

Aspectos psicológicos del baile: Una aproximación desde el enfoque de la pasión

Andres Chamarro,¹ Veronica Martos,² Eva Parrado¹ y Ursula Oberst²

¹Universidad Autónoma de Barcelona

²Universitat Ramon Llull

Resumen

El presente estudio pretende caracterizar a los practicantes de baile en relación al modelo dualístico de la pasión descrito por Vallerand. La pasión se define como una fuerte inclinación de la persona hacia una actividad considerada importante y autodefinitoria. Vallerand et al. (2003) proponen un modelo dualístico constituido por dos tipos de pasión: la pasión armoniosa y la obsesiva. La pasión armoniosa es el resultado de una internalización autónoma de la actividad, es decir, está integrada por razones intrínsecas del individuo, y pasa a formar parte de su identidad. La pasión obsesiva es consecuencia de una internalización controlada por motivos contingentes a la práctica de la actividad en cuestión, como por ejemplo la aceptación social, que produce una fuerte y poco adaptativa adhesión a la misma. Las hipótesis que se plantean en este estudio consideran que tanto los practicantes que se dedican profesionalmente al baile, como los que participan en competiciones presentarán mayores niveles de pasión obsesiva, y que los practicantes con más años de experiencia obtendrán puntuaciones más elevadas tanto en pasión obsesiva como en pasión armoniosa. En contra de lo esperado, los bailarines profesionales y competidores no presentan una mayor pasión obsesiva, sino que es la pasión armoniosa la que se incrementa con las horas de práctica. Concluimos que los participantes no viven la práctica del baile como una actividad sometida a modas y aceptación social, sino que más bien se trata de una práctica que contribuye al bienestar de los individuos y compatible con otras actividades de la vida cotidiana.

Palabras clave: pasión obsesiva, pasión armoniosa, baile.

Correspondencia:

Andres Chamarro.

Facultad de Psicología - Universidad Autónoma de Barcelona

Edificio B. Campus de Bellaterra. 08193 Bellaterra.

andres.chamarro@uab.es

Introducción

Desde hace algunos años, la psicología se ha centrado en aquello que hace más satisfactoria la vida de las personas. En este sentido, se pone énfasis en el análisis de conductas que estén relacionadas con estados positivos de las personas. Algunas de estas conductas son los deportes y las actividades de ocio, que pueden llegar a convertirse en auténticas pasiones para aquellos que los practican. La realización de estas actividades voluntarias responde a la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de competencia, autonomía y relación (Deci y Ryan, 2000). Una de estas actividades es el baile (Rip, Fortin y Vallerand, 2006; Washabaugh, 1998).

El baile deportivo y la danza son disciplinas que consisten en la realización de movimientos, diferentes de los propios de la actividad física diaria, intencionalmente rítmicos, estéticos y de acuerdo con patrones culturales (Hanna, 1995). Ambas disciplinas cuentan con una larga tradición y son tremendamente populares, tanto para sus practicantes, como para los espectadores y los medios de comunicación. Frecuentemente se practica en parejas o grupos, lo que requiere cooperación y comunicación de intenciones mediante contacto corporal, constituye, por lo tanto, una forma de “lenguaje corporal”. Así, el objetivo es que las parejas o grupos se muevan con una cierta unidad, se comuniquen con el movimiento y sigan la música (Cantón y Checa, 2011; Tremayne y Ballinger, 2008). Desde un punto de vista psicológico, tanto los practicantes aficionados como profesionales se enfrentan a una actividad que requiere un elevado dominio de la motricidad para que los movimientos puedan ser ejecutados con elegancia, sin esfuerzo aparente y transmitiendo sentimientos, a lo que se añade una buena capacidad de comunicación, de control de la ansiedad durante la ejecución y de vivencia de los movimientos. En definitiva, se trata de ejecutar una rutina compartida de movimientos ante una audiencia, al mismo tiempo que se mantiene la conciencia de la ejecución y se ofrece una experiencia que llegue a los espectadores: una ejecución que sea artística (Klockare, Gustaffson y Nordin-Bates, 2011). El baile deportivo y la danza tienen requisitos comunes, tanto desde el punto de vista psicológico como físico, con deportes como la gimnasia rítmica, el aeróbic o el patinaje artístico, los denominados *deportes estéticos* (Nordin y Cumming, 2008).

Amado, Leo, Sánchez-Miguel, Sánchez-Oliva y García-Calvo (2011) han mostrado que los practicantes de danza experimentan estados de fluidez, en los que están totalmente absorbidos momentáneamente por lo que hacen, lo que contribuye a que esta actividad sea una fuente de vivencias satisfactorias. La intrincada combinación de movimiento, ritmo y música posibilita experiencias de bienestar, diversión y toma

de conciencia que permiten combatir la tensión y los efectos negativos del estrés (Hanna, 1995).

Por otro lado, la pasión es un concepto que ha recibido poca atención por parte de los psicólogos. De hecho, hasta hace relativamente poco, los únicos estudios empíricos que se habían realizado sobre el tema tenían como objeto de estudio la pasión romántica o amorosa (Vallerand et al., 2003). Pero ha sido recientemente cuando la pasión por las actividades se ha convertido en objetivo de investigación empírica. Desde este punto de vista, la pasión tiene que ver con la forma en que se practica una actividad, el objeto de la pasión, y la forma en que ésta es vivida por la persona, al llegar a formar parte de su identidad. Entendemos entonces la pasión como una fuerte preferencia de la persona hacia una actividad que considera importante en su vida, que la autodefine, le gusta y a la cual dedica tiempo y energía (Vallerand, 2010).

Un marco conceptual adecuado para entender la pasión puede ser el modelo dualístico de la pasión desarrollado por Vallerand et al. (2003), que distingue entre dos tipos de pasión: la armoniosa y la obsesiva. La pasión armoniosa se considera el resultado de la internalización de la actividad en la propia identidad, lo que ocurre cuando se acepta libremente la actividad apasionante como importante para uno mismo, sin importar si cuenta con apoyo social para mantenerse en la actividad. Pese a ocupar un lugar destacable en la propia identidad, su presencia no es aplastante y deja espacio a otros intereses vitales, sin ir en detrimento de otros intereses en otros ámbitos. Otra característica de la implicación apasionada en la actividad es que ésta es totalmente voluntaria y flexible. Además, este tipo de pasión está en armonía con actividades desarrolladas en diferentes ámbitos y diferentes actividades de la vida, por lo que se propone que conduce a una persistencia flexible; cuando uno posee pasión armoniosa se controla la actividad de tal manera que, cuando las condiciones se hacen nocivas, la implicación en la actividad se limita o incluso se detiene. En contraste, la pasión obsesiva se postula como el resultado de una internalización controlada de la actividad en la propia identidad, lo que ocurre cuando en la actividad apasionante se asocia a contingencias inter o intra personales, como los sentimientos de autoestima, la aceptación social o la excitación incontrolable. La pasión obsesiva se caracteriza por una sobreidentificación con la actividad apasionante, como cuando la actividad ocupa todos los pensamientos y desborda la identidad. En esta situación se valora la actividad apasionante por encima de otros intereses de la vida. Con la pasión obsesiva se experimenta presión interna para implicarse en la actividad; no se controla la participación y se llega a experimentar conflicto entre la actividad y otras actividades e intereses. Además, pueden aparecer afectos negativos y pensamientos obsesivos en torno a la actividad cuando

uno no la está practicando, por tanto se postula que la pasión obsesiva conduce a una persistencia rígida en la actividad, porque con este tipo de pasión uno es controlado por la actividad, por lo que la persistencia se produce incluso ante situaciones que suponen elevados costes personales e interpersonales.

Los resultados de la investigación dan apoyo al modelo dualístico de la pasión. De acuerdo con los resultados previos, los dos tipos de pasión están asociados con diferentes estados afectivos, cogniciones y conductas que son teóricamente compatibles con la definición del concepto. Por ejemplo, la pasión obsesiva está relacionada con una forma más rígida y conflictiva de participación en la actividad que limita la total inmersión en la tarea y, al mismo tiempo, facilita la experimentación de afectos negativos durante la inmersión en la actividad. En contraste, la pasión armoniosa muestra correlaciones positivas con medidas de flujo y afecto positivo durante la inmersión en la actividad (Vallerand et al., 2007). En relación con la identificación con la actividad, Vallerand et al. (2003) sugieren que la valoración de la actividad es un proceso clave en la transformación del interés por una actividad en pasión. La identidad se refiere a las experiencias y rasgos más relevantes de la actividad que se espera que afecten a los pensamientos, afectos y conducta (Markus, 1977), así se asume que la pasión contribuye a la formación de la identidad y que las personas que son apasionadas por la montaña, por ejemplo, serían algo más que simples practicantes. La investigación también ha demostrado la fiabilidad y validez del instrumento diseñado para evaluar la pasión. La escala de la pasión cuenta con dos subescalas cualitativamente diferentes, pero que miden un concepto más general de pasión, dado que ambas están correlacionadas positivamente, y también con el gusto por la actividad, el tiempo dedicado a la actividad, la valoración de la actividad y la percepción de que la actividad es apasionante (Vallerand et al., 2003).

De acuerdo con lo expresado anteriormente, nuestro estudio pretende utilizar el modelo dualístico de la pasión para caracterizar a los practicantes de baile. Concretamente, el objetivo de nuestro estudio se centra en analizar si existen diferencias en el tipo de pasión experimentada por los bailarines en función del número de horas de dedicación, los años de práctica y la experiencia en la competición. En este sentido, las hipótesis de partida que nos planteamos es que observaremos mayor pasión obsesiva en los bailarines que dediquen más horas a la práctica, en los bailarines con mayor experiencia en la competición, y mayor pasión tanto obsesiva como armoniosa en los bailarines que lleven más años practicando.

Método

1.Participantes

La muestra estuvo constituida por un total de 120 sujetos, 88 aficionados y 32 profesionales de baile (ver Tabla 1). La edad media de los participantes fue de 19.47 años ($df = 4.59$), con una media de 6.34 años de práctica ($df = 4.87$) y 3.09 años de experiencia en competición ($df = 3.30$).

2.Instrumentos

Se les administró un cuestionario con ítems relativos a la edad, el género, las horas de dedicación semanal, los años de práctica y los años de experiencia en la competición. Además, los participantes contestaron a la versión española de *La escala de la pasión* (Vallerand et al., 2003). La escala constaba de dos subescalas de seis ítems cada una, que evaluaban la pasión armoniosa y la pasión obsesiva, y de cuatro ítems criterio. Cada ítem se puntuaba a partir de una escala Likert de 7 puntos, que oscilaba entre “Totalmente en desacuerdo” y “Totalmente de acuerdo”. Por ejemplo, un ítem de pasión armoniosa era “Esta actividad está en armonía con otras cosas que son parte de mí”, y un ejemplo de ítem de pasión obsesiva era “Tengo dificultad para controlar la urgencia para practicar esta actividad”. La escala contaba también con cuatro ítems criterio, con las opciones de respuesta en escala Likert de 7 puntos que oscilaba entre “Totalmente en desacuerdo” y “Totalmente de acuerdo”, se pidió a los participantes que indicaran en qué grado valoraban la actividad, dedicaban tiempo y energía, y la consideraban una pasión. Se aceptó que si la puntuación en estos ítems era superior a cuatro puntos, los sujetos se consideran a sí mismos apasionados. Los cuatro ítems están intercorrelacionados en el presente estudio ($\alpha=.73$).

Resultados

En la Tabla 1 se muestran los resultados correspondientes al análisis descriptivo de la muestra. Se observa que la puntuación media para los ítems criterio de la pasión es de más de seis puntos, lo que indica que el baile es una actividad apasionante para sus practicantes. Además, las altas puntuaciones en la subescala de la pasión armoniosa indican que los sujetos se identifican con el baile, lo practican de buen grado y sin sentirse obligados a hacerlo. Las puntuaciones más bajas en la subescala de la pasión obsesiva sugieren que la práctica de esta modalidad depende menos de la aceptación social y que provoca pocos conflictos con otras actividades de su vida personal. No hay diferencias estadísticamente significativas en pasión criterio ($F = 1.13$ (1.118); $p > 0.05$), pasión armoniosa ($F = 2.26$ (1.118); $p > 0.05$) y pasión obsesiva ($F = 0.242$ (1.118); $p > 0.05$) entre los bailarines aficionados y profesionales.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de la muestra.

	Profesional		Aficionado		Total
	H	M	H	M	
	N=16	N=16	N=19	N=69	N=120
Edad	24.38 (4.47)	20.19 (3.85)	17.58 (1.84)	18.68 (4.57)	19.47 (4.59)
Horas	25.13 (16.32)	14.95 (7.59)	8.05 (4.37)	7.46 (3.88)	10.91 (9.48)
Años práctica	9.75 (4.45)	10.50 (5.85)	3.37 (3.37)	5.41 (3.87)	6.34 (4.79)
Años competición	6 (4.10)	5.94 (4.16)	1.47 (1.39)	2.20 (2.36)	3.09 (3.30)
Pasión					
Pasión criterio	26.60 (1.31)	26.06 (3.31)	25.21(4.74)	25.84 (2.40)	25.87 (2.90)
Pasión armoniosa	31.43 (3.09)	30.05 (3.09)	29.52 (3.40)	29.42 (4.40)	30.02 (4.16)
Pasión obsesiva	27.81 (4.41)	26.00 (6.79)	27.31 (3.10)	26.00 (6.33)	26.45 (6.11)

Para el análisis del tipo de pasión en función de las variables número de horas de dedicación, años de práctica y experiencia en la competición, se clasificó a los participantes en dos categorías para cada una de dichas variables, a partir de su puntuación media. Se agruparon en la categoría superior para cada variable a todos los participantes con una puntuación igual o superior al valor medio, y en la categoría inferior a los participantes con valores inferiores al valor medio. Una vez categorizadas las variables, se utilizó un análisis de varianza para determinar si existían diferencias significativas (Tabla 2). Los resultados muestran que no existen diferencias significativas en relación a las dos dimensiones de la pasión para ninguna de las variables. Únicamente se observaron diferencias significativas en lo que respecta a los ítems criterio de la pasión, en los que los participantes con mayor experiencia en la competición obtuvieron puntuaciones significativamente más bajas que los bailarines con menor experiencia.

Tabla 2. Comparación entre las categorías de las variables horas de práctica (menos de 11 horas: n=78; 11 o más horas: n=42), años de práctica (menos de 6 años: n=58; 6 o más años: n=62) y años de competición (menos de 3 años: n=66; 3 o más años: n=54) para las dimensiones de la pasión.

Dimensión de la pasión	Variable	Media	Desviación típica	F	p
Pasión armoniosa	<i>Horas práctica</i>				
	Menos 11 horas	29.72	4.22	1.22	.27
	11 o más horas	30.60	4.04		
	<i>Años práctica</i>				
	Menos 6 años	30.26	3.98	0.35	.55
	6 o más años	29.81	4.35		
	<i>Competición</i>				
	Menos 3 años	30.42	3.82	1.35	.25
	3 o más años	29.54	4.54		

Pasión obsesiva	<i>Horas práctica</i>				
	Menos 11 horas	26.04	6.29	1.01	.32
	11 o más horas	27.21	5.75		
	<i>Años práctica</i>				
	Menos 6 años	26.89	5.94	0.60	.44
	6 o más años	26.03	6.29		
Pasión criterio	<i>Competición</i>				
	Menos 3 años	26.99	5.43	1.125	.29
	3 o más años	25.80	6.85		
	<i>Horas práctica</i>				
	Menos 11 horas	25.50	3.10	3.79	.54
	11 o más horas	26.57	2.40		
	<i>Años práctica</i>				
	Menos 6 años	26.24	2.52	1.79	.18
	6 o más años	25.53	3.22		
	<i>Competición</i>				
	Menos 3 años	26.39	2.28	4.82*	.03
	3 o más años	25.24	3.45		

*p<0.05.

Dado que los dos tipos de pasión están correlacionados, se calcularon las correlaciones parciales entre cada tipo de pasión y las variables medidas, utilizando la otra pasión como covariable. Las correlaciones parciales se muestran en la Tabla 3. Los resultados muestran que no hay relación entre el tipo de pasión experimentada y el género, la edad y los años de práctica, si bien los que dedican más horas semanales al baile muestran mayor pasión armoniosa ($r_p = 0.199$; $p < .05$), pero no mayor pasión obsesiva ($r_p = 0.05$; $p > .05$). En definitiva, los bailarines que dedican más horas semanales a su actividad se muestran más apasionados por el baile y con una pasión armoniosa más elevada.

Tabla 3. Correlaciones parciales entre las dimensiones de la pasión y las variables género, edad, horas de práctica, años de práctica y años de competición.

	Género	Edad	Horas práctica	Años práctica	Años competición
Pasión obsesiva	-.100	-.039	-.053	-.087	-.090
Pasión armoniosa	-.007	.075	.199*	.050	-.050

*=p<.05

Discusión y conclusiones

En el presente estudio nos proponíamos caracterizar a los practicantes de baile deportivo desde el punto de vista del modelo de la pasión propuesto por Vallerand et al. (2003) y comprobar si se daban perfiles diferenciales en función de la intensidad de práctica. Nuestros resultados apoyan la consideración del baile como una actividad apasionante para

sus practicantes. Las puntuaciones por encima de la media en los ítems criterio de la escala de la pasión así lo indica. Adicionalmente, las puntuaciones elevadas en la subescala de la pasión armoniosa, combinadas con las puntuaciones más bajas en la subescala de pasión obsesiva, sugieren que los bailarines se sienten implicados en la práctica del baile, pero sin llegar a los niveles de presión interna que ha sido descrita en estudios previos (Rip, Fortin y Vallerand, 2006) y que conlleva un aumento del coste personal e incluso del riesgo de lesiones. De acuerdo con nuestros resultados y la literatura previa, los bailarines de nuestra muestra practican su actividad favorita sin tener en cuenta las opiniones de sus compañeros y en armonía con otras actividades diarias.

Los resultados obtenidos, aunque contradicen las hipótesis que se planteaban inicialmente, nos permiten caracterizar a los bailarines en relación al modelo dualístico de la pasión. En contra de lo esperado, los bailarines con mayor dedicación no presentan una mayor pasión obsesiva, sino que es la pasión armoniosa la que incrementa con las horas de práctica. Por lo tanto, se desprende que los participantes no viven la práctica del baile como algo obsesivo o sometido a modas y aceptación social, sino que se trata más bien de una práctica que podríamos calificar de sana, que contribuye al bienestar de los individuos y vive en consonancia con otras actividades de su vida cotidiana (Vallerand, 2008). Este resultado es prometedor, dado que sugiere que se trata de una actividad caracterizada por ser vivida como una actividad agradable, que pese al esfuerzo y dedicación que requiere, reporta a las personas que la practican vivencias satisfactorias (Hanna, 1995; Amado et al., 2011). Posiblemente, la cohesión entre los participantes y el entorno cómodo y seguro que se crea en las sesiones de baile (Klockare et al., 2011) contribuya a explicar estos resultados.

Hemos aportado pruebas en cuanto a la validez del modelo dual de la pasión cuando se trata de comprender la forma en bailarines participan en el ejercicio de su actividad favorita. Pese a ello, el estudio evidencia limitaciones derivadas de la naturaleza de la muestra, por lo que los resultados deberían ser replicados en muestras más heterogéneas y amplias que contemplen diferentes modalidades de baile y danza.

Referencias

- Amado, D., Leo, F.M., Sánchez-Miguel, P.A., Sánchez-Oliva, D. & García-Calvo, T. (2011). Interacción de la teoría de la autodeterminación en la fluidez disposicional en practicantes de danza. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 11, 7-17.
- Cantón, E. & Checa, I. (2011). Entrenamiento psicológico en baile deportivo y de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 20, 479-490.

- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Hanna, J. L. (1995). The power of dance: Health and healing. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 4, 323-331.
- Klockare, E., Gustaffson, H. & Nordin-Bates, S.M. (2011). An interpretative phenomenological analysis of how professional dance teachers implement psychological skills training in practice. *Research in Dance Education*, 12, 277-293.
- Markus, H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35, 63-78.
- Nordin, S. M. & Cumming, J. (2008). Exploring common ground: Comparing the imagery of dancers and aesthetic sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20, 375-391.
- Rip, B., Fortin, S. & Vallerand, R. J. (2006). The relationship between passion and injury in dance students. *Journal of Dance Medicine & Science*, 10, 14-20.
- Tremayne, P. & Ballinger, D. A. (2008). Performance enhancement for ballroom dancers: Psychological perspectives. *The Sport Psychologist*, 22, 90-108.
- Vallerand, R. (2008). On the psychology of passion: In search of what makes people's living most worth living. *Canadian Psychology*, 49, 1-13.
- Vallerand, R. J. (2010). On passion for life activities: The Dualistic Model of Passion. En M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 42, pp. 97-193). New York: Academic Press.
- Vallerand, R., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M. & Gagné, M. (2003). Les passions de l'Âme: On Obsessive and Harmonious Passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756-767.
- Vallerand, R., Salvy, S. J., Mageau, G. A., Elliot, A. J., Denis, P., Grouzet, F. M. E. & Blanchard, C. (2007). On the role of passion in performance. *Journal of Personality*, 75, 505-533.
- Washabaugh, W. (Ed.) (1998). *The Passion of Music and Dance: Body, Gender and Sexuality*. Oxford, UK: Berg Publishers.

Resum

El present estudi pretén caracteritzar els practicants de ball amb relació al model dualístic de la passió descrit per Vallerand. La passió es defineix com una forta inclinació de la persona vers una activitat considerada important i autodefinitòria. Vallerand et al. (2003) proposen un model dualístic constituït per dos tipus de passió: la passió harmoniosa i l'obsessiva. La passió harmoniosa és el resultat d'una internalització

autònoma de l'activitat, és a dir, és integrada per raons intrínseques de l'individu, i passa a formar part de la seva identitat. La passió obsessiva és conseqüència d'una internalització controlada per motius contingents a la pràctica de l'activitat en qüestió, com per exemple l'acceptació social, que produeix una forta i poc adaptativa adhesió a la mateixa. Les hipòtesis que es plantegen en aquest estudi consideren que tant els practicants que es dediquen professionalment al ball com els que participen en competicions presentaran majors nivells de passió obsessiva i que els practicants amb més anys d'experiència obtindran puntuacions més elevades tant en passió obsessiva com en passió harmoniosa. En contra del que s'esperava, els ballarins professionals i competidors no presenten una passió obsessiva més elevada, sinó que és la passió harmoniosa la que s'incrementa amb les hores de pràctica. Concloem que els participants no viuen la pràctica del ball com una activitat sotmesa a modes i acceptació social, sinó que més aviat es tracta d'una pràctica que contribueix al benestar dels individus i que és compatible amb altres activitats de la vida quotidiana.

Paraules clau: *Passió obsessiva, passió harmoniosa, ball.*

Abstract

This study aims to characterize dancers in relation to the dualistic model of passion described by Vallerand. Passion is defined as a person's strong inclination to an activity considered to be important and self-defining. Vallerand et al. (2003) proposed a dualistic model with two types of passion: harmonious passion and obsessive passion. Harmonious passion is the result of autonomously internalizing the activity, that is, it is made up of the individual's intrinsic reasons and becomes part of the individual's identity. Obsessive passion is the result of internalization guided by reasons contingent to that activity, such as social acceptance, which causes a strong and scarcely adaptive adhesion to the activity. We hypothesized that both professional dancers and competitive dancers would have higher scores in obsessive passion, and dancers with more years of experience would have higher scores in both obsessive passion and harmonious passion. Contrary to what we expected, professional dancers and competitive dancers do not show greater obsessive passion, but it is harmonious passion that increases with practice. We conclude that participants do not experience dance as an activity subject to fashion and social acceptance, but it is an activity that contributes to the individual's wellbeing and is compatible with other daily life activities.

Keywords: obsessive passion, harmonious passion, dance.