

ESCALA DE EXPRESIÓN/COMUNICACIÓN CORPORAL PARA ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Antonio Caballer¹, M. Jesús Oliver y José Manuel Gil

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales
Universitat Jaume I de Castellón

RESUMEN

La escala que presentamos tiene como base la teoría de Schinca respecto a la expresión corporal. De este modo la autora considera que es «una disciplina que permite encontrar, mediante el estudio en profundidad del cuerpo, un lenguaje propio», desarrollando la personalidad expresiva del sujeto y la comunicación. Esta escala consta de 29 ítems, los cuales conforman seis factores: emocional, habilidades de expresión corporal, solución de problemas, apariencia física, relación con personas del mismo sexo, relación con personas del sexo opuesto. La fiabilidad de los diversos factores oscila entre 0,74 y 0,87, la estructura factorial confirma los seis factores que explican el 53,3% de la varianza.

Palabras clave: Expresión/comunicación corporal.

ABSTRACT

The scale we show is based on the Schinca's theory about the body expression. The author consider as a discipline which permit to find, through a body profound study, a characteristic language. This scale has 29 items divided into six factors: Emotional, body expression abilities, problem solving, psysical appearance, relation ship among same sex and opposite sex. The fiability of diverse factors fluctuate between 0,74 and 0,87, the factorial structure confirm these

1 Departamento de Psicología Evolutiva, Educativa, Social y Metodología. Universitat Jaume I. Campus de Riu Sec. 12071 Castellón de la Plana. E-mail: caballer@psi.uji.es

factors that explain the 53,4% of the variance. Besides definitive scale baremes for each factor are presented.

Key words: Body expression/communication.

INTRODUCCIÓN

Numerosos estudios en relación al tema destacan el decisivo papel del autoconcepto en el desarrollo de la personalidad, señalando como principales aspectos en estrecha relación con el concepto de sí mismo el cuerpo y la actividad física.

«Por el cuerpo pasan el despertar y el crecimiento de nuestra personalidad y junto con las energías afectivas y espirituales constituye la personalidad única de cada uno de nosotros» (Maccio 1998, pág. 278).

En las últimas décadas autores como Sonstroem, Weis, Sander, Sorensen, Stewart y Corbin, se refieren a la incidencia que tiene en el autoconcepto la satisfacción personal y el sentirse bien con uno mismo obtenidos mediante la práctica de las actividades físicas. Según estas investigaciones parece que no ofrece ninguna duda afirmar que la propia estima corporal beneficia la autoestima y que aceptar y sentirse bien en el propio cuerpo contribuye al equilibrio emocional y bienestar general del individuo.

Goñi y Zulaika (1999), justifican que la influencia de la actividad y el ejercicio físico sobre el autoconcepto, se produce gracias a que el autoconcepto está organizado según una serie de autopercepciones estructuradas jerárquicamente en niveles más generales en la base y más específicos en los niveles superiores. El desarrollo eficaz de habilidades mediante la actividad física supondría *«modificar aspectos concretos del nivel básico de la dimensión física que pueden determinar por afectar positivamente la autoestima global»*. (Pág. 7).

Casimiro (2000), asimismo incide en las consecuencias positivas que se derivan de la práctica de la educación física diciendo que *«la autoestima física, consecuencia de la percepción de la habilidad motriz y de la apariencia física, proporciona mayor independencia al escolar, ya que se puede elegir y decidir de forma más libre»*. (Pág. 9).

Este trabajo de investigación tiene su origen en los numerosos testimonios recibidos a lo largo de nuestra carrera profesional por parte del estudiantado, respecto a la mejora experimentada en ellos mismos y en sus relaciones con los demás tras haber cursado la asignatura de Expresión/Comunicación Corporal. Ello nos motivó para averiguar, en una primera fase, las posibles relaciones que esta materia tenía con el autoconcepto y una vez obtenidas dichas relaciones y analizados los diferentes instrumentos de medida que existen en la actualidad destinados a la evaluación del autoconcepto, procedimos a la creación y validación de una escala de Autoconcepto dirigida a estudiantes universitarios, relacionada con uno de los apartados que hoy en día se encuentran más en boga dentro de la Educación Física como es la Expresión Corporal.

Hemos constatado, por nuestra parte, que los autores que tienen experiencia en el trabajo con adultos en este campo, se refieren a la frecuencia con la que aparecen situaciones de inhibición y rechazo, considerando que su fundamento se encuentra en los obstáculos que se le presentan al sujeto a lo largo de la educación, al ambiente y a los bloqueos que el individuo se impone desde muy pronto para evitar el dolor y el placer.

Todo ello impide el desarrollo de las percepciones, el movimiento y la expresión de las emociones resultando de esta situación que, en muchos casos, la expresión corporal practicada por adultos cuyo conocimiento de su cuerpo es rutinario y superficial, es solo una falsa apariencia.

Dice Lowen, que el adulto al encontrarse libre de cuanto obstaculiza su verdadera expresión, puede implicarse en situaciones de juego simbólico de la misma forma en que lo hacen los niños, aunque con menos facilidad y pueden usar su creatividad para suspender la realidad exterior y entregarse al juego libre de la imaginación. Así surge un sentimiento de placer y la necesidad de la autoexpresión, con las mismas connotaciones que posee el juego de los niños.

Kesselman (1990), se refiere a los cambios naturales que van ocurriendo a lo largo de la etapa adulta, señalando que *«cuando el cuerpo entra en crisis y se produce un deterioro de las funciones corporales, las técnicas que mediante el movimiento y el cuerpo facilitan la sensibilización, ayudan a observar las modificaciones que se producen y su expresión en la conducta general para poder ir abriendo un camino de investigación personal acerca de lo que es su destino y de lo que nos desafía a una conducta creativa»*. (Pág. 58). En este caso, el trabajo corporal sirve de ayuda a superar esta crisis y organizar el cuerpo para estos cambios.

En los adolescentes tardíos, como es nuestro caso, hemos tenido ocasión de comprobar tras muchos años de experiencia profesional, hasta qué punto se encuentra reducida la capacidad de expresarse libremente con el cuerpo, por lo que muy a menudo se provocan rechazos y ansiedad en la práctica de las actividades de expresión. En un principio normalmente la implicación es escasa pero después de varias sesiones, en las que se trata de favorecer la capacidad de expresión espontánea y las relaciones del grupo clase, llega a producirse un alto grado de implicación personal y gusto por la actividad.

Lapierre y Aucouturier (1980), tras la realización de numerosos cursos con adultos de diferentes países, han puesto de relieve los *«fantasmas corporales»* del adulto y su repercusión en la educación del niño, manifestando que *«lo que determina la actitud pedagógica del adulto (la que el niño siente) son, de manera muy inconsciente, sus propios fantasmas»*. (Pág. 4). Y que solamente la conciencia y una modificación de los mismos puede transformar de manera auténtica la relación pedagógica. Por ello, consideran imprescindible que el educador reciba una formación en la que se incluya el cuerpo en su faceta expresiva, esto es como receptor y emisor de mensajes haciéndole perder sus inhibiciones corporales, superar sus resistencias tónicas y, en general, tomar conciencia de su relación con el mundo, el espacio y los objetos, con el fin de estar disponible y adaptarse a las necesidades e intereses del otro.

Bertherar y Berstein (1987), experta en el trabajo corporal con adultos, destaca la importancia de buscar mediante las sensaciones las *«razones del cuerpo»*, considerando la concienciación corporal como una vía para acceder a la totalidad del propio ser y saber proyectar una imagen de sí mismo satisfactoria, que ayude a recobrar la propia iniciativa y confianza, así como a liberarse de los bloqueos que han condicionado el comportamiento corporal del adulto.

En relación al cuerpo del educador, destaca de esta autora la afirmación de que *«el cuerpo de enseñanza es ante todo el cuerpo de cada persona que enseña», de ahí la importancia de que el profesor tenga conciencia de todo lo que implica su presencia.»*. (Pág. 124).

En definitiva, creemos que la opinión de estos autores pone de relieve algo que consideramos de suma importancia dentro de la expresión corporal y es la afirmación de que el logro de la disponibilidad para sí mismo, resulta un requisito indispensable para conseguir estar disponible para los demás o lo que es lo mismo la experiencia que se tiene del cuerpo ayuda a aceptar, comprender y en resumen acercarnos al cuerpo de los otros. Cuestiones que consideramos fundamentales a la hora de abordar una tarea educativa.

Schinca (1988), insiste en la idea de la expresión corporal como una disciplina eminentemente formativa que permite al individuo encontrar su propia individualidad y autenticidad e identificarse con su sí mismo, premisa fundamental para la obtención de un autoconcepto positivo.

En este orden de ideas dice: *«el profundizar en el conocimiento y vivencia del propio cuerpo permite llegar a descubrirse, a partir de la realidad física, en un encuentro con la esencia individual, con las posibilidades potenciales, con la capacidad de respuesta ante los diferentes estímulos, con los recursos psicofísicos que se dispone y también con los obstáculos personales que bloquean el libre curso de los canales expresivos»*. (Págs. 9-10).

Cuando hablamos de expresión y concretamente de expresión corporal tenemos que entenderla siempre desde una doble perspectiva: como autoexpresión o expresión de sí mismo y como expresión hacia los demás.

La importancia de la expresión corporal como autoexpresión constituye una necesidad íntimamente unida al placer y a la creatividad y cuya represión según han señalado reiteradamente prestigiosos educadores, psicólogos y psiquiatras produce graves trastornos en la personalidad del individuo., permitiéndole fundamentalmente expresarse, liberarse, equilibrarse y crear.

Desde el punto de vista de la comunicación sirve para comprender a los demás y que los demás nos comprendan y compartir con ellos nuestros pensamientos y sentimientos. Esta faceta comunicativa constituye también una manifestación básica para el desarrollo y bienestar de la persona, ya que ayuda, entre otras cosas, a identificar y dar sentido a las propias necesidades y a las ajenas.

El método de Marta Schinca tiene su base en la Escuela Alemana, representada en sus orígenes por Bode y Laban, y contempla el trabajo de expresión corporal desde un doble punto de vista: racional (toma de conciencia) y emocional (vivencia), en relación a tres aspectos fundamentales: el cuerpo, el espacio y el tiempo.

Los temas básicos que configuran el estudio de la expresión corporal son:

1. Toma de conciencia del cuerpo
 - 1.1. Las bases físicas de la toma de conciencia corporal están compuestas por:
 - a) Independencia muscular.
 - b) Fluir del movimiento orgánico
 - c) Relajación y distensión
 - d) Esquema corporal
 - e) Respiración
 - f) El movimiento como acto significativo
 - 1.2. Las bases expresivas de la toma de conciencia, en relación al cuerpo, las conforman

- a) Antagonismo cuerpo/espacio.
 - b) Tono y actitud psíquica en las posturas.
 - c) Relación entre los grados de tensión muscular y las actitudes psíquicas en el gesto y el movimiento.
 - d) Calidades del movimiento
2. Toma de conciencia del espacio. En relación al:
 - a) Espacio individual
 - b) Espacio total
 - c) Ritmo espacial
 3. Toma de conciencia del tiempo. En relación al:
 - a) Ritmo fisiológico y anímico.
 - b) concepto de tempo
 - c) Ritmo
 - d) Relación entre el movimiento y el sonido.

Con todo lo señalado anteriormente, el principal objetivo del presente trabajo se centra, fundamentalmente, en la construcción de una escala para la medición de la expresión/comunicación corporal. A continuación se expone, en primer lugar, la fase de elaboración y aplicación de la escala y, en segundo lugar, el análisis de los resultados.

MÉTODO

Participantes

La muestra, a la que se le ha pasado el cuestionario, está formada por 300 estudiantes, de los cuales 171 son de género femenino y 129 de género masculino. La edad media de la muestra es de 21,4 años. La muestra es suficientemente grande para el análisis psicométrico de la escala (DeVellis, 1991; Nunally, 1987). Todos los estudiantes son de la Titulación de Maestro y, concretamente, de las especialidades de Educación Infantil, Musical, Primaria y Educación Física de las Universidades de Sevilla y Jaume I de Castellón. Todos los estudiantes cursan la asignatura de expresión corporal con carácter semestral en las tres primeras especialidades y con carácter anual en el caso de la cuarta.

Instrumento

Elaboración de un Cuestionario Autodescriptivo de Expresión/Comunicación Corporal.

Una vez revisada la literatura científica relacionada con la expresión corporal se ha observado que no existe en la actualidad ninguna escala que mida ésta en relación al autoconcepto, es por ello que nos planteamos la necesidad de llevar a término la confección de una escala de expresión corporal y cuya denominación es «*Cuestionario Autodescriptivo de Expresión/Comunicación Corporal*» (CECC).

Procedimiento

El proceso llevado a cabo para la construcción de dicha escala se ha realizado siguiendo las directrices de Rivas (1980) a través de los siguientes pasos, los cuales constituyen la metodología de trabajo:

1. *Definición del concepto teórico.* Se trata de realizar una revisión de la literatura existente sobre el concepto en el que se va a basar la escala. En este sentido, de entre todas las definiciones existentes respecto a la expresión corporal, destacamos la realizada por Schinca (1989, pág. 9), que la considera como «una disciplina que permite encontrar mediante el estudio en profundidad del cuerpo un lenguaje propio». Como señala la autora, la búsqueda que supone la adquisición del lenguaje corporal tiene una rigurosidad y una exigencia que, como todo lenguaje, tiene su propia gramática, además existe una técnica a partir de la que cual surgirán los instrumentos que lo posibiliten, de modo que por un lado la persona encuentre las características de su propia personalidad expresiva y, por otro, se establezcan elementos comunes para la comunicación con los demás.

2. *Análisis de los instrumentos.* Se trata de localizar los instrumentos que existen en este momento para medir los principales aspectos de la expresión corporal y que estén relacionados con el autoconcepto, éstos son: SDQ III, STAI, ISRA, MMPI, EPQR, MPS.

3. *Realización de consultas a profesionales.* Se trata de solicitar a diversos profesores, ocho en concreto, que imparten la asignatura de Expresión Corporal en la Titulación de Maestro de la Especialidad de Educación Física, procedentes de Universidades de Andalucía, Aragón, Cataluña y Comunidad Valenciana y, con una media de experiencia de ocho años de enseñanza en esta materia, la revisión de una serie de ítems sobre expresión corporal. Se trata de que como expertos realicen una valoración de la escala por el Sistema de Jueces. A tal efecto, se confecciona una escala compuesta por 142 ítems agrupados en 6 posibles factores:

La significación que se infiere de cada uno de estos factores es la siguiente:

1. *Emocional.* Se refiere al autoconcepto en relación a aspectos de control emocional tales como ansiedad, nerviosismo, optimismo, depresión, tensión y grado de preocupación por las cosas.
2. *Habilidades de expresión/comunicación corporal.* Este factor relaciona el autoconcepto con habilidades y contenidos específicos de la expresión corporal.
3. *Solución de problemas.* Este factor se refiere al autoconcepto relacionado con la capacidad creativa del sujeto, combinar ideas de forma original, el gusto por la imaginación y la originalidad, el disfrute e interés por inventar formas nuevas de solucionar problemas.
4. *Apariencia física.* Este factor establece la relación del autoconcepto del individuo en referencia al grado de atractivo físico, aspecto, belleza y estructura corporal entre otros aspectos.
5. *Relación con las personas del mismo sexo.* Este factor relaciona el autoconcepto con la capacidad del individuo para establecer relaciones adecuadas con las personas de su mismo sexo.

6. *Relación con las personas del sexo opuesto.* Este factor se refiere al autoconcepto respecto a la capacidad del individuo para establecer relaciones apropiadas con las personas del sexo opuesto.

Los factores y su correspondiente número de ítems remitidos a los expertos se encuentran en la Tabla 1.

TABLE 1
FACTORES E ÍTEMS DE LA ESCALA INICIAL

Factor	Número de ítems
Apariencia física	19
Habilidades de expresión/comunicación corporal	43
Emocional	40
Solución de problemas	13
Relación con personas del mismo sexo.	14
Relación con personas del sexo opuesto	13

De este modo, se sugirió a los expertos que analizaran todos los ítems y valorasen si eran adecuados o no. Al mismo tiempo se les solicitó que aportaran aquellos ítems que consideraran importantes para medir esos factores u otros.

4. *Confección inicial de la escala.* Con la información remitida por los profesionales, confeccionamos una escala que, de nuevo, volvió a remitirse a los expertos para su valoración definitiva.

5. *Análisis por los jueces.* Posteriormente, teniendo en cuenta la concordancia entre jueces y tomando como referencia a Rivas (1980), que acepta como adecuados aquellos ítems cuya concordancia entre jueces sea mayor o igual al 75%, elaboramos una escala de expresión corporal con la finalidad de llevar a cabo el trabajo de investigación.

6. *Aplicación de la escala a la muestra.* Una vez confeccionada la escala se remitió ésta al profesorado de la Universidad de Sevilla y de la Universidad Jaume I de Castellón con las instrucciones pertinentes para su aplicación. En ambos casos esta aplicación no presentó problemas.

RESULTADOS

Análisis de ítems y fiabilidad

El análisis del cuestionario ha sido realizado con el paquete estadístico SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versión 9.0 y ha comprendido varias partes. En primer lugar se han calculado los estadísticos descriptivos y el índice de homogeneidad corregida de cada uno de los ítems de la escala inicial. Posteriormente se ha obtenido la consistencia interna (alfa) de cada factor en la escala original. En la Tabla 2 se pueden observar algunos de los valores obtenidos en este primer análisis. Hay que señalar que,

debido a la gran cantidad de resultados obtenidos, hemos optado por mostrar únicamente los estadísticos descriptivos y la consistencia interna de cada factor.

TABLA 2
ESTADÍSTICOS DE LOS FACTORES Y SU CORRESPONDIENTE ALFA

Factor	Media	Desviación típica	Alfa
Apariencia física	5,18	1,62	0,87
Habilidades de expresión/comunicación corporal	4,84	1,68	0,92
Emocional	4,55	1,81	0,88
Solución de problemas	5,23	1,54	0,79
Relación con personas del mismo sexo	5,78	1,47	0,80
Relación con personas del sexo opuesto	5,59	1,52	0,81
Total	5,19	1,60	0,84

En la evaluación de los ítems se ha tenido en cuenta, siguiendo a DeVellis (1991), el valor de la media y la desviación típica de cada ítem. En cuanto al índice de homogeneidad (correlación corregida de cada ítem con el total) se han conservado aquellos ítems con valores superiores a 0,4. La fiabilidad de la escala se ha calculado a través de la consistencia interna del cuestionario o alfa de Cronbach.

Atendiendo a criterios estadísticos y, tras la eliminación de ciertos ítems, la versión final de la escala está compuesta por 29 ítems (ver Anexo 1). Todos los ítems se responden mediante una escala tipo Likert de 8 puntos, donde 1 indica «definitivamente falso» y 8 «definitivamente verdadero». Las escalas tipo Likert constituyen una de las técnicas de medida más utilizada por los científicos de la conducta (Cañadas y Sánchez, 1998). Siguiendo las recomendaciones de Spector (1992) y, con la finalidad de evitar en los sujetos una tendencia a la respuesta, se han utilizado tanto ítems directos como inversos.

La escala recoge los siguiente aspectos o factores:

A: Apariencia física (1, 5, 13, 20 y 26).

H: Habilidades de expresión/comunicación corporal (3, 6, 15, 21 y 28).

E: Emocional (2, 8, 9, 22 y 25).

P: Solución de problemas (16, 18, 23, 24 y 29).

M: Relación con personas del mismo sexo (4, 7, 10, 12 y 19).

O: Relación con personas del otro sexo (11, 14, 17 y 27).

A continuación, se pueden observar en la Tabla 3 los diferentes estadísticos correspondientes a los ítems de la escala definitiva.

La fiabilidad del cuestionario se ha calculado mediante el estudio de su consistencia interna, ésta se ha realizado a través del coeficiente alfa de Cronbach para cada uno de los factores y para el cuestionario global (ver Tabla 4). Como se puede observar todos los factores tienen un coeficiente entre 0,74 y 0,87, por tanto siempre superior al valor

TABLA 3
 ESTADÍSTICOS DESCRIPTIVOS, ÍNDICE DE HOMOGENEIDAD Y ALFA SI SE
 ELIMINA EL ÍTEM

Ítem	Media	Desviación Típica	R Item-Total	Alfa si se elimina el ítem
Ítem 1	5,51	1,60	0,75	0,84
Ítem 2	4,53	1,91	0,52	0,83
Ítem 3	4,76	1,54	0,78	0,81
Ítem 4	6,23	1,42	0,60	0,70
Ítem 5	6,50	1,75	0,61	0,86
Ítem 6	5,23	1,51	0,67	0,84
Ítem 7	6,23	1,39	0,55	0,72
Ítem 8	4,34	2,11	0,73	0,77
Ítem 9	5,66	1,76	0,71	0,78
Ítem 10	6,41	1,14	0,60	0,71
Ítem 11	5,36	1,72	0,46	0,73
Ítem 12	5,32	1,78	0,44	0,77
Ítem 13	4,85	1,59	0,72	0,84
Ítem 14	5,91	1,20	0,45	0,72
Ítem 15	4,82	1,49	0,61	0,86
Ítem 16	4,88	1,56	0,53	0,82
Ítem 17	6,11	1,49	0,60	0,64
Ítem 18	5,05	1,42	0,61	0,80
Ítem 19	6,00	1,21	0,57	0,72
Ítem 20	4,91	1,55	0,17	0,84
Ítem 21	4,76	1,66	0,70	0,83
Ítem 22	4,84	1,89	0,72	0,77
Ítem 23	4,60	1,45	0,64	0,79
Ítem 24	5,02	1,41	0,70	0,77
Ítem 25	3,78	1,80	0,51	0,83
Ítem 26	5,58	1,61	0,73	0,83
Ítem 27	5,92	1,38	0,65	0,61
Ítem 28	5,17	1,60	0,67	0,84
Ítem 29	5,10	1,51	0,65	0,79

de 0,7, considerado como aceptable por Nunnally (1987). Por su parte, la fiabilidad total del cuestionario arroja un valor de 0,87, en este sentido DeVellis (1991) coincide con Nunnally (1987) en considerar como muy bueno un valor entre 0,80 y 0,90. El coeficiente de fiabilidad indica la precisión de los resultados y, señala la cuantía en que las medidas de la prueba están libres de errores casuales. Así, en nuestro caso indica que el 87% de varianza del cuestionario se debe a la auténtica medida y el resto a errores aleatorios.

TABLA 4
FIABILIDAD DE LOS FACTORES Y DEL TOTAL DEL CUESTIONARIO FINAL

Factor	Número de ítems que saturan en cada factor	Fiabilidad
Apariencia física (A)	1, 5, 13, 20 y 26	0,87
Habilidades de expresión corporal (H)	3, 6, 15, 21 y 28	0,87
Factor emocional (E)	2, 8, 9, 22 y 25	0,83
Solución de problemas (P)	16, 18, 23, 24 y 29	0,83
Relación con personas del mismo sexo (M)	4, 7, 10, 12 y 19	0,77
Relación con personas del otro sexo (O)	11, 14, 17 y 27	0,74
Total del cuestionario	29 ítems	0,87

Distribución de los factores y baremos

Para comprobar la distribución normal del cuestionario se ha realizado la prueba de normalidad de Kolmogorov-Smirnov, la cual ha resultado significativa para cada factor y para la puntuación total del cuestionario ($Z = 0,916$; $p = 0,371$). Por ello, a continuación (ver Tabla 5) se pueden observar los baremos correspondientes a cada uno de los factores.

Validez

Para el estudio de la validez de constructo, o lo que es lo mismo, la entidad, el rigor y la existencia de un marco teórico coherente del constructo medido (Muñoz, 1998), se ha realizado un análisis factorial exploratorio. Previamente se ha analizado si la matriz de correlaciones de las variables del cuestionario es una matriz apropiada para dicho análisis factorial, para ello en primer lugar se ha calculado el test de esfericidad de Barlett (Test de Barlett = 4043,542; g.l. = 406; $p < 0,0001$), por lo que se ha rechazado la hipótesis nula de que la matriz de correlaciones de las variables es una matriz identidad, aceptándose que existen intercorrelaciones significativas y probablemente altas. En segundo lugar se ha calculado el coeficiente de Kaiser-Meyer-Olkin obteniéndose un valor de $KMO = 0,840$, lo cual indica que la matriz es adecuada para el análisis factorial (Bisquerra, 1989).

TABLA 5
PERCENTILES DE LOS DIFERENTES FACTORES Y DE LA PUNTUACIÓN TOTAL

Percentiles	A	H	E	P	M	O	Total
5	15	13	10	15	21	16	119
10	19	17	12	18	24	18	128
15	20	18	14	20	25	19	133
20	22	19	17	20	26	19	135
25	24	21	18	21	27	20	138
30	24	22	19	22	28	21	143
35	25	23	21	22	29	22	145
40	27	23	22	23	30	23	148
45	27	24	23	24	30	23	151
50	28	25	24	25	31	23	154
55	29	26	25	25	32	24	158
60	30	27	26	26	32	25	161
65	31	28	27	26	33	25	163
70	31	28	28	27	33	26	165
75	32	29	28	28	34	27	168
80	33	30	29	29	35	27	171
85	34	31	31	30	35	28	174
90	35	32	33	32	36	28	178
95	36	35	34	35	37	30	188
Media	27	24	23	24	30	23	153
D. Típica	6	6	7	5	6	4	21

El método de extracción utilizado en el análisis factorial ha sido el de ejes principales y la rotación varimax de Kaiser. La agrupación de ítems en cada factor, así como las correspondientes saturaciones, se puede observar en la matriz factorial rotada (ver Tabla 6).

Como se puede observar la estructura ofrecida por el análisis realizado confirma la estructura de 6 factores, los cuales explican el 53,4 % de la varianza (ver Tabla 7).

TABLA 6
MATRIZ FACTORIAL ROTADA

Ítems	Factor 1 (A)	Factor 2 (H)	Factor 3 (E)	Factor 4 (P)	Factor 5 (M)	Factor 6 (O)
Ítem 13	0,761					
Ítem 1	0,761					
Ítem 20	0,739					
Ítem 26	0,738					
Ítem 5	0,685					
Ítem 3		0,862				
Ítem 6		0,731				
Ítem 21		0,728				
Ítem 28		0,684				
Ítem 15		0,627				
Ítem 8			0,818			
Ítem 22			0,760			
Ítem 9			0,740			
Ítem 2			0,573			
Ítem 25			0,562			
Ítem 24				0,726		
Ítem 23				0,690		
Ítem 29				0,655		
Ítem 18				0,616		
Ítem 16				0,591		
Ítem 7					0,676	
Ítem 10					0,663	
Ítem 4					0,661	
Ítem 19					0,594	
Ítem 12					0,455	
Ítem 27						0,798
Ítem 17						0,650
Ítem 11						0,513
Ítem 14						0,470

TABLA 7
COMUNALIDADES

Factor	Valor propio	% varianza	% acumulado
Factor 1 (A)	2,974	10,255	10,255
Factor 2 (H)	2,974	10,255	20,510
Factor 3 (E)	2,780	9,587	30,097
Factor 4 (P)	2,475	8,534	38,632
Factor 5 (M)	2,296	7,916	46,548
Factor 6 (O)	1,991	6,866	53,414

Discusión

Del estudio que presentamos sobre la elaboración de una escala de expresión corporal, podemos concluir que:

El objetivo general que nos hemos propuesto se ha llevado a término, ya que el análisis de la escala ofrece unos resultados psicométricos adecuados.

La escala responde a la formulación teórica que hemos planteado.

Los ítems que componen dicha escala presentan saturaciones altas en cada uno de los correspondientes factores.

Atendiendo a criterios estadísticos se eliminaron del cuestionario una serie de ítems, tras lo cuál se llegó a elaborar una escala de 29 ítems con una consistencia interna de 0,87, frente a la escala inicial de 140 ítems con una consistencia interna de 0,84.

En definitiva, estos resultados nos permiten concretar un primer estudio, en nuestro país, sobre la elaboración de una escala de expresión corporal para población universitaria. En base a ello, en estudios posteriores se concretará la elaboración final de la misma.

REFERENCIAS

- Antonelli, F. y Salvini, A. (1982). *Psicología del Deporte*. Valladolid: Miñón.
- Bertherat, T. y Berstein, C. (1987). *El cuerpo tiene sus razones*. Barcelona: Paidós.
- Bisquerra, R. (1989). *Introducción conceptual al análisis multivariante* (Vol. I). Barcelona: PPU.
- Cañadas, I. y Sánchez, A. (1998). Categorías de respuesta en escalas tipo Likert. *Psicothema*, 10, 623-631.
- Casimiro, A.J. (2000). Autoconcepto del joven en función de su nivel de condición física y de sus hábitos de vida. *Efdeportes.com* [En red], 24. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd24b/autocon.htm>
- DeVellis, R. (1991). *Scale development. Theory and Applications*. Newbury Park, CA: Sage.
- Gil, J., Liso, A. y Esteras, P. (2001). Expresión corporal como medio de integración y relación. [En red]. Disponible en: <http://www.educa.aragob.es/cprcalat/jornada-seef/la.htm>

- Gimeno, J. y Pérez, A.I. (1999). *Comprender y transformar la enseñanza*. Madrid: Morata.
- Gomendio, M. y Maganto, C. (2000). Eficacia y mejora del desarrollo psicomotor, del autoconcepto y de la socialización a través de un programa de actividades físicas. *Revista de Educación Física y Deportes*, 61, 34-40.
- González, F. (2001). *La educación como tarea humanizadora*. Madrid: Anaya.
- González, C., Tourón, J. y Gaviria, J.L. (1994). Validación del cuestionario de autodescripción de Marsh (SDQ-I) en el ámbito español. *Revista de Investigación Educativa*, 24, 7-26.
- Goñi, A. y Zulaika, L.M. (1999). La participación en el deporte escolar y el autoconcepto en escolares de 10 a 11 años de la provincia de Guipúzcoa. *Revista Apunts*, 59, 6-10.
- Gordon, R. (1991). *El lenguaje del cuerpo*. Madrid: Pirámide.
- Gruber, J.J. (1986): Physical activity and self-esteem development in children: A meta-analysis. *American Academy of Physical Education Papers*, 19, 30-48.
- Kesselman, S. (1985). *Dinámica corporal*. Madrid: Fundamentos.
- Kesselman, S. (1990). *El pensamiento corporal*. Barcelona: Paidós.
- Lapierre, A. y Aucouturier, B. (1980). *El cuerpo y el inconsciente en educación y terapia*. Barcelona: Científico-Médica.
- Le Boulch, J. (1997). *El movimiento en el desarrollo de la persona*. Barcelona: Paidotribo.
- Le Du, J. (1981). *El cuerpo hablado. Psicoanálisis de la expresión corporal*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Levieux, F. y Levieux, J.P. (1988). *Expression corporelle. Les apprentissages*. París: EPS.
- Lowen, A. (1988). *El lenguaje del cuerpo*. Barcelona: Herder.
- Lowen, A. (1990). *La espiritualidad del cuerpo*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Maccio, C. (1998). *Práctica de la expresión*. Narcea: Madrid.
- Machargo, J. (1991). *El profesor y el autoconcepto de sus alumnos*. Madrid: Escuela Española.
- Muñiz, J. (1998). La medición de lo psicológico. *Psicothema*, 10, 1-21.
- Murdock, M. (1996). *Tú sabes tú puedes*. Madrid: Laia.
- Nunnally, J.C. (1987). *Teoría Psicométrica*. México: Trillas.
- Oliver, M.J. (2002). *Expresión/Comunicación Corporal y autoconcepto. Estudio diseño de instrumentos de medida para estudiantes universitarios*. Tesis doctoral no publicada, Universitat Jaume I de Castellón.
- Oñate, P. (1989). *El autoconcepto: Formación, medida e implicaciones en la personalidad*. Madrid: Narcea.
- Ortiz, M. (1988). La expresión corporal en la formación inicial y permanente de maestro especialista en Educación Física. Propuesta aplicada al desarrollo de práctica dirigidas al profesorado. *Askesis*, [En red], 1. Disponible en: <http://www.akesis.arrakis.es/numero1/mar1.htm>.
- Rivas, F. (1980). *Elementos de Psicometría*. Valencia: Servei de Publicacions de la Universitat de València.
- Riveiro, L. (1997). Reflexiones sobre cuerpo, movimiento e interpretación. *Revista Eufonía*, 7, 71-80.
- Schinca, M. (1988). *Expresión corporal. Bases para una programación teórico práctica*. Madrid: Escuela Española.

- Schinca, M. (1989). *Psicomotricidad, ritmo y expresión corporal*. Madrid: Escuela Española.
- Smith, T.L. (1986). Self concepts of youth sport participants and nonparticipants in grades 3 and 6. *Perceptual and Motor Skills*, 62, 863-866.
- Spector, P.E. (1992). *Summated Rating Scale Construction. An Introduction*. Newbury Park, CA.: Sage.
- SPSS (1999). *SPSS 9.0 Base System Reference Guide*. Chicago: SPSS Inc.
- Tap, P. (1991). Estime de soi et promotion par l'activité sportive. *Eps*, 34, 303-308.
- Tembrick, T. (1981). *Evaluación: Guía práctica para profesores*. Madrid: Narcea.

Anexo 1 CUESTIONARIO AUTODESCRIPTIVO DE EXPRESIÓN/COMUNICACIÓN CORPORAL

Caballer, A., Oliver, M. J. y Gil, J. M. (2001)

Nombre:.....
 Edad: Sexo: V M
 Estudios:
 Fecha de aplicación del cuestionario:.....

- | | |
|----------------------------|------------------------------|
| 1. Definitivamente falso | 5. Más verdadero que falso |
| 2. Falso | 6. Mayormente verdadero |
| 3. Mayormente falso | 7. Verdadero |
| 4. Más falso que verdadero | 8. Definitivamente verdadero |

- 1 Me siento satisfecho/a de mi físico. (A)
- 2 Tiendo a estar muy tenso/a y poco relajado/a. (E)*
- 3 Soy bueno/a realizando actividades de expresión corporal. (H)
- 4 Tengo muchos/as amigos/as de mi mismo sexo. (M)
- 5 Soy gordo/a. (A)*
- 6 Disfruto cuando practico actividades de expresión/comunicación corporal. (H)
- 7 Me entiendo poco con las personas de mi mismo sexo. (M)
- 8 Mi estado de ánimo sufre, con frecuencia, altibajos. (E)*
- 9 Estoy con frecuencia deprimido/a. (E)*
- 10 Por lo general, me llevo bien con las personas de mi mismo sexo. (M)
- 11 Soy tímido/a con las personas del sexo opuesto. (O)*
- 12 La mayor parte de la gente tiene más amistades de su mismo sexo que yo. (M)*
- 13 Tengo un cuerpo atractivo. (A)
- 14 La mayoría de las personas del sexo opuesto, que conozco, tienen una opinión positiva de mí. (O)
- 15 Poseo muchas habilidades de expresión/comunicación corporal. (H)
- 16 Disfruto inventando formas nuevas de resolver problemas. (P)

- 17 Me resulta difícil compartir actividades con personas del sexo opuesto. (O)*
- 18 Me resulta fácil resolver problemas. (P)
- 19 Hago amistad fácilmente con personas de mi mismo sexo. (M)
- 20 Soy una persona físicamente atractiva. (A)
- 21 Siempre se me han dado bien las actividades relacionadas con la expresión/comunicación corporal. (H)
- 22 Casi nunca estoy deprimido/a. (E)
- 23 Soy capaz de inventar cosas con una facilidad extraordinaria. (P)
- 24 Soy bueno/a resolviendo problemas. (P)
- 25 Después de una mala experiencia me preocupo durante mucho tiempo. (E)*
- 26 Físicamente me siento feliz conmigo mismo/a. (A)
- 27 Me encuentro cómodo/a cuando hablo con personas del sexo opuesto. (O)
- 28 Tengo facilidad para las actividades físicas que requieren coordinación y sentido del ritmo. (H)
- 29 Soy una persona imaginativa y creativa. (P)

Nota: * Ítems inversos.

Factores:

A: Apariencia física.

H: Habilidades de expresión/comunicación corporal.

E: Emocional.

P: Solución de problemas.

M: Relación con personas del mismo sexo.

O: Relación con personas del otro sexo.

Fecha de recepción: 16 de mayo de 2003.

Fecha de aceptación: 22 de marzo de 2005.