danzan al compás de la música en comunidad</p> <p>Los participantes escribirán en el globo una frase de la canción anterior que más se identifiquen, danzarán libremente y cuando el facilitador lo indique intercambiaran globos y frases.</p> <p>Se realiza una danza libre donde se intenta chocar entre globos al compás de la música</p>	<p>Ser feliz es gratis (Rosanna)</p> <p>Corazón (Auténticos decadentes)</p> <p>La guitarra</p>		

<p>4. Tren reventa globos</p>	<p>Se forman varios trenes de mínimo 5 personas, Cada Tren tiene la consiga de reventar los globos del otro y de defender los globos de su tren, realizan esto danzando al compás de la música.</p>	<p>Fiesta (Banda blanca)</p>		
<p>5. Danza de los animales</p>	<p>Se danza haciendo movimientos de animales guiados por el facilitador</p>	<p>Canción infantil de los animales</p>		
<p>6. El baile de los súper héroes</p>	<p>Los participantes se imaginan que son súper héroes y danzan haciendo mímicas de sus super poderes</p>	<p>Los súper héroes (Tornasol)</p>		
<p>7. Pinta un animal</p>	<p>En parejas pintamos un animal en el rostro de nuestro compañero</p>	<p>Color esperanza (Diego Torres)</p>		

8. Ronda final alegre	Se despiden y agradecen el encuentro danzando en ronda con alegría	Solo se vive una vez (Azúcar Moreno)		
-----------------------	--	--------------------------------------	--	--

- **Marco teórico:**

Rolando Toro consideró que la creatividad crecía con la práctica de la biodanza según cuatro fases:

Expresión primal: Se facilita que se manifiesten las primeras expresiones que quizá fueron bloqueadas en la infancia. Se realiza mediante danzas que pretenden evitar la disociación entre lo que sentimos y lo que hacemos. Algunas de ellas son enérgicas e incluyen desplazamiento, saltos, giros con una base rítmica importante. Otras se realizan sin desplazamiento o en el suelo extendiéndose corporalmente. También se usa el canto o los sonidos orgánicos.

Integración Yin-Yang: se allana el camino para integrar lo suave, sensible y receptivo (Yin) con lo enérgico, activo y penetrante (Yang). De esta forma nos ayuda a tomar iniciativas, pero también a adaptarnos a lo que nos rodea favoreciendo el equilibrio orgánico y previniendo la angustia, la ansiedad y la depresión. Se realizan danzas Yang con desplazamiento y movimientos enérgicos, direccionados y con un tono muscular alto, integrándolo con danzas yin con movimientos sensibles, suaves, receptivos, sin desplazamiento ni intención. También con danzas de fluidez con movimientos lentos, redondos y continuos.

Comunicación expresiva: las propuestas que favorecen que expresemos a otras personas nuestras emociones y vivencias, escapándonos de la mecanización, el conformismo y las conductas estereotipadas. Para ello realizamos juegos y danzas en pareja

buscando el feed-back, la sincronización y la expresión afectiva tanto verbal como corporal. También recurrimos a posturas corporales que evocan un mensaje común en todas las culturas.

Elaboración creativa: la etapa más avanzada en la que se da una auténtica y plena expresión creativa, enriqueciendo todas nuestras manifestaciones vitales. Se realiza a través de danzas libres en las que buscamos nuestros movimientos más genuinos tanto individualmente como en grupos.

- **Sesión 9:**

- **Denominación:** Me permito ver, ser y sentir
- **Fundamentación:** En esta sesión los participantes se enfocarán a trabajar ejercicios de la línea de la afectividad, lo que será fundamental para la destrucción de bloqueos emocionales, prejuicios, paradigmas, distorsiones cognitivas que se hayan implantado acerca de las otras personas.
- **Objetivo:** Expresar una afectividad genuina con los demás
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda inicial	Danzar en ronda con alegría	Hoy (Rossana)		
2. Lazarillo y el ciego	En pareja se designa al lazarillo y el ciego, uno hace de guía y otro de ciego y	Somewhere Over The rainbow		

<p>3. Danza de confianza</p>	<p>viceversa. Se disponen a colocarse en parejas, se equilibran y sostienen uno al otro. (con cambio de pareja)</p>	<p>Your not alone</p>		
<p>4. Respiración danzante</p>	<p>Danza individual, sintiendo la música y espirando lentamente con fluidez</p>	<p>Eres (Café Tacuba)</p>		
<p>5. Latidos del corazón</p>	<p>En parejas arrecostados en el piso, se coloca el oído en el corazón de la otra persona ,intentando escuchar y concentrarse en sus latidos.</p>	<p>Sin musica</p>		
<p>6. Eutonia de manos</p>	<p>Sentados en el piso frente a frente uniendo las palmas de las manos se danza (solo manos) mirando se</p>	<p>Escucha tu Corazon (Laura Pausini)</p>		

7. Caricia de manos en pareja	a los ojos al compás de la música. En pareja se toman de las manos y se acarician las manos sutilmente al compás de la música	Feeling		
8. Despedida con abrazos	Se encuentran en abrazos al compás de la música	Nada fue un error (Coti)		

- **Marco teórico:**

Lo que distingue a la Biodanza de otros sistemas es precisamente su carácter afectivo de sus ejercicios. Nuestra sociedad está hambrienta de afectividad y enfermamos porque la mente se ha apoderado de nuestras emociones y sensaciones disociando nuestro pensar, sentir y hacer. Según la Biodanza, “la afectividad es un estado de afinidad profunda hacia otros seres, capaz de originar sentimientos de amor, amistad, altruismo, maternidad, paternidad, compañerismo; así como sentimientos opuestos: ira, celos, envidia...” Rolando Toro Araneda

- **Sesión 10:**

- **Denominación: Expresión afectiva reguladora**
- **Fundamentación:** En esta sesión los participantes vivenciarán la importancia del desarrollo de la inteligencia afectiva como

herramienta fundamental para el éxito en sus vidas y sus relaciones sociales.

- **Objetivo:** Regular las emociones mediante la inteligencia afectiva
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda Inicial	Danzan en ronda con alegría	Pa ti no estoy (Rossana)		
2. Danza yang para renacer	Se realiza una danza yang por grupos	Tambores		
3. Danza ying para fluir por la vida	Se realiza una danza ying por grupos	Instrumental		
4. Posición generatriz de intimidad	Se realiza una danza de fluidez intensa, alternando manos en el pecho, al final de la danza nos desplomamos en el suelo con cabeza	Instrumental		

5. Posición generatriz de proteger la vida	gacha y de rodillas Se danza con fluidez haciendo una simulación de acunamiento y manos en el pecho	Instrumental		
6. Abrazo de corazón a corazón	Los participantes se entregan en un abrazo durante toda la canción.	Abrázame muy fuerte (Juan Gabriel)		
7. Ronda de mecimiento	Los participantes se entregan en una ronda lenta de mecimiento con los ojos cerrados	Que me alcance la vida (Sin bandera)		
8. Ronda de despedida	Los participantes se unen en una ronda de despedida	Colgando en tus manos .		

- **Marco teórico:**

Llegamos a la aportación que nos ofrece el ingenio creador de Rolando Toro: la Inteligencia Afectiva. Aunque muchos autores tratan a la Emocional y la Afectiva como sinónimos, Toro aporta una visión ética diferenciadora.

La Inteligencia Afectiva sería “la inteligencia puesta al servicio del amor, de la felicidad y de la alegría de vivir” (R. Toro).Podríamos decir que

“Inteligencia Afectiva” es lo mismo que “Inteligencia Emocional utilizada desde parámetros éticos”.

La biodanza nos sensibiliza, nos ayuda a hacernos amigos de nuestra propias emociones y disuelve todas las “falsas defensas” que nos llevan a pelearnos con lo que estamos sintiendo, evita las evitaciones. Es un sistema basado en la vivencia “experiencia vivida con gran intensidad por un individuo en el momento presente, que compromete la cenestesia, las funciones viscerales y emocionales.”(Toro, 2000).

La sesión de biodanza tiene dos fases integradas entre sí, que actúan sobre el sistema nervioso autónomo, la simpático-adrenérgica (con ejercicios-danza que inducen estados de alerta) y la parasimpático-colinérgica (de placidez o tranquilidad).

Principalmente en esa segunda fase se dan diferentes procesos de trance (pasaje de un estado de conciencia a otro) y regresión (percepción de sensaciones y emociones similares a las que se experimentan poco antes y después de nacer). Lo vivido en biodanza nos permite dotar de otro significado, más rico, a nuestras emociones y a nuestra vida.

UNIDAD III: INTERVENCIÓN EN CONJUNTO

- **Sesión 11:**
 - **Denominación: El universo soy yo**
 - **Fundamentación:** En esta sesión los participantes aprenden sobre el concepto de unificación con el todo y como nuestras acciones repercuten no solo hacia nosotros mismos si no hacia el universo y por ende los demás, se desarrollan ejercicios de la línea de trascendencia que permiten sentir esta unificación y reflexionar sobre estos conceptos.

- **Objetivo:** Unificarse con el grupo y vivenciar la línea de la transcendencia
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda de inicio	Los participantes se encuentran en una ronda alegre	Hoy bailaré		
2. Danza de fuego en tren	Se realiza una danza en tren con movimientos del elemento fuego	Déjame mama (Do Brazil)		
3. Danza de tierra	Se realiza una danza con movimientos del elemento tierra.	Ronda Hebrea		
4. Danza de Viento	Se realiza una danza celebrando el aire, con movimientos del elemento viento.	Instrumental		
5. Danza de agua	Se realiza una danza de fluidez con movimientos y	Instrumental		

	tocamientos al suelo			
6. Danza unificando los 4 elementos	Los participantes expresan una danza donde incluyen los 4 elementos	Instrumental		
7. Respiración oceánica	Tomados de las manos descansamos en el piso en una ronda, respirando al compás de la música.	Instrumental		
8. Ronda de despedida	Nos despedimos en una ronda al compás de la música .	Me gusta la gente		

- **Marco teórico:**

Quien no puede abandonar la conciencia de sí mismo, no tiene la posibilidad de ingresar a la experiencia trascendente.

En Biodanza, el concepto de trascendencia se refiere a superar la fuerza del ego e ir 'más allá' de la autopercepción, para identificarse con la unidad de la naturaleza y con la esencia de las personas.

La protovivencia de trascendencia está relacionada con las sensaciones de armonía y bienestar, en especial en relación con la madre y con el ambiente que rodea al bebe.

La palabra trance proviene etimológicamente del término transir (transitar, transportarse, pasar de un estado a otro). Su significado usual es 'cambio de estado de conciencia'.

El estado de regresión es un retorno psico-fisiológico a la etapa fetal o perinatal, es decir, inmediatamente anterior o posterior al momento del nacimiento. Durante el estado de regresión el individuo reedita condiciones psíquicas y biológicas de la infancia.

Alcanzar el 'todo-sí-mismo' requiere desdiferenciarse, salir del tiempo histórico y entrar en la eternidad de lo cósmico.

La ceremonia de trance de suspensión de biodanza además de una representación simbólica de regresión, es una inducción de un estado biológico de renovación y reintegración a la unidad biocósmica (identidad---fusión)

La vivencia que el individuo tiene al salir del trance es de profunda vinculación consigo mismo, con los otros y con el cosmos. Esta experiencia trae consigo un sentimiento de esplendor y plenitud, de inmensa felicidad y bienestar corporal.

- **Sesión 12:**

- **Denominación: Movimiento integrativo en comunidad**
- **Fundamentación:** En esta sesión los participantes experimentarán la importancia de vivir en comunidad para la sobrevivencia de nuestra especie y como de generación en generación hemos evolucionado en ese sentido. Se reflexionará acerca de la forma nociva en que se vive actualmente en sociedad y cual sería nuestra misión trascendente como seres humanos para con los demás.
- **Objetivo:** Mimetización y encuentro con la comunidad sanadora

- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda de inicio	Los participantes se encuentran en una ronda de bienvenida	I will Survive (Gloria Gaynor)		
2. Caminata sinérgica individual	Se realiza una marcha sinérgica de extensión vital	Part time lover (Steven Wonder)		
3. Caminata sinérgica en por grupos	Se realiza una marcha sinérgica en comunidad	Tours callin		
4. Danza libre individual y para el otro	Se realiza una danza de expresión libre donde se danzará de manera individual y también para la otra persona.	We are the champions (Queen)		

5. Danza de fluidez e identidad grupal	Se realiza una danza al centro del grupo con fluidez, la comunidad celebra y aplaude.	Mama (Quenn)		
6. Ronda de mecimiento	Los participantes se entregan en una ronda de mecimiento	(Tamba yaja)		
7. Encuentro de abrazos	La comunidad se dispone a brindar y recibir abrazos	Algo contigo (Vicentico)		
8. Ronda de despedida	La comunidad se despide en una ronda de amor y agradecimiento	Como has hecho para amarte así (Gaitan Castro)		

- **Marco teórico:**

Según estudios antropológicos, la danza fue practicada por los seres humanos en sus orígenes principalmente en rituales que tenían el fin de integrar a la comunidad con un objetivo: la llegada de la época de cosechas, los cambios de estación que marcaban los ciclos de trabajo para el grupo, la guerra, y en general se practicaban como una forma de comunicación a partir de la cual se debían unificar las acciones de los miembros de una comunidad.

En biodanza retomamos la función ritualística de la danza como un espacio de celebración de la vida. El grupo es una oportunidad para estimular nuestro sentido de comunidad. Los encuentros genuinos

que tienen lugar entre los miembros del grupo nos brindan la ocasión de experimentar sentimientos genuinos de solidaridad por nuestros semejantes y nos permiten explorar nuevas formas de ser y de relacionarnos con los otros.

El aprendizaje acerca de nosotros mismos que tiene lugar en las interacciones, nos revela formas alternativas de estar en el mundo, que están basadas en la alegría de vivir, la empatía y sobretodo, en el reconocimiento y la celebración de la sacralidad de la vida.

- **Sesión 13:**

- **Denominación:** Mi líder soy yo
- **Fundamentación:** En esta sesión los participantes vivenciarán ejercicios que pondrán a prueba su capacidad de liderazgo y creatividad ante ellos mismos y el grupo, reflexionarán hacia la importancia de un liderazgo biocéntrico que unifique a la comunidad y tenga la misión de sanar y contener a los demás.
- **Objetivo:** Propiciar el desarrollo de un liderazgo sanador desde el principio biocéntrico.
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda de Bienvenida	Los participantes se encuentra en una ronda de bienvenida	La isla bonita (Maddonna)		

2. Marcha sinérgica	Los participantes marchan por todo el espacio, siguiendo las indicaciones del facilitador.	Ser feliz es gratis		
3. Danza rítmica con cambio de personaje	Los participantes danzan y a la indicación del facilitador cambian de pareja.	Caminando por la vida yo te vi (Gipsy King)		
4. El tren de la vida	Los participantes lideran su tren creando movimientos innovadores	Tren del cielo		
5. Danza de liderazgo	Los participantes danzan en diferentes grupos, un participante se coloca en el medio, los demás deben seguir e imitar sus pasos, finalmente todos deben pasar a liderar y crear	Mambo number 5		

	nuevos pasos al centro.			
6. Danza del salta salta	Se forman en diferentes grupos, uno de los personajes se coloca al medio, los demás los impulsan saltar al compas de la música, se cambia de personaje.	llarie llarie		
7. Lazarillo y el ciego con marcha sinérgica	Se realiza el ejercicio del lazarillo y el ciego con marcha sinérgica, con cambio de personaje.	Caminando por la calle yo te vi		
8. Ronda de mecimiento	Se encuentran en una ronda de mecimiento	Instrumental		
9. Ronda de despedida	Los participantes se despiden en una ronda de alegría	Salome (Chayane)		

- **Marco teórico:**

EL PRINCIPIO BIOCÉNTRICO

El Principio biocéntrico constituye un nuevo paradigma que sitúa el respeto a la vida como centro y propone orientar todos los emprendimientos sociales y educacionales hacia la creación de una estructura psíquica capaz de proteger la vida y permitir su evolución, restableciendo la noción de sacralidad de la vida.

A partir de este principio, la Educación Biocéntrica propone repensar la educación de modo que ayude a las personas a vivir y a convivir, a percibir y participar de la vida, teniendo como punto de partida el respeto a la vida y la convivencia amorosa, y como método, un enfoque reflexivo y vivencial en las experiencias vividas.

- **Sesión 14:**

- **Denominación : Liderazgo afectivo – creativo regulador**
- **Fundamentación:** En esta sesión los participantes reforzarán el concepto de identidad tanto con uno mismo como con la comunidad, expresando todo lo aprendido en las sesiones anteriores: ímpetu vital, autoestima, creatividad, liderazgo y afectividad.
- **Objetivo:** Expresión de la identidad e independencia frente a la comunidad
- **Procedimiento:**

EJERCICIO	CONSIGNA	MUSICA OFICIAL DE BIODANZA	MATERIALES/ RECURSOS/	TIEMPO
1. Ronda de bienvenida	Los participantes se encuentran en una ronda de bienvenida	Hello Say Goodbye (Beatles)		
2. Ronda de vitalidad con balón	Los participantes crean una ronda donde no pueden soltarse de las manos, el facilitador lanza un balón el cual deben mantener en el aire sin dejarlo caer.	La guitarra (Autenticos decadentes)		
3. El trencito del gol	Los participantes crean un tren tomados por la cintura, sin soltarse intentarán llevar el balón con jugadas de football, se alternará un arquero y un goleador.	Ilarie (Xuxa)		

<p>4. Lidera una canción</p>	<p>En ronda, un participante sale al frente y canta la estrofa de una canción y todos lo siguen, se termina cuando hayan participado todas las personas.</p>	<p>Sin música</p>		
<p>5. Creando un cuento</p>	<p>En ronda, un participante sale al frente a crear un cuento, luego elige a otro compañero para que continúe la historia con ademanes y mímicas, el cuento se termina con el último participante de la ronda.</p>	<p>Sin música</p>		
<p>6. Dedícame un poema</p>	<p>Por parejas con una música instrumental de fondo las personas crean o recitan un poema y viceversa. Deben salir todos los participantes.</p>	<p>Sin música</p>		

7. Ronda de celebración	Los participantes se expresan en una ronda con alegría	Corazón espinado (Mana)		
8. Ronda de agradecimiento y despedida final	Los participantes se despiden en una ronda alegre, con un beso en la mejilla a cada compañero.	Vivir mi vida (Marc Anthony)		
9. Despedida de abrazos de corazón a corazón.	Con fluidez caminan por el espacio y se encuentran en un abrazo de despedida y agradecimiento con el compañero	Gracias a la vida		

- **Marco teórico:**

Según Rolando Toro, "La identidad es 'el único y sus atributos', lo que cada persona 'es' esencialmente, frente a cualquier otro sistema de realidad"

la identidad de uno viene reflejada muchas veces por la mirada del otro.

Este es uno de los motivos por los cuales en Biodanza se realiza un trabajo de grupo, y se hace incapié en el vínculo con uno mismo, con el otro, con el todo (entorno), para tal de tener una integración de la identidad.

"La identidad, siendo presencia, no se piensa, se vive en el aquí-ahora, Presente Eterno. Es inaccesible a cualquier forma de comprensión y visible frente al otro. Es accesible al otro y a la propia persona solamente en la vivencia. Sólo en sus aspectos parciales se constituye como significado o nociones de sí mismo, como historia y cultura.

La identidad es la vida sucediendo singularmente, la vida revelándose en su inmediatez y belleza.

El ser humano es incapaz de comprender la identidad (o el sí-mismo en el mundo), pero es capaz de sentirla, intuirlo y vivir la libertad presente en ella, ante todo, en forma de movimiento, expresión, danza y lenguaje".

ANEXO 2: CUESTIONARIO DE SOCIALIZACIÓN BAS – 3

BATERIA DE SOCIALIZACION-AUTOEVALUACION INSTRUCCIONES

A continuación, encontrarás una serie de frases, en el caso de que la frase corresponda a tu manera de ser o de actuar elija la alternativa A, si la frase no corresponde a tu manera de ser o de actuar, elige la alternativa B.

A es Si B es No

Conteste según su grado de acuerdo con cada frase; deberá escoger una y sombree el círculo que contiene la letra de la respuesta que elija. Para cada pregunta sólo le corresponde una respuesta. Recuerde no hay respuestas buenas o malas.

SOMBREE EL CÍRCULO CON LÁPIZ O LAPICERO COLOR AZUL

EVITA MANCHONES, BORRONES Y DETERIORO DE LA FICHA ÓPTICA

NO ESCRIBA NADA EN ESTA HOJA SOMBREE SUS RESPUESTAS EN LA FICHA ÓPTICA

1. Me da miedo y me aparto de cosas que no dan miedo a los demás.
2. Me gusta organizar nuevas actividades.
3. Cuando estoy con una persona mayor y hablo con ella, lo hago con respeto.
4. Insulto a la gente.
5. Suelo ser simpático con los demás.
6. Me gusta dirigir actividades de grupo.
7. Todas las personas me caen bien.
8. Evito a los demás.
9. Suelo estar solo.
10. Los demás me imitan en muchos aspectos.
11. Ayudo a los demás cuando tienen problemas.
12. Me preocupo cuando alguien tiene problemas.
13. Soy terco, hagan lo que hagan y digan lo que digan los demás, voy a lo mío.
14. Animo a los demás para que solucionen problemas.
15. Llego puntual a todos los sitios.
16. Entro en los sitios sin saludar.
17. Hablo a favor de los demás cuando veo que tienen problemas.
18. Me cuesta hablar, incluso cuando me preguntan algo, me cuesta responder.

19. Lloro con facilidad.
20. Organizo grupos para trabajar.
21. Cuando hay problemas, me eligen como árbitro o juez.
22. Dejo a los demás trabajar o entretenerse sin molestarlos.
23. Contribuyo para que el trabajo sea más interesante y variado.
24. Algunas veces he hecho como que no oía cuando me llamaban.
25. Soy alegre.
26. Tomo la iniciativa a la hora de emprender algo.
27. Me preocupo para que nadie sea dejado de lado.
28. Me siento aburrido o cansado, sin energía.
29. Me eligen como jefe en las actividades de grupo.
30. Me gusta hablar con los demás.
31. Juego más con los otros que solo.
32. Me gusta todo tipo de comida.
33. Tengo facilidad de palabra.
34. Soy violento y golpeo a los demás.
35. Me tienen que obligar para integrarme a un grupo.
36. Cuando quiero hablar, pido la palabra y espero mi turno.
37. Me gusta estar con los demás, me siento bien entre ellos.
38. Soy vergonzoso.
39. Soy miedoso ante las cosas y situaciones nuevas.
40. Grito y chillo con facilidad.
41. Hago inmediatamente lo que me piden.
42. Cuando se trata de realizar actividades de grupo, me retraigo.
43. Soy tímido.
44. Soy mal hablado.
45. Sugiero nuevas ideas.
46. Cuando corrijo a alguien, lo hago con delicadeza.
47. Me entiendo bien con los de mi edad.
48. Paso apuros cuando estoy con personas del otro sexo.
49. Corrijo a los demás cuando dicen palabrotas.
50. Espero mi turno sin ponerme nervioso.
51. Defiendo a otros cuando se les ataca o critica.
52. Intento estar en lugares apartados, poco visibles o concurridos.

53. Hablo y discuto serenamente sin alterarme.
54. Me asusto con facilidad cuando no sé hacer algo.
55. Cuando me llaman la atención, me desconcierto y no sé que hacer.
56. Desafío a los mayores cuando me llaman seriamente la atención.
57. Cuando tengo que hacer algo, lo hago con miedo.
58. Cuando digo o hago algo mal, siempre pido disculpas.
59. Se escuchar a los demás.
60. Soy amable con los demás cuando veo que tienen problemas.
61. Soy considerado con los demás.
62. Me pongo nervioso cuando tengo que decir algo delante de la gente.
63. Suelo estar apartado, sin estar con nadie.
64. Soy impulsivo, me falta paciencia para esperar.
65. Protesto cuando me mandan hacer algo.
66. Cuando alguien es rechazado por el grupo, me acerco e intento ayudarlo.

67. Recojo los papeles que otros tiran al suelo.
68. Me intereso por lo que les ocurra a los demás.
69. Permanezco sentado sin enterarme de nada durante mucho tiempo.
70. Hago nuevas amistades con facilidad.
71. Soy popular entre los demás.
72. Me aparto cuando hay muchas personas juntas.
73. Acepto sin protestar las decisiones de la mayoría.
74. Reparto todas mis cosas con los demás.
75. A veces soy brusco con los demás.

SI HAS TERMINADO, REVISA TUS RESPUESTAS

ANEXO 3: CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Por medio del presente documento manifiesto que se me ha brindado información para la participación en la investigación científica que se aplicará a estudiantes de 1º grado de nivel secundaria

Se me ha explicado que:

- El objetivo del estudio es determinar la influencia del taller de biodanza en la socialización de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Privada de Trujillo
- El procedimiento consiste en la aplicación de un instrumento psicológico que ayude a identificar aquellos estudiantes que tienen dificultades en sus habilidades sociales, se elegirá quienes serían el grupo experimental con los que se ejecutara el taller de 14 sesiones titulado “taller de biodanza en la socialización de estudiantes de secundaria de una Institución Educativa Privada de Trujillo”
- El tiempo de duración de la participación de mi menor hijo(a) es de 1 hora y 30 aproximadamente en cada sesión.
- Puedo recibir respuesta a cualquier pregunta o aclaración.
- Soy libre de rehusarme en que mi menor hijo(a) participe en cualquier momento y dejar de participar en la investigación, sin que ello lo(a) perjudique.
- No se identificará la identidad de mi menor hijo(a) y se reservará la información que proporcione. Sólo será revelada la información que proporcione cuando haya riesgo o peligro para su persona o para los demás o en caso de mandato judicial.
- Puedo contactarme con él (la) autor(a) de la investigación Milagritos Aimet Lozano Arbañil, mediante correo electrónico o llamada telefónica para presentar mis preguntas y recibir respuestas.

Finalmente, bajo estas condiciones **ACEPTO** que mi menor hijo(a) participe de la investigación.

Trujillo, dede 2018.

...(Nombre y Apellidos)...

DNI N°:

En caso de alguna duda o inquietud sobre la participación en el estudio puede llamar al teléfono 951532130 o escribir al correo electrónico m_aimet@hotmail.com

ANEXO 4: CONSTANCIA DE SOLICITUD Y PERMISO



Yachay Wasi

CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR YACHAY WASI: "El Templo del Saber"

Trujillo, 11 / Setiembre / 2018

Señora:

Nayda Anticona García

Promotora del centro yachaywasi: El Templo Del Saber
Presente.

YO, Milagritos Aimet Lozano Arbañil, ante usted me presento respetuosamente y le solicito se me conceda aplicar un taller de Biodanza dirigido a los estudiantes con el fin de mejorar las habilidades sociales del primer año del nivel secundario donde previamente se ha identificado aspectos a mejorar. Así también para fines de investigación en la maestría de intervención psicológica que actualmente estoy cursando.

En espera de su autorización solicitada quedo de usted.

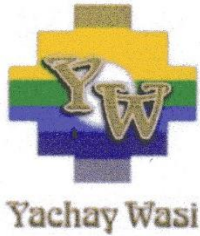
Atentamente,

Psicóloga Milagritos Aimet Lozano Arbañil

Recibido:



ANEXO 5: CONSTANCIA DE HABER REALIZADO EL TALLER



CENTRO EDUCATIVO PARTICULAR YACHAY WASI: “El Templo del Saber”

LA PROMOTORA DEL CENTRO EDUCATIVO YACHAYWASI: EL TEMPLO DEL SABER

QUE SUSCRIBE, EXPIDE LO SIGUIENTE:

CONSTANCIA DE REALIZACIÓN DE UN TALLER DE BIODANZA PARA ESTUDIANTES DEL PRIMER AÑO DEL NIVEL SECUNDARIO A CARGO DE LA LICENCIADA EN PSICOLOGIA MILAGRITOS AIMET LOZANO ARBAÑIL DURANTE LOS MESES DE SETIEMBRE, OCTUBRE DEL AÑO 2018.

Se expide la presente para los fines que la interesada estime conveniente.

Trujillo, 02 de Enero del 2019



ANEXO 6: Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Co	,230	25	,001	,805	25	,000
Ac	,225	25	,002	,845	25	,001
Re	,397	25	,000	,684	25	,000
At	,324	25	,000	,742	25	,000
Li	,465	25	,000	,482	25	,000
S	,539	25	,000	,203	25	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Nota: Co= Consideración con los demás; Ac= Autocontrol en las relaciones sociales

Re= Retraimiento social; At= Ansiedad Social – Timidez; Li= Liderazgo; S= Sinceridad

Aplicado a 25 estudiantes de secundaria de una Institución educativa de la ciudad de Trujillo

	<p>estudiantes de 4to grado de una institución educativa de la ciudad de Trujillo, antes de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo experimental.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el nivel de socialización de los estudiantes de 4to grado de 	<p>Socialización de estudiantes de secundaria de una Institución educativa de la ciudad de Trujillo.</p> <p>H.i.1.: El nivel de socialización de los estudiantes de 4to grado de una institución educativa de la ciudad de Trujillo,</p>		<p>La socialización será medida a través del instrumento BAS 3 “batería de socialización” que consta de 5 dimensiones y 1 de sinceridad o veracidad, conformando 74 preguntas orientado a evaluar la consideración a los demás, autocontrol en las relaciones sociales, retraimiento social, ansiedad social/ timidez y liderazgo.</p>	
--	--	---	--	--	--

	<p>una institución educativa de la ciudad de Trujillo, antes de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo Control.</p> <ul style="list-style-type: none"> Identificar el nivel de socialización de los estudiantes de 4to grado de una institución educativa de la ciudad 	<p>antes de la aplicación del taller de biodanza, en el grupo experimental es bajo</p> <p>H.i.2.: El nivel de socialización de los estudiantes de 4to grado de una institución educativa de la ciudad de Trujillo, antes de la</p>			
--	--	---	--	--	--

	<p>de Trujillo, después de la aplicación del taller de Biodanza, en el grupo experiment al.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar el nivel de socialización de los estudiantes de 4to grado de una institución educativa de la ciudad de Trujillo, después de 	<p>aplicación del taller de Biodanza, en el grupo control es bajo</p> <p>H.i.3.: El nivel de socialización de los estudiantes de 4to grado de una institución educativa de la ciudad de Trujillo, después de la</p>			
--	---	--	--	--	--

	<p>la aplicación del taller de biodanza, en el grupo Control.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar los resultados de influencia entre el test y psot test de la variable socialización por dimensiones del grupo experimental en los estudiantes de 4to grado 	<p>aplicación del taller de biodanza, en el grupo experimental es alto</p> <p>H.i.4.: El nivel de socialización de los estudiantes de 4to grado de una institución educativa de la ciudad de Trujillo, después de la</p>			
--	---	---	--	--	--

	<p>de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Determinar los resultados de influencia entre el pre test y post test de la variable socialización por dimensiones del grupo control en los estudiantes 	<p>aplicación del taller de biodanza, en el grupo control es bajo</p> <p>H.i.5.: La biodanza influye en la variable socialización en los estudiantes de 4to grado de secundaria de una institución educativa de la</p>			
--	---	---	--	--	--

	<p>de 4to grado de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo.</p>	<p>ciudad de Trujillo, en el grupo experimental.</p> <p>H.i.6.: La biodanza no influye en la variable socialización en los estudiantes de 4to grado de secundaria de una institución educativa de la ciudad de Trujillo, en</p>			
--	--	--	--	--	--

		el grupo control.			
--	--	-------------------	--	--	--