

Departamento de Psicología Social de la Universidad de Barcelona  
Programa de Doctorado «Influencia social: relaciones, procesos y efectos»  
*Bienio 1997-1999*

**ASPECTOS COMPLEJOS DEL TIEMPO LIBRE Y EL SÍ MISMO**  
Una investigación a partir de ejercicios teatrales

Tesis para optar al título de Doctor en Psicología

Doctorando José Vicente Pestana Montesinos

Directora y Tutora Dra. Núria Codina Mata

Barcelona, Marzo de 2007

## PARTE II



Todo aquello que es imperceptible  
exige la precisión.

J. Grotowski (1968)



## 5. PLANTEAMIENTO Y OBJETIVOS

### 5.1. Planteamiento del problema

La segunda parte de nuestro estudio comprende una aproximación empírica a aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo mediante ejercicios teatrales. La exposición de las principales orientaciones en la investigación de estos temas, realizada en apartados precedentes, ha permitido destacar propuestas, evidencias y contradicciones que es menester mencionar como preámbulo de esta parte del trabajo.

En líneas generales, la incorporación del paradigma de la complejidad en el análisis del tiempo libre, el sí mismo y las relaciones entre ambos es escasa; sin embargo, se encuentran excepciones que sirven de base a nuestro estudio. En relación con el tiempo libre, tenemos la Psicología del Tiempo Libre (Munné, 1980), orientación según la cual el tiempo libre es un fenómeno presente en el conjunto del comportamiento; ello es posible dada la presencia de auto y heterocondicionamientos al llevar a cabo cualquier actividad, siendo el predominio del autocondicionamiento la característica más próxima a la idea de tiempo libre. Dentro de esta orientación, se han señalado características borrosas (Codina, 1999a), no lineales y fractales (Munné, 1997c) para el tiempo libre. Por lo que se refiere al sí mismo, el modelo complejo del *self* (Munné, 1997a, 2000) permite integrar las tradiciones de estudio y los procesos básicos de las principales autorreferencias que conforman el sí mismo; principalmente, el autoconcepto, la autoestima, la autorrealización y la autoimagen.

La Psicología del Tiempo Libre y el modelo complejo del *self* han incorporado en su desarrollo un conjunto de presupuestos metodológicos para estudiar aspectos complejos. Específicamente, la Metodología Cualitativa Secuencial (Codina, 1998; 1999b; 2000; 2002; 2004b y c) ha considerado las premisas y los instrumentos que pueden favorecer una aproximación empírica a la no linealidad, la fractalidad y la borrosidad del tiempo libre y el sí mismo; respectivamente, al valorar los (auto, hetero)condicionamientos presentes al realizar actividades (Codina, 2002, 2004c), y al trabajar con las autodescripciones de quienes participan en el proceso de investigación (Codina, 2004b).

Además de las cuestiones de índole teórica y metodológica, la investigación de aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo ha de considerar, para nosotros, los ámbitos que posibilitan comportamientos predominantemente autocondicionados (más libres); y, en paralelo, una mayor expresión del sí mismo (i. e., autoexpresión). A este respecto, diversos trabajos destacan las actividades artísticas —y más específicamente, las actividades teatrales.

Las actividades teatrales aparecen estrechamente vinculadas a autorreferencias como la autoimagen, los roles y la automonitorización; no obstante, el comportamiento de representación —vinculado al teatro y presente en estas autorreferencias— pareciera contradecir la autenticidad a la que se aspira en otras autorreferencias como la autorrealización. En aras de resolver esta contradicción, hemos analizado los (auto, hetero)condicionamientos presentes en las principales modalidades del teatro en el estudio del comportamiento, a saber: el psicodrama de J. L. Moreno y prácticas afines; el análisis de la vida social como un drama, fundamentalmente a partir de las propuestas de E. Goffman; y la formación en interpretación, con base en el sistema de C. Stanislavski.

De este análisis de condicionamientos se desprende la importancia de orientar el teatro como actividad predominantemente autocondicionada, y con ello aproximarse al estudio de aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo; a este respecto, contribuciones puntuales han relacionado la manifestación de no linealidad, fractalidad y borrosidad con la práctica ejercicios teatrales, lo que sugiere la utilización de estas actividades en el estudio de la complejidad.

En síntesis, el problema de nuestra investigación empírica vincula cuatro cuestiones:

- profundizar en los desarrollos teóricos que, por una parte, consideran el tiempo libre como fenómeno complejo en el conjunto del comportamiento; y, por otra parte, los análisis que advierten sobre la importancia de estudiar la complejidad del sí mismo desde una orientación plural;
- explorar los presupuestos e instrumentos de la Metodología Cualitativa Secuencial en la aproximación a aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo;

- precisar y contrastar experimentalmente las relaciones entre aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo, y las posibilidades que ofrecen los ejercicios teatrales en la exploración de dichos aspectos; y
- valorar los ejercicios teatrales en la investigación de los mencionados aspectos complejos de tiempo libre y sí mismo.

## **5.2. Objetivos de la tesis**

### **5.2.1. *Objetivo general***

Valorar aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo mediante ejercicios teatrales.

### **5.2.2. *Objetivos específicos***

#### **5.2.2.1. *Tiempo libre***

Conocer las características de la temporalidad y la libertad en actividades realizadas en la cotidianidad, a partir de los siguientes indicadores (Codina, 1999a):

- tipo de actividades
- volumen de tiempo dedicado a las actividades durante 24 h.
- frecuencia de realización semanal de las actividades
- número de personas con quienes se llevan a cabo las actividades
- percepción de libertad (elección propia, obligatoriedad) y percepción de satisfacción (satisfacción, insatisfacción) al realizar las actividades.

#### **5.2.2.2. *Sí mismo***

Analizar las autodescripciones generales de los participantes, atendiendo a:

- la configuración de respuestas, y
- la vinculación entre autodescripciones generales y actividades realizadas en la cotidianidad.



### **5.2.2.3. Ejercicios teatrales**

Conocer las características de la temporalidad y la libertad en actividades realizadas en un taller de ejercicios teatrales, a partir de los siguientes indicadores (Codina, ídem):

- tipo de actividades
- percepción de libertad (elección propia, obligatoriedad) y percepción de satisfacción (satisfacción, insatisfacción) al realizar las actividades del taller.

Analizar las autodescripciones de los participantes referidas a la actividad teatral, considerando:

- la configuración de respuestas;
- las relaciones con las autodescripciones generales; y
- la vinculación entre autodescripciones referidas a la actividad teatral y los ejercicios del taller.

### **5.2.2.4. Aspectos complejos**

Indicar las manifestaciones de no linealidad, fractalidad y borrosidad en:

- la libertad percibida en las actividades realizadas en la cotidianidad
- las autodescripciones generales
- la vinculación entre autodescripciones generales y actividades realizadas en la cotidianidad
- las relaciones entre autodescripciones generales y autodescripciones referidas al teatro.
- la libertad percibida en las actividades realizadas en el taller de ejercicios teatrales
- la vinculación entre autodescripciones referidas a la actividad teatral y los ejercicios del taller.

## 6. MÉTODO

### 6.1. Participantes

El trabajo empírico se realizó con estudiantes de primer curso de la Facultad de Psicología de la Universidad de Barcelona, quienes realizaron un taller de ejercicios teatrales. A las dos primeras sesiones de la actividad asistieron 19 personas, cifra que se redujo a 13 hacia la mitad del taller, para quedar finalmente en 11 el número de participantes. Los motivos expuestos para declinar la asistencia fueron: solapamiento del taller con otras actividades académicas o laborales (en 5 casos), falta de interés (2 casos) y problemas familiares (1 caso).

De los 11 participantes, se consideraron para el análisis de resultados los datos de 8 de ellos; estas 8 personas fueron chicas con edades comprendidas entre los 18 y 29 años ( $M = 21$ ,  $DT = 3,78$ ). El tamaño de la muestra definitiva respondió a tres criterios: la participación en las actividades de todas las sesiones del taller, la cumplimentación de las diversas pruebas utilizadas y la asistencia a una entrevista tras finalizar el taller. Estos criterios no ignoran las dificultades que plantean con respecto a la extrapolación de los resultados obtenidos o la validación de aquellos aspectos teóricos fundamentados en la generalización con base en la representatividad sobre un universo o población.

Para poder destacar aportaciones de cada una de las participantes sin menoscabo de su anonimato, sus nombres se han cambiado por los seudónimos Núria, Montserrat, Paz, Julia, Alicia, Ada, Eulàlia y Elba. De ellas, las cuatro primeras habían hecho teatro en la escuela y Eulàlia había participado en un grupo de teatro de su barrio; las tres restantes habían tenido un interés general en las artes escénicas que no se había concretado hasta el momento.

### 6.2. Materiales

Durante la realización de las sesiones se hizo uso de la dotación del Laboratorio de Psicología Social de la Universidad de Barcelona; específicamente, dos cámaras de vídeo (con su correspondiente equipo de grabación) y el mobiliario de la sala: sillas y

mesas utilizadas durante la aplicación de las pruebas; cojines y pizarra móvil formaron parte de algunas improvisaciones por iniciativa de las participantes.

### 6.3. Instrumentos

La recogida de la información se realizó mediante cuestionarios y entrevistas. Los cuestionarios se basaron en el presupuesto de tiempo (PT) y en el *Twenty-Statement Test* (TST). La adaptación de dichas pruebas a los objetivos de la investigación dio como resultado seis instrumentos (v. Anexo 1, p. 243 y ss.):

- TST-G: versión general del *Twenty-Statement Test* donde se solicitaron veinte respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?». Se incluyó una hoja para ordenar jerárquicamente las respuestas y comentar la actividad realizada.
- TST-T: en este caso la pregunta a responder fue «¿Quién soy yo cuando hago teatro?», con añadidos similares a los del cuestionario anterior. Esta versión del *Twenty-Statement Test* había sido utilizada previamente en Pestana (2000b).
- PT-G: Presupuesto de tiempo donde las actividades realizadas «Ayer» se describieron de acuerdo con el tiempo dedicado a las mismas, la frecuencia de realización y el número de personas con quienes se llevan a cabo; además, se consideraron las percepciones de libertad (elección propia, obligatoriedad) y satisfacción (satisfacción, insatisfacción).
- PT-T: Presupuesto de tiempo en el que se valoraron las percepciones de libertad (elección propia, obligatoriedad) y satisfacción (satisfacción, insatisfacción) de los ejercicios teatrales realizados.
- PTST-G: cuestionario donde se indicó la relación entre las respuestas al TST-G y al PT-G, esto es, el grado de asociación entre cada respuesta a la pregunta «¿Quién soy yo?» y las actividades realizadas «Ayer».
- PTST-T: ídem cuestionario anterior, en este caso entre las respuestas del TST-T y del PT-T.

La entrevista realizada fue del tipo semi estructurada, y consideró los siguientes aspectos:

- Opinión de la experiencia realizada.

- Experiencia previa de las participantes en actividades teatrales o artísticas y — si aplicaba—, comparación entre éstas y el taller realizado.
- Aspectos descubiertos de sí mismas y sus compañeras. Ejercicios que contribuyeron al descubrimiento de estos aspectos.
- Momentos del taller recordados especialmente.
- Utilidad de la experiencia en otros aspectos de la vida.
- Otros comentarios que se quisieran hacer.

Además de estos temas, en las entrevistas se aclaró el sentido de algunas respuestas a los instrumentos para facilitar su análisis.

#### 6.4. Procedimiento

Como actividad previa al taller, se realizó una breve presentación de la investigación durante la segunda sesión de prácticas de la asignatura de psicología social (primer curso de la Licenciatura en Psicología, segundo semestre del curso 2001-2002), específicamente en los cinco grupos del turno de la mañana.

En esa oportunidad se informó acerca de: el tema de la investigación (empleo del tiempo, características de las personas y teatro); la realización de un taller de ejercicios teatrales como parte de la misma; la participación voluntaria al margen de la tarea docente (i. e., sin incidencia en la evaluación de la asignatura); y el lugar, días y horas para realizar la actividad (Laboratorio de Psicología Social, los miércoles de 14:30 a 17:30 horas). En respuesta a las cuestiones surgidas, se puntualizó que no se requería experiencia previa, y que los ejercicios teatrales se basaban en actividades tales como relajación, trabajo con objetos e improvisaciones, comunes a cursos básicos de actuación.

Al inicio de la primera sesión del taller, se informó acerca de: la confidencialidad de las actividades realizadas; la posibilidad de hacer grabaciones en vídeo; y el uso indistinto del catalán y el castellano durante la experiencia, de manera que quienes participasen se sintieran libres de expresarse en el idioma con el que estuvieran más identificados.

Durante las 8 sesiones del taller se aplicaron los instrumentos y se llevaron a cabo ejercicios teatrales. Las primeras siete sesiones se realizaron en grupo y la octava sesión (correspondiente a la entrevista) fue individual.

La secuencia de aplicación de instrumentos se llevó a cabo como parte de las actividades de las distintas sesiones del taller. El TST-G fue aplicado antes de realizar cualquier otra actividad, para intentar reducir al mínimo la influencia de circunstancias tales como el estudio en clase de temas relativos al sí mismo y sus formas de investigarlo; en cambio, el TST-T se aplicó una vez realizados diversos ejercicios teatrales. Las pruebas PT-G, PTST-G y el PT-T se aplicaron al inicio de la sesión correspondiente, de manera que no influyera la fatiga causada por otras actividades del taller. Asimismo, el cansancio fue tomado en cuenta para decidir —tras consultar con las participantes—, que el PTST-T se cumplimentaría antes de la entrevista, y no en la misma sesión 7 en que se había realizado el PT-T. La sesión 8 (correspondiente a la entrevista) se realizó de acuerdo con la disponibilidad de cada participante durante la semana que siguió a la finalización del taller; las entrevistas fueron grabadas en vídeo para permitir un desarrollo más libre de la situación, y facilitar la posterior transcripción y el análisis de sus contenidos.

En los ejercicios teatrales realizados, además de reflejar los aspectos descritos de relajación, uso de objetos, objetivos, obstáculos y circunstancias dadas, se tomaron en cuenta las opiniones y preferencias de quienes participaron en la experiencia. Por ejemplo, en la sesión 4 surgió el interés por el control de la respiración y emisión de la voz en escena; esto hizo que en sesiones posteriores se llevaran a cabo ejercicios relacionados con este aspecto —no contemplado inicialmente. Del mismo modo, otras actividades del taller se desarrollaron a partir de propuestas de las participantes (preparadas en ausencia del experimentador una vez explicado el ejercicio a realizar), o bien eligiendo un tema de entre varios sugeridos.

Para finalizar, es importante destacar que si bien los ejercicios se describen diferenciándose unos de otros, durante el proceso esto podía no ocurrir así: por ejemplo, desde una relajación similar a la realizada en distintas sesiones, se pasó a distintos ejercicios sobre objetivos sin solución de continuidad entre actividades. Esta característica no obstaculizó la identificación de ejercicios en el PT-T; sin embargo, planteaba dificultades para establecer el tiempo empleado en cada actividad. Por esta

razón, en la valoración de los ejercicios teatrales sólo se consideran las percepciones de libertad (elección propia, obligatoriedad) y satisfacción (satisfacción, insatisfacción).

## 6.5. Tratamiento de los datos

### 6.5.1. *Presupuestos de tiempo*

Las actividades realizadas «ayer» se clasificaron considerando tres elementos: el número de instrumentos analizados, el perfil de las participantes y las características de sus actividades que podían resultar de interés para nuestro análisis. Dado que se analizaron 8 PT-G, las actividades pudieron categorizarse sin producir grandes diferencias con las respuestas obtenidas, lo que contribuyó a la preservación de aportaciones originales.

La condición de estudiantes de quienes participaron en el estudio fue tomada en cuenta al diferenciar actividades específicas (clases en la Facultad, en otros lugares, búsqueda de bibliografía y estudio) dentro de la categoría más general de formación; en el caso de la interacción social, se consideró como una actividad general (subdividida en interpersonal, por teléfono, Internet y correo postal) debido a su importancia en el uso del tiempo (Glorieux, 1993) y en la conformación y desarrollo del sí mismo (tal como se expuso en el capítulo 2). Algunas actividades no se clasificaron deliberadamente como ocio o trabajo, puesto que son las percepciones de libertad (elección propia, obligatoriedad) y satisfacción (satisfacción, insatisfacción) las que permiten conocer los (auto, hetero)condicionamientos de cada actividad para quienes las realizan.

En lo que respecta a los ejercicios teatrales, éstos respondían a unas categorías establecidas a priori (relajación, uso de objetos, objetivos, etc.); sin embargo, se especifican de acuerdo con sus manifestaciones específicas en el taller: por ejemplo, las improvisaciones se subdividen en contar historias, presentaciones y los episodios de «parto en el avión», «viaje espacial», «sala de espera», «bandidas» o «bosque encantado» (estos cinco temas elegidos por las participantes).

De las valoraciones a las actividades registradas en los presupuestos de tiempo, se obtuvieron representaciones gráficas y estadísticas (medias, desviaciones típicas,

proporciones y coeficientes de correlación de Spearman  $r_s$ ) a partir del programa SPSS® (versión 11.01).

### 6.5.2. Twenty-Statement Tests

En el caso de las respuestas al TST-G y al TST-T, el análisis se ha centrado en las elaboraciones de las participantes a partir de sus autodescripciones, y las asociaciones entre éstas y las actividades realizadas. Más específicamente, se consideran los contenidos de las respuestas, su configuración (organización) y el grado de relación entre las autodescripciones —generales, referidas al teatro— y, según el caso, las ocupaciones cotidianas (PTST-G) o los ejercicios del taller (PTST-T).

Con este tratamiento de la información obtenida mediante las pruebas TST-G, TST-T, PTST-G y PTST-T se intentan seguir los principios desarrollados por Codina (1998, 1999b, 2005a) con respecto al estudio de aspectos complejos del sí mismo y su sistema de autorreferencias.

En líneas generales, el volumen de información obtenida ha hecho recomendable insertar en el texto sólo aquellas tablas y figuras que condensan los hallazgos más importantes. Sin embargo, el resto de representaciones gráficas con resultados no comentados en este capítulo se incluye en el Anexo 2 (p. 259 y ss.).

## 7. RESULTADOS

Los hallazgos de esta investigación se han organizado en cuatro apartados: los dos primeros refieren la información obtenida en las actividades realizadas en la cotidianidad y las autodescripciones generales; los dos apartados restantes se basan en las respuestas obtenidas al valorar las actividades del taller y las autodescripciones referidas al teatro. En cada sección, la información de las pruebas se complementa con opiniones emitidas por las participantes durante las entrevistas.

### 7.1. Actividades realizadas en la cotidianidad

#### 7.1.1. Tipo de actividades y tiempo dedicado a las mismas

Las actividades cotidianas mencionadas por las participantes en los PT-G se han clasificado en 21 categorías (Tabla 1). Tal como se ha mencionado anteriormente, en estas categorías se distingue, según procede, entre tipos de actividades general y específicas; por ejemplo, las categorías de interacción personal, por teléfono, Internet y correo postal se han considerado distintas modalidades de interacción social.

Por lo que respecta al tiempo dedicado a las actividades consideradas (Tabla 2), puede observarse que descanso, comidas y ver televisión (actividades mencionadas por todas las participantes), ocuparon respectivamente un promedio de 470' (7 h, 50' — incluyendo sueño nocturno y siestas), 160' (2 h, 40') y 100' (1 h 40'). Otras actividades, en este caso realizadas por 7 de las 8 participantes ( $p = 0,875$ ), fueron la higiene ( $M = 25,43$ ), trasladarse de un lugar a otro ( $M = 108,71$ ) y asistir a clases en la Facultad ( $M = 145,71$ ), ocupación ésta cuyo promedio fue similar a la dedicación al estudio fuera de la Universidad ( $M = 141$ ) que manifestaron 5 de las 8 entrevistadas ( $p = 0,875$ ). Similares proporciones obtuvieron el arreglarse ( $M = 25,43$ ) y la interacción social personal ( $M = 99$ ). Del resto de actividades cotidianas mencionadas, la interacción por teléfono ( $M = 45$ ), las tareas domésticas ( $M = 41,67$ ) y la práctica deportiva ( $M = 105$ ) fueron llevadas a cabo por tres participantes. Dos personas coincidieron en el cuidado de la salud ( $M = 82,5$ ), la búsqueda de bibliografía ( $M = 75$ ), el uso de Internet ( $M = 52,5$ ) y las responsabilidades familiares ( $M = 60$ ), en tanto que asistir a otras clases (específicamente, un curso de informática), utilizar el correo postal, la búsqueda de



empleo y la asistencia a centros recreativos fueron actividades realizadas en cada caso por una participante.

Se encontraron diferencias en el tiempo dedicado por las participantes a las actividades cotidianas mencionadas. Así, hay una diferencia aproximada de 1 h 40' ( $DT = 101,514$ ) entre las 5 personas que llevaron a cabo la actividad de interacción social personal. Menor es la diferencia entre las dos personas que se ocuparon de asuntos relacionados de la salud ( $DT = 74,246$ ); específicamente, ello se debió a que una se había dirigido al dentista, en tanto que otra seguía una terapia relacionada con trastornos de alimentación (con medicación y visitas al especialista, hecho por el cual no hizo valoración alguna de las comidas). Poco más de 1 h es la diferencia de tiempo empleado en asistir a clases en la Facultad ( $DT = 63,471$ ); asimismo, 50' es la diferencia aproximada en la dedicación al descanso ( $DT = 51,824$ ), las comidas ( $DT = 50,143$ ), el estudio ( $DT = 49,957$ ) y los traslados ( $DT = 47,528$ ).

La menor diferencia entre participantes en la dedicación a una actividad se encontró en higiene ( $DT = 10,628$ ), arreglo personal ( $DT = 13,649$ ), e interacciones por teléfono ( $DT = 15$ ) e Internet ( $DT = 10,607$ ). Más desigual fue, en cambio, la dedicación a tareas domésticas ( $DT = 29,297$ ) y a ver televisión ( $DT = 37,417$ ).

La correlación entre el tiempo dedicado a las distintas actividades realizadas dio algunas asociaciones significativas (Tabla 3). Así, por una parte, se tiene una relación positiva entre el tiempo dedicado al descanso, el cuidado de la salud y las responsabilidades familiares; no obstante, a mayor tiempo destinado al descanso, menor disponibilidad para la práctica deportiva y la interacción por teléfono. Por otra parte, el tiempo dedicado a actividades de formación es mayor en quienes destinan más tiempo a: el descanso, el arreglo personal, las comidas, la interacción por Internet y los traslados (que, a su vez, correlacionan positivamente con hablar por teléfono). Además, puede observarse que la dedicación a tareas domésticas es mayor en quienes emplean más tiempo en traslados. De manera similar, el tiempo destinado a responsabilidades familiares correlaciona positivamente con el tiempo utilizado en el cuidado de la salud y las comidas.

Tabla 1

*Actividades realizadas en la cotidianidad: tipos y características*

Tipo de actividad		Definición	Indicadores
General	Específica		
—	1. Descanso	Dormir en períodos largos (sueño nocturno) y cortos (siesta); incluye levantarse / irse al mueble donde se desarrolla la acción (cama, sofá).	Dormir, Em vaig aixecar, Vaig a dormir, Me levaté, Me voy a la cama / Dormir, Me levanto, Dormir en el sofá, Dormí siesta, Hacer la siesta.
Cuidado personal	2. Higiene	Aseo corporal.	Em dutxo, Me ducho, Me aseo.
	3. Arreglo	Acomodarse, acicalarse o cambiarse de vestimenta.	M'arreglo, Vestirme, Arreglarme.
	4. Salud	Visita a profesionales de la salud y seguimiento de tratamientos médicos.	Repetir medicación, Terapia, Acudí al dentista.
—	5. Comidas	Preparación / ingesta de bebidas / alimentos.	Esmorzar, Desayuno, Estoy tomando un café, Tentempié, Comer bocadillo, Subo al bar a merendar, Merienda.
Formación	6. Clases Facultad	Asistencia a cursos de la carrera universitaria.	Empezar la primera clase, Entro en clase, Començava les classes
	7. Clases (otras)	Asistencia a cursos no universitarios.	Empieza clase de informática.
	8. Búsqueda de bibliografía	Conductas relacionadas con la obtención de materiales de estudio.	Vaig anar a comprar un llibre, Baixó a fer fotocòpies, Entrar en la Biblioteca, Leer libros / Buscar bibliografía.
	9. Estudio	Análisis y aprendizaje de materiales referidos a las asignaturas de la carrera.	Estudiar, Em poso a pasar apunts i a estudiar, Estoy en la Biblioteca estudiando, Repaso algunos apuntes.

(Tabla 1 continúa)

(Tabla 1 continúa)

Tipo de actividad		Definición	Indicadores
General	Específica		
—	10. Traslados	Desplazamientos entre distintos lugares mediante cualquier medio de transporte.	Salir de casa, Coger tren, Estoy en el metro, Cojo el metro de vuelta a casa. Llegué a casa.
Interacción social	11. Personal	Intercambios cara a cara con otros individuos.	Parlo amb una companya de pis, Charla, Converso con mi familia, Mi novio me viene a buscar.
	12. Teléfono	Realización / recepción de llamadas por este medio.	Parlo per telèfon amb la meva germana, Hablar por teléfono.
	13. Internet	Conexión a redes informáticas.	Me conecto a Internet.
	14. Correo postal	Redacción de mensajes enviados por esta vía.	Escribo una carta a un amigo.
—	15. Tareas domésticas	Limpieza, acomodo y/o cuidado de objetos personales / del hogar.	Fregar platos, Actividades domésticas, Tender la ropa.
—	16. Responsabilidades familiares	Gestiones relacionadas con la visita / asistencia / ayuda a miembros de la familia.	Agencia de viajes, De camino recogí a mi hermana del cole.
Laborales	17. Búsqueda de empleo	Trámites para la obtención de un trabajo remunerado.	Agrupar zonas – sitios / Buscar trabajo, Entregar C. V.
—	18. Ver televisión	Ver / escuchar programas emitidos en este medio de difusión masiva.	Miro la novel·la, Miro la tele, Ver la televisión.
Deporte	19. Práctica deportiva	Realización de actividades referidas a ejercicios físicos.	Me preparo para ir al gimnasio, Estoy en el gimnasio, Empezamos a entrenar.
—	20. Lectura	Pasar la vista por materiales escritos o impresos que no se refieren a actividades académicas.	Leer, Me voy a la cama a leer, Estoy leyendo.
—	21. Asistencia a centros recreativos	Concurrir a lugares de entretenimiento.	Fui a jugar a un recreativo.

Tabla 2

*Tiempo dedicado a las actividades realizadas*

Tipo de actividad		<i>n</i>	<i>p</i>	Estimación			
General	Específica			<i>Min.</i>	<i>Máx.</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>
—	1. Descanso	8	1,000	390	540	470,00	51,824
Cuidado personal	2. Higiene	7	0,875	15	45	25,43	10,628
	3. Arreglo	5	0,625	15	50	37,40	13,649
	4. Salud	2	0,250	30	135	82,50	74,246
—	5. Comidas	8	1,000	75	225	160,00	50,143
Formación	6. Clases Facultad	7	0,875	90	270	145,71	63,471
	7. Clases (otras)	1	0,125	210	210	210,00	—
	8. Búsqueda de bibliografía	2	0,250	60	90	75,00	21,213
	9. Estudio	5	0,625	90	210	141,00	49,957
—	10. Traslados	7	0,875	30	152	108,71	47,528
Interacción social	11. Personal	5	0,625	15	270	99,00	101,514
	12. Teléfono	3	0,375	30	60	45,00	15,000
	13. Internet	2	0,250	45	60	52,50	10,607
	14. Correo postal	1	0,125	60	60	60,00	—
—	15. Tareas domésticas	3	0,375	20	75	41,67	29,297
—	16. Responsabilidades familiares	2	0,250	30	90	60,00	42,426
Laborales	17. Búsqueda de empleo	1	0,125	165	165	165,00	—
—	18. Ver televisión	8	1,000	30	150	100,00	37,417
Deporte	19. Práctica deportiva	3	0,375	75	150	105,00	39,686
—	20. Lectura	2	0,250	30	30	30,00	,000
—	21. Asistencia a centros recreativos	1	0,125	90	90	90,00	—

*Nota.* *n* = número de participantes; *p* = proporción sobre el total. Estimaciones expresadas en minutos.

Tabla 3

Correlaciones para el tiempo dedicado a las actividades realizadas

General	Actividades Específicas	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
—	1. Descanso	—																				
Cuidado	2. Higiene	,147	—																			
perso-	3. Arreglo	-,500	-,051	—																		
nal	4. Salud	1,00	-1,00	-1,00	—																	
—	5. Comidas	,431	-,291	-,100	1,00	—																
Formación	6. Clases Facultad	-,275	,029	-,800		-,109	—															
	7. Clases (otras)							—														
	8. Búsqueda de bibliografía	1,00				1,00	-1,00		—													
	9. Estudio	,462	-,949	1,00		,564	,368		-,100	—												
—	10. Traslados	-,373	,279	,000		-,631	-,541		1,00	-,975	—											
Interac-	11. Personal	-,462	,051	,949	-1,00	-,205	,316			,866	-,632	—										
ción	12. Teléfono	-1,00	-,866	,500		-,500	-1,00				1,00	-1,00	—									
social	13. Internet	-1,00	-1,00			1,00	1,00			1,00	-1,00			—								
	14. Correo postal														—							
—	15. Tareas domésticas	-,500	-,866	-,500		,500	-1,00				1,00	-1,00	,500			—						
—	16. Responsabilidades familiares	1,00	-1,00	-1,00	1,00	1,00						-1,00					—					
Laborales	17. Búsqueda de empleo																					—
—	18. Ver televisión	-,147	-,264	,700	-1,00	-,457	-,070		-,100	,725	-,109	,763	,500			-,500	-1,00					—
Deporte	19. Práctica deportiva	-1,00	,500			,500	-500			-,500	,500	-1,00		1,00							-,866	—
—	20. Lectura																					—
—	21. Asistencia a centros recreativos																					—

Nota. Sombreados, los coeficientes  $r_s$  de Spearman significativos para  $p < .01$  (bilateral).

En resumen, las actividades que obtuvieron un mayor número de correlaciones significativas en el grupo estudiado fueron: descanso, interacción social (por Internet y en menor grado por teléfono), comidas, salud y formación (búsqueda de bibliografía, estudio).

### **7.1.2. Frecuencia de realización de las actividades**

De las actividades consideradas (Tabla 4), las comidas, el descanso, el arreglo personal y el ver la televisión se realizan 6 ó 7 veces a la semana (prácticamente todos los días). Asimismo, las actividades de higiene personal, asistir a clases en la Facultad, estudiar fuera de la Universidad, traslados, tareas domésticas, leer y utilizar Internet, se realizan unas 5 a 7 veces por semana. En cambio, actividades como la interacción personal o por teléfono, tienen frecuencias de realización más desiguales. Del resto de actividades, las realizadas 2, 1 o menos de 1 vez a la semana son la práctica deportiva, las responsabilidades familiares, la búsqueda de bibliografía y empleo, y la asistencia a centros recreativos o a otras clases.

La asociación entre las frecuencias de realización de las distintas ocupaciones cotidianas (Tabla 5) indica que en el caso de la lectura, el número de veces que se realiza esta actividad a la semana correlaciona con las veces en que también se llevan a cabo otras ocupaciones de la misma jornada. Así, para dos de las participantes, a mayor número de días dedicados semanalmente a la lectura, es mayor el número de veces que se asiste a clases en la Facultad, se estudia y se realizan traslados. Otras correlaciones señalan, por ejemplo, que a mayor frecuencia de interacción social (personal), más se estudia y más se habla por teléfono (esta interacción social, a su vez, se relaciona con la higiene).

### **7.1.3. Personas con quienes se llevan a cabo las actividades**

Las estimaciones sobre el número de personas con quienes se llevan a cabo las actividades cotidianas (Tabla 6) varían poco. Así, las actividades descritas son realizadas predominantemente sin compañía; ello puede verse al comparar el número de

Tabla 4

Frecuencia de realización de las actividades

General	Actividades		N	0		1		2		3		4		5		6		7	
	General	Específica		n	p	n	p	n	p	n	p	n	p	n	p	n	p	n	p
	1.	Descanso	8	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	8	1,000
Cuidado	2.	Higiene	7	—	—	—	—	—	—	1	0,125	1	0,125	1	0,125	2	0,25	2	0,25
personal	3.	Arreglo	5	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	5	0,625
	4.	Salud	2	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	0,125
—	5.	Comidas	8	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	0,125	7	0,875
Formación	6.	Clases Facultad	7	—	—	—	—	1	0,125	1	0,125	1	0,125	4	0,500	—	—	—	—
	7.	Clases (otras)	1	—	—	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	8.	Búsqueda de bibliografía	2	1	0,125	—	—	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	9.	Estudio	5	—	—	—	—	—	—	1	0,125	2	0,250	1	0,125	1	0,125	—	—
	10.	Traslados	7	—	—	—	—	1	0,125	—	—	1	0,125	3	0,375	1	0,125	1	0,125
Interacción	11.	Personal	5	1	0,125	—	—	1	0,125	—	—	1	0,125	—	—	—	—	2	0,250
social	12.	Teléfono	3	—	—	—	—	1	0,125	1	0,125	—	—	—	—	—	—	1	0,125
	13.	Internet	2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	2	0,250	—	—	—	—
	14.	Correo postal	1	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	15.	Tareas domésticas	3	—	—	—	—	—	—	1	0,125	—	—	—	—	1	0,125	1	0,125
—	16.	Responsabilidades familiares	2	2	0,250	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Laborales	17.	Búsqueda de empleo	1	—	—	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	18.	Ver televisión	8	—	—	—	—	—	—	—	—	1	0,125	—	—	2	0,250	5	0,625
Deporte	19.	Práctica deportiva	3	—	—	—	—	1	0,125	1	0,125	1	0,125	—	—	—	—	—	—
—	20.	Lectura	2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	0,125	1	0,125
—	21.	Asistencia a centros recreativos	1	—	—	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

Nota. N = suma de participantes en la categoría; n = número de participantes; p = proporción sobre el total de participantes. Frecuencia de realización: 0, menos de una vez por semana; 1, una vez por semana; 2, dos veces por semana; 3, tres veces por semana; 4, cuatro veces por semana; 5, cinco veces por semana; 6, seis veces por semana; 7, siete o más veces por semana.

Tabla 5

Correlaciones para la frecuencia de realización de las actividades

Actividades		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
General	Específicas																					
—	1. Descanso	—																				
Cuidado	2. Higiene	, —																				
perso-	3. Arreglo	, ,	—																			
nal	4. Salud	, ,	, —																			
—	5. Comidas	, ,	, ,	—																		
Formación	6. Clases Facultad	, ,277	, ,	—	—																	
	7. Clases (otras)	, ,	, ,	—	-1,00			—														
	8. Búsqueda de bibliografía	, ,	, ,	—	-1,00	1,00		—														
	9. Estudio	, -,632	, ,	—	-,363	-,229		-,1,00	—													
—	10. Traslados	, ,185	, ,	—	-,635	-,757		1,00	,688	—												
Interac-	11. Personal	, ,579	, ,	—	,211			1,00	,949	—												
ción	12. Teléfono	, 1,00	, ,	—	-,1,00				-,1,00	1,00	—											
social	13. Internet	, ,	, ,	—	, ,				, ,		—											
	14. Correo postal	, ,	, ,	—	, ,				, ,			—										
—	15. Tareas domésticas	, -,500	, ,	—	-,1,00				-,1,00	-,1,00	-,500	—										
—	16. Responsabilidades familiares	, ,	, ,	—	, ,				, ,				—									
Laborales	17. Búsqueda de empleo	, ,	, ,	—	, ,				, ,					—								
—	18. Ver televisión	, -,431	, ,	1,00	,381	-,692		-,1,00	-,057	-,620	-,544	—										
Deporte	19. Práctica deportiva	, -,500	, ,		-,500				-,500	-,866	-,1,00	—								,866	—	
—	20. Lectura	, ,	, ,	—	-,1,00	1,00			1,00	1,00		—								-,1,00		—
—	21. Asistencia a centros recreativos	, ,	, ,	—	, ,				, ,				—							, ,		—

Nota. Sombreados, los coeficientes  $r_s$  de Spearman significativos para  $p < .01$  (bilateral).



Tabla 6

Número de personas con quienes se llevan a cabo las actividades realizadas

General	Actividades		N	0		1		2		3		4		5		6	
	General	Específica		n	p	n	p	n	p	n	p	n	p	n	p	n	p
—	1.	Descanso	8	8	1,000	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Cuidado	2.	Higiene	7	5	0,625	—	—	—	—	1	0,125	—	—	—	—	1	0,125
personal	3.	Arreglo	5	5	0,625	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	4.	Salud	2	—	—	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	1	0,125
—	5.	Comidas	8	1	0,125	2	0,250	1	0,125	1	0,125	3	0,375	—	—	—	—
Formación	6.	Clases Facultad	7	1	0,125	—	—	1	0,125	—	—	1	0,125	—	—	4	0,500
—	7.	Clases (otras)	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	0,125
—	8.	Búsqueda de bibliografía	2	2	0,250	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	9.	Estudio	5	4	0,500	—	—	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—
—	10.	Traslados	7	4	0,500	—	—	1	0,125	2	0,250	—	—	—	—	—	—
Interacción	11.	Personal	5	2	0,250	—	—	—	—	1	0,125	—	—	—	—	2	0,250
social	12.	Teléfono	3	1	0,125	1	0,125	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—
—	13.	Internet	2	2	0,250	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	14.	Correo postal	1	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	15.	Tareas domésticas	3	2	0,250	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	16.	Responsabilidades familiares	2	1	0,125	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Laborales	17.	Búsqueda de empleo	1	1	0,125	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	18.	Ver televisión	8	2	0,250	3	0,375	1	0,125	2	0,250	—	—	—	—	—	—
Deporte	19.	Práctica deportiva	3	—	—	—	—	1	0,125	1	0,125	—	—	—	—	1	0,125
—	20.	Lectura	2	2	0,250	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
—	21.	Asistencia a centros recreativos	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1	0,125

Nota. N = suma de participantes en la categoría; n = número de participantes; p = proporción sobre el total de participantes. *Personas con quienes se realizan las actividades*: 0, sola; 1, con otra persona; 2, con otras dos personas; 3, con otras tres personas; 4, con otras cuatro personas; 5, con otras cinco personas; 6, con seis o más personas.

participantes que mencionaron una determinada actividad (columna *N*), con quienes afirman su realización en solitario (columna «0»); esta proporción apenas varía para el descanso, el arreglo personal, el estudio, las tareas domésticas, Internet, la búsqueda de bibliografía, la lectura, el correo postal y la búsqueda de empleo. Además, se encontró que, aún cuando las participantes se trasladan o asisten a clases con más personas, consideran que realizan solas estas actividades (o a lo sumo con 1, 2 ó 4 compañeros/as más); el caso contrario corresponde a quienes llevaron a cabo su higiene en las duchas de una instalación deportiva, lo que incluye a más personas en una actividad que suele realizarse en solitario.

#### 7.1.4. *Percepción de libertad en las actividades cotidianas*

La percepción de libertad presente al llevar a cabo las actividades (Tabla 7) refiere las valoraciones del grado de elección propia y obligatoriedad con que las participantes realizaron sus ocupaciones.

##### 7.1.4.1. *Valoración de elección propia*

Las actividades que recibieron mayor valoración de elección propia fueron la lectura y la interacción por Internet y por correo postal (las tres con  $M = 100,00$ ); a estas ocupaciones siguen hablar por teléfono ( $M = 98,33$ ), búsqueda de empleo ( $M = 95,00$ ) y asistencia a otras clases ( $M = 90,00$ ). En relación con la lectura e Internet, Montserrat señaló: «me pasaría más horas conectada a Internet hablando con mis amigos y bajándome canciones y luego poder leer más tiempo hasta que los ojos se me cierran — alguna vez ya lo hago eso de dejar de leer porque los ojos se me cierran—, pero pocas veces porque si no el día siguiente no hay quien me levante para ir a clase».

A dichas actividades siguen ver televisión ( $M = 86,13$ ), descanso ( $M = 85,63$ ), práctica deportiva ( $M = 85,00$ ), higiene ( $M = 82,86$ ), responsabilidades familiares ( $M = 82,50$ ) y tareas domésticas y búsqueda de bibliografía (ambas con una  $M = 80,00$ ). Se observó una valoración menor en la elección propia de las comidas ( $M = 79,87$ ), la interacción personal ( $M = 78,80$ ), las clases en la Facultad ( $M = 75,00$ ) y la asistencia a centros recreativos ( $M = 70,00$ ). Las actividades con valoración de elección propia menor fueron el estudio ( $M = 67,00$ ), el arreglo personal ( $M = 65,00$ ), la salud ( $M = 57,50$ ) y los

Tabla 7

*Elección propia y obligatoriedad percibidas en las actividades realizadas*

Tipo de actividad		Elección propia				Obligatoriedad			
General	Específica	Mín.	Máx.	M	DT	Mín.	Máx.	M	DT
—	1. Descanso	40	100	85,63	22,271	0	60	18,75	21,506
Cuidado personal	2. Higiene	70	100	82,86	12,199	0	30	17,14	12,199
	3. Arreglo	50	80	65,00	14,142	20	80	41,00	24,597
	4. Salud	50	65	57,50	10,607	45	50	47,50	3,536
—	5. Comidas	0	100	79,87	33,617	0	100	20,75	33,341
Formación	6. Clases Facultad	45	100	75,00	25,331	0	80	41,43	32,367
	7. Clases (otras)	90	90	90,00	—	10	10	10,0	—
	8. Búsqueda de bibliografía	70	90	80,00	14,142	0	17	8,50	12,201
	9. Estudio	50	90	67,00	15,652	20	75	40,00	21,506
—	10. Traslados	12	100	57,43	32,165	15	90	56,86	27,583
Interacción social	11. Personal	0	100	78,80	44,099	0	100	21,20	44,099
	12. Teléfono	95	100	98,33	2,887	0	5	1,67	2,887
	13. Internet	100	100	100,00	,000	0	0	,00	,000
	14. Correo postal	100	100	100,00	—	0	0	,00	—
—	15. Tareas domésticas	70	100	80,00	17,321	3	40	24,33	19,140
—	16. Responsabilidades familiares	65	95	82,50	24,749	0	45	22,50	31,820
Laborales	17. Búsqueda de empleo	95	100	95,00	—	5	5	5,00	—
—	18. Ver televisión	0	100	83,13	34,971	0	100	13,38	34,550
Deporte	19. Práctica deportiva	75	100	85,00	13,229	0	25	15,00	13,229
—	20. Lectura	100	100	100,00	,000	0	0	,00	,000
—	21. Asistencia a centros recreativos	70	70	70,00	—	30	30	30,00	—

traslados ( $M = 57,43$ ). El grado de elección propia al realizar actividades cotidianas también permite observar que entre categorías de actividades que refieren a un mismo aspecto, unas actividades son mejor valoradas que otras. Por ejemplo, dentro de la formación está mejor valorado ir a otras clases ( $M = 90,00$ ) o buscar bibliografía ( $M = 80,00$ ) que ir a clases en la Facultad ( $M = 75,00$ ) o estudiar ( $M = 67,00$ ). Estas diferencias también pueden verse entre la higiene ( $M = 82,86$ ), el arreglo ( $M = 65,00$ ) y la salud ( $M = 57,50$ ) como parte del cuidado personal.

Entre todas las actividades cotidianas, las mayores desviaciones típicas al valorar la elección propia corresponden a interacción personal ( $DT = 44,099$ ), ver televisión ( $DT = 34,971$ ), comidas ( $DT = 33,617$ ) y traslados ( $DT = 32,165$ ); clases en la Facultad y descanso presentan una variabilidad similar ( $DT = 25,331$  y  $22,271$  respectivamente), en tanto que las valoraciones del estudio y las actividades referidas al cuidado personal oscilan entre 10 y 15 puntos.

#### **7.1.4.2. Valoración de obligatoriedad**

Esta valoración señala la mayor puntuación para los traslados ( $M = 56,86$ ), seguidos de la salud ( $M = 47,50$ ), las clases en la Facultad ( $M = 41,43$ ), el arreglo personal ( $M = 41,00$ ) y el estudio ( $M = 40,00$ ). La valoración de ocupaciones como la asistencia a centros recreativos, las tareas domésticas, las responsabilidades familiares, la interacción social personal y las comidas oscila en promedio entre 30 y 20,75 puntos. Finalmente, la media del resto de actividades está por debajo de 20 puntos, con casos de mínima obligatoriedad como hablar por teléfono ( $M = 1,67$ ). Las desviaciones al estimar la obligatoriedad al llevar a cabo estas actividades fueron similares a las descritas para su elección propia.

#### **7.1.4.3. Relaciones entre las valoraciones de elección propia y obligatoriedad de las actividades cotidianas**

Para observar con mayor detalle las relaciones entre las percepciones de elección propia y obligatoriedad presentes al realizar las actividades, se obtuvieron tres tipos de asociaciones, contenidas en la Tabla 8: entre las valoraciones de elección propia de todas las actividades; entre las valoraciones de obligatoriedad de todas las actividades; y entre las valoraciones de elección propia y obligatoriedad de una misma actividad.

Tabla 8

Correlaciones para las valoraciones de elección propia y obligatoriedad de las actividades realizadas

Actividades		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
General	Específicas																					
—	1. Descanso	-,759	,081	,516	-1,00	-,206	-,051			,287	,089	,132					1,00		,438	,000		
Cuidado	2. Higiene	,048	-1,00	-,395	,462	,611	-,061			-,833	,045	,684	,866			,866	1,00		,506	,866		
perso-	3. Arreglo	-,053	-,462	-1,00	-,359	,889					,500	-,632	,000			-,866	1,00		,026			
nal	4. Salud	-1,00	-1,00	-1,00	-1,00	1,00						1,00					-1,00		1,00			
—	5. Comidas	-,168	,611	-,500	1,00	-,994	,232		1,00	-,553	-,064	1,00	,866			,866	-1,00		,521	,866		
Formación	6. Clases Facultad	-,481	-,134	,800		,241	-,439		-1,00	,649	,287	,105				-1,00			,206	,500		
	7. Clases (otras)																					
	8. Búsqueda de bibliografía	-1,00				-1,00			1,00	-1,00	-1,00											
	9. Estudio	,000	-,833	1,00		-,553	-,081		1,00	-1,00	,205	-,500							,181	-1,00		
—	10. Traslados	-,661	,045	,632		,046	,266		-1,00	-,821	-,236	,833				-1,00			-,112	1,00		
Interac-	11. Personal	,132	,684	-,800	1,00	1,00	,105			-,500	-,833	-1,00	1,00			1,00	-1,00		1,00			
ción	12. Teléfono	-,500	,866	,000		,866						1,00	-1,00			,500			1,00			
social	13. Internet																					
	14. Correo postal																					
—	15. Tareas domésticas	,866	,500	-1,00		,500	-1,00				-1,00	1,00	,000			-,866			,500			
—	16. Responsabilidades familiares	1,00	1,00	1,00	-1,00	-1,00						-1,00					-1,00		-1,00			
Laborales	17. Búsqueda de empleo																					
—	18. Ver televisión	,327	-,381	-,800	1,00	,533	-,311			,181	-,865	1,00	,866			,500			-,727			
Deporte	19. Práctica deportiva	,000	,866			,866	-,500			-1,00	1,00									-1,00		
—	20. Lectura																					
—	21. Asistencia a centros recreativos																					

Nota. Sombreados, los coeficientes  $r_s$  de Spearman significativos para  $p < .01$  (bilateral). Las correlaciones entre la *elección propia* y *obligatoriedad* de una misma actividad se presentan en la diagonal (destacada). Las correlaciones entre las valoraciones de *elección propia* de las actividades se presentan sobre la diagonal. Las correlaciones entre las valoraciones de *obligatoriedad* de las actividades se presentan debajo de la diagonal.

Tabla 9  
Satisfacción e insatisfacción percibidas en las actividades realizadas

	Tipo de actividad		Satisfacción				Insatisfacción			
	General	Específica	Min.	Máx.	M	DT	Min.	Máx.	M	DT
—	1.	Descanso	50	100	83,13	15,338	0	50	14,38	16,353
Cuidado personal	2.	Higiene	75	100	90,71	10,177	0	25	9,29	10,177
	3.	Arreglo	30	90	68,00	23,076	10	70	32,00	23,076
	4.	Salud	20	80	50,00	42,426	20	80	50,00	42,426
—	5.	Comidas	60	100	85,00	13,844	0	40	12,14	14,679
Formación	6.	Clases Facultad	9	85	54,86	27,510	15	91	46,57	29,222
	7.	Clases (otras)	30	30	30,00	—	70	70	70,00	—
	8.	Búsqueda de bibliografía	20	95	57,50	53,033	5	80	42,50	53,033
	9.	Estudio	40	100	67,00	23,345	0	60	33,00	23,345
—	10.	Traslados	10	80	42,14	25,142	20	90	57,86	25,142
Interacción social	11.	Personal	50	95	76,00	21,622	5	50	16,00	19,170
	12.	Teléfono	75	100	91,25	11,815	0	25	8,75	11,815
	13.	Internet	80	100	90,00	14,142	0	0	,00	,000
	14.	Correo postal	80	80	80,00	—	20	20	20,00	—
—	15.	Tareas domésticas	50	100	80,00	26,458	0	50	20,00	26,458
—	16.	Responsabilidades familiares	20	100	60,00	56,569	0	80	40,00	56,569
Laborales	17.	Búsqueda de empleo	90	90	90,00	—	10	10	10,00	—
—	18.	Ver televisión	50	100	75,00	18,708	0	45	21,43	15,197
Deporte	19.	Práctica deportiva	90	100	95,00	5,000	0	5	1,67	2,887
—	20.	Lectura	60	60	60,00	,000	40	40	40,00	,000
—	21.	Asistencia a centros recreativos	70	70	70,00	—	30	30	30,00	—

Por lo que respecta a las asociaciones entre las valoraciones de elección propia de todas las actividades, se tiene que quienes señalan mayor elección propia en interacción personal, hacen lo propio en actividades tales como cuidado de la salud y asistencia a clases en la Facultad. Este tipo de relación se encuentra también en las valoraciones de elección propia entre: responsabilidades familiares y descanso; higiene y arreglo personal; salud y comidas; interacciones por teléfono y personal, y entre ésta y tareas domésticas. Otras asociaciones a destacar son las de elección propia de la práctica deportiva, cuya proporcionalidad es directa a la de los traslados e inversa a la del estudio. Finalmente, hubo asociaciones entre la elección propia de ver televisión y salud e interacciones personal y por teléfono, así como entre comidas y búsqueda de bibliografía.

Las correlaciones entre las valoraciones de obligatoriedad reproducen varias de las asociaciones comentadas para elección propia, por lo cual sólo aportan información novedosa la correlación entre la obligatoriedad del arreglo personal, las tareas domésticas (negativa) y el estudio (positiva; y esta actividad, a su vez, con la búsqueda de bibliografía). Una relación positiva también se encuentra entre las valoraciones de obligatoriedad de salud y ver televisión.

#### *7.1.5. Percepción de satisfacción en las actividades cotidianas*

La percepción de satisfacción constituye otro aspecto de la dimensión de libertad en las actividades de la cotidianidad; específicamente, las valoraciones sobre la satisfacción y la insatisfacción al llevar a cabo estas ocupaciones (Tabla 9).

##### *7.1.5.1. Valoración de satisfacción*

Las actividades de la cotidianidad valoradas como más satisfactorias fueron: práctica deportiva ( $M = 95,00$ ), hablar por teléfono ( $M = 91,25$ ), higiene ( $M = 90,71$ ), interacción por Internet y búsqueda de empleo (ambas con  $M = 90,00$ ), comidas ( $M = 85,00$ ), descanso ( $M = 83,13$ ), tareas domésticas y correo postal (estas dos últimas con  $M = 80,00$ ). Obtuvieron una valoración menor: interacción social personal ( $M = 76$ ), ver televisión ( $M = 75,00$ ), asistencia a centros recreativos ( $M = 70,00$ ), arreglo personal ( $M = 68,00$ ) y estudio ( $M = 67,00$ ). Las actividades consideradas como menos satisfactorias fueron otras clases ( $M = 30,00$ ), traslados ( $M = 42,14$ ), cuidado personal relacionado con

la salud ( $M = 50,00$ ), clases en la Facultad ( $M = 54,86$ ), búsqueda de bibliografía ( $M = 57,50$ ), y responsabilidades familiares ( $M = 60,00$ ).

Se observa que en las ocupaciones cuya satisfacción oscila entre 80 y 100 se refieren principalmente a actividades donde prima algún tipo de interacción, o bien tienen que ver con la ejercitación, cuidado, alimentación y descanso del cuerpo; además, destacan actividades realizadas por una participante. De los grupos de categorías, las actividades que se refieren a la formación son consideradas como menos satisfactorias.

Las mayores dispersiones al valorar la satisfacción de las actividades se encuentran en responsabilidades familiares ( $DT = 56,569$ ), búsqueda de bibliografía ( $DT = 53,033$ ) y salud ( $DT = 42,426$ ). De las actividades realizadas en la cotidianidad —al menos por la mitad de las participantes— se encuentran diferencias al valorar: las clases en la Facultad ( $DT = 27,510$ ), los traslados ( $DT = 25,142$ ), el estudio ( $DT = 23,345$ ), el arreglo ( $DT = 23,076$ ) y la interacción personal ( $DT = 21,622$ ). Se observan menores diferencias en las siguientes actividades: ver televisión ( $DT = 18,708$ ), descanso ( $DT = 15,338$ ), comidas ( $DT = 13,844$ ), interacción por teléfono ( $DT = 11,815$ ) e higiene ( $DT = 10,177$ ). Hay que señalar, además, que la menor variación se presentó en las tres participantes que valoraron la práctica deportiva ( $DT = 5,000$ ).

#### **7.1.5.2. Valoración de insatisfacción**

De las actividades realizadas, aquéllas con insatisfacción promedio mayor son los traslados ( $M = 57,86$ ), las clases en la Facultad ( $M = 46,57$ ), el estudio ( $M = 33,00$ ) y el arreglo personal ( $M = 32,00$ ); en contraposición, las ocupaciones valoradas como menos insatisfactorias fueron la interacción por teléfono ( $M = 8,75$ ), la higiene ( $M = 9,29$ ), las comidas ( $M = 12,14$ ), el descanso ( $M = 14,38$ ) y la interacción personal ( $M = 16,00$ ). Entre éstas y aquéllas se encuentra la insatisfacción atribuida a ver televisión ( $M = 21,43$ ); otro promedio a destacar es el de la práctica deportiva ( $M = 1,67$ ). Las desviaciones típicas en las percepciones de insatisfacción de las actividades fueron similares a las de las valoraciones de satisfacción.



Tabla 10  
 Correlaciones para las valoraciones de satisfacción e insatisfacción de las actividades realizadas

Actividades		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
General	Específicas																					
—	1. Descanso	-,667	-,155	,671		,472	,556		1,00	,700	,679	-,368	,500	-1,00		,866			,148	,500		
Cuidado	2. Higiene	,294	-1,00	,308	-1,00	,572	,123			,775	,016	,216	,632			,500	-1,00		,216			
personal	3. Arreglo	,671	,308	-1,00	-1,00	,800	1,00			1,00	,400	,400	,211			1,00	-1,00		,000			
—	4. Salud		-1,00	-1,00	-1,00							-1,00					1,00					
Formación	5. Comidas	,583	,885	,800		-,717	,764		1,00	,616	,343	-,500	,866	1,00		1,00			,291	,866		
	6. Clases Facultad	,356	,123	1,00		,556	-1,00		1,00	,900	,673	,316	,866	1,00		1,00			-,071	1,00		
	7. Clases (otras)																					
	8. Búsqueda de bibliografía	1,00				1,00	1,00		-1,00	1,00	1,00								1,00			
	9. Estudio	,872	,775	1,00		,894	,900		1,00	-1,00	,975	-,866	1,00	-1,00					,000	,500		
—	10. Traslados	,696	,016	,400		,415	,673		1,00	,975	-1,00	,316	,866	-1,00		1,00			-,164	,500		
Interacción	11. Personal	,460	,556	,738	-1,00	,236	,894			,866	,894	-,541	,500			1,00	-1,00		-,949	-1,00		
social	12. Teléfono	,500	,632	,211		,866	,866			1,00	,866	1,00	-1,00			,000			,000			
	13. Internet																		1,00	1,00		
	14. Correo postal																					
—	15. Tareas domésticas	,866	,500	1,00		1,00	1,00				1,00	1,00	,000			-1,00			1,00			
—	16. Responsabilidades familiares		-1,00	-1,00	1,00							-1,00					-1,00					
Laborales	17. Búsqueda de empleo																					
—	18. Ver televisión	-,037	,617	,000		,111	-,250		1,00	,000	-,218	,000	,000			1,00			-,893	1,00		
Deporte	19. Práctica deportiva	1,00					,000			,866	,866	1,00							,000	,000		
—	20. Lectura																					
—	21. Asistencia a centros recreativos																					

Nota. Sombreados, los coeficientes  $r_s$  de Spearman significativos para  $p < .01$  (bilateral). Las correlaciones entre la *satisfacción* e *insatisfacción* de una misma actividad se presentan en la diagonal (destacada). Las correlaciones entre las valoraciones de *satisfacción* de las actividades se presentan sobre la diagonal. Las correlaciones entre las valoraciones de *insatisfacción* de las actividades se presentan debajo de la diagonal.

### **7.1.5.3. Relaciones entre las valoraciones de satisfacción e insatisfacción de las actividades cotidianas**

En las asociaciones entre las percepciones de satisfacción e insatisfacción (Tabla 10) aparecen relaciones significativas coincidentes con las observadas entre la elección propia y la obligatoriedad. En primer lugar, las asociaciones positivas entre satisfacción referida a comidas y búsqueda de bibliografía, y entre interacción personal y tareas domésticas. En segundo lugar, la asociación positiva entre la insatisfacción por el arreglo personal, el estudio y las tareas domésticas, y entre éstas y la interacción personal son similares a las correlaciones positivas de obligatoriedad de estas actividades. Y en tercer lugar, la asociación significativa entre satisfacción e insatisfacción referidas a arreglo personal y estudio reproduce la correlación obtenida entre las valoraciones respectivas de elección propia y obligatoriedad.

En lo que respecta a la satisfacción, otras asociaciones significativas se encontraron entre clases en la Facultad con arreglo, búsqueda de bibliografía, tareas domésticas, práctica deportiva e interacción por Internet (y ésta a su vez con dicha práctica deportiva y ver televisión). Una valoración satisfactoria de la búsqueda de bibliografía está asociada también con traslados, descanso, ver televisión y estudiar (ésta por su parte con interacción por teléfono y arreglo personal). La mayor satisfacción con las tareas domésticas correlacionó además con el arreglo personal, las comidas, los traslados y ver televisión. En la insatisfacción con las actividades, y a diferencia de las comentadas para la satisfacción, se encontró relación entre práctica deportiva y descanso e interacción personal, y ésta a su vez con interacción por teléfono. Además, la insatisfacción en el estudio se asoció con la de los traslados.

### **7.1.6. Actividades realizadas en la cotidianidad: indicios de complejidad**

Las asociaciones obtenidas entre las distintas valoraciones realizadas ponen de manifiesto una red de relaciones en las actividades cotidianas de las participantes. Una mirada más detallada al número de asociaciones de una misma actividad y a la representación gráfica de algunos de los coeficientes obtenidos permite sugerir la presencia de aspectos complejos en las percepciones de libertad (elección propia, obligatoriedad) y satisfacción (satisfacción, insatisfacción) que caracterizan la libertad al llevar a cabo actividades cotidianas.

Tabla 11  
Número de correlaciones para las actividades realizadas y sus valoraciones

Tipo de actividad		<i>n</i>	<i>p</i>		Elección propia	Obligato- riedad	Satisfac- ción		Insatis- facción
General	Específica						Satisfac- ción	Insatis- facción	
—	1. Descanso	8	1,000	+	1	1	+	1	2
Cuidado personal	2. Higiene	7	0,875	+	1	1	+	—	—
	3. Arreglo	5	0,625	+	1	1	+	3	3
	4. Salud	2	0,250	+	3	3	+	1	1
	5. Comidas	8	1,000	+	3	2	+	3	2
Formación	6. Clases Facultad	7	0,875	+	—	—	+	5	3
	7. Clases (otras)	1	0,125	+	—	—	+	—	—
	8. Búsqueda de bibliografía	2	0,250	+	—	1	+	6	6
	9. Estudio	5	0,625	+	—	1	+	3	4
—	10. Traslados	7	0,875	+	1	1	+	2	3
Interacción social	11. Personal	5	0,625	+	5	5	+	1	3
	12. Teléfono	3	0,375	+	2	1	+	1	2
	13. Internet	2	0,250	+	—	—	+	—	—
	14. Correo postal	1	0,125	+	—	—	+	—	—
—	15. Tareas domésticas	3	0,375	+	—	1	+	6	6
—	16. Responsabilidades familiares	2	0,250	+	3	3	+	1	1
Laborales	17. Búsqueda de empleo	1	0,125	+	—	—	+	—	—
—	18. Ver televisión	8	1,000	+	3	2	+	4	2
Deporte	19. Práctica deportiva	3	0,375	+	1	1	+	3	2
	20. Lectura	2	0,250	+	—	—	+	—	—
—	21. Asistencia a centros recreativos	1	0,125	+	—	—	+	—	—

Nota. *n* = número de participantes; *p* = proporción sobre el total. Todos los coeficientes  $r_s$  de Spearman son significativos para  $p < .01$  (bilateral), y según la relación sea directa (+) o inversa (-).

Al considerar conjuntamente el número de asociaciones en las actividades (Tabla 11), en los motivos de realización (elección, obligatoriedad) se observa que la interacción social personal agrupa diez correlaciones, todas de signo positivo; en otras palabras, para las cinco participantes que señalaron esta actividad, la elección y obligatoriedad de la misma se relaciona con estas mismas valoraciones de otras cinco actividades. Otras actividades a destacar en este sentido son la salud (6 asociaciones en las dos participantes que la señalaron), las responsabilidades familiares (6 asociaciones, 2 participantes) y ver televisión (5 asociaciones, 8 participantes).

En la percepción de satisfacción de las actividades, la formación destaca del resto de ocupaciones, específicamente en lo que respecta a búsqueda de bibliografía (12 asociaciones, 2 participantes), tareas domésticas (12 asociaciones, 3 participantes), clases en la Facultad (8 asociaciones, 7 participantes) y estudio (7 asociaciones, 5 participantes).

El volumen de asociaciones obtenido en las estimaciones sobre el tiempo dedicado a las actividades realizadas, la frecuencia semanal de las mismas, sus percepciones de libertad y satisfacción sugiere la posibilidad de que ciertas ocupaciones configuren una condición inicial alrededor de la cual, en cierta forma, se organice la cotidianidad, y más específicamente, la temporalidad y la libertad a ella asociadas.

Además de este indicio de complejidad, las representaciones gráficas de algunas de las asociaciones obtenidas permiten observar la no linealidad y borrosidad en los motivos de las actividades realizadas.

En principio, un primer tipo de relación que puede observarse es el comportamiento lineal entre valoraciones de un mismo aspecto de las actividades. Esta linealidad se presenta en aquellos datos cuyos coeficientes son cercanos a  $-1,00$  y significativos; concretamente, en los presupuestos de tiempo aplicados se entiende que la suma entre puntuaciones de elección propia-obligatoriedad y satisfacción-insatisfacción es de 100. En este sentido, un ejemplo de linealidad se encuentra en la higiene (Figura 16.1). La representación de sus motivos y contenidos muestran diagonales descendentes que cumplen con el modelo de los condicionamientos en torno al ejercicio de la libertad en el tiempo (p. 25); en otras palabras, al valorar la actividad de higiene, las participantes

se orientan a lo largo del continuo que va del hetero al autocondicionamiento. Esto ocurre asimismo con la interacción por teléfono.

En otras actividades pueden presentarse indicios de no linealidad, fenómeno que se observa en la Figura 16.2; en ella vemos cómo, al valorar los motivos que subyacen a su arreglo personal, Núria se desmarca de la tendencia del grupo al sumar 130 sus valoraciones de elección propia y obligatoriedad. Esto ocurre igualmente en casos particulares de descanso, búsqueda de bibliografía, estudio, traslados, tareas domésticas, responsabilidades familiares y ver televisión, y en tres participantes al valorar las clases en la Facultad (v. Figura 16.3); salvo una excepción (la valoración de Eulàlia sobre la satisfacción —30— e insatisfacción —80— de las clases en la Facultad), este comportamiento se presenta en las percepciones de libertad y no en las de satisfacción.

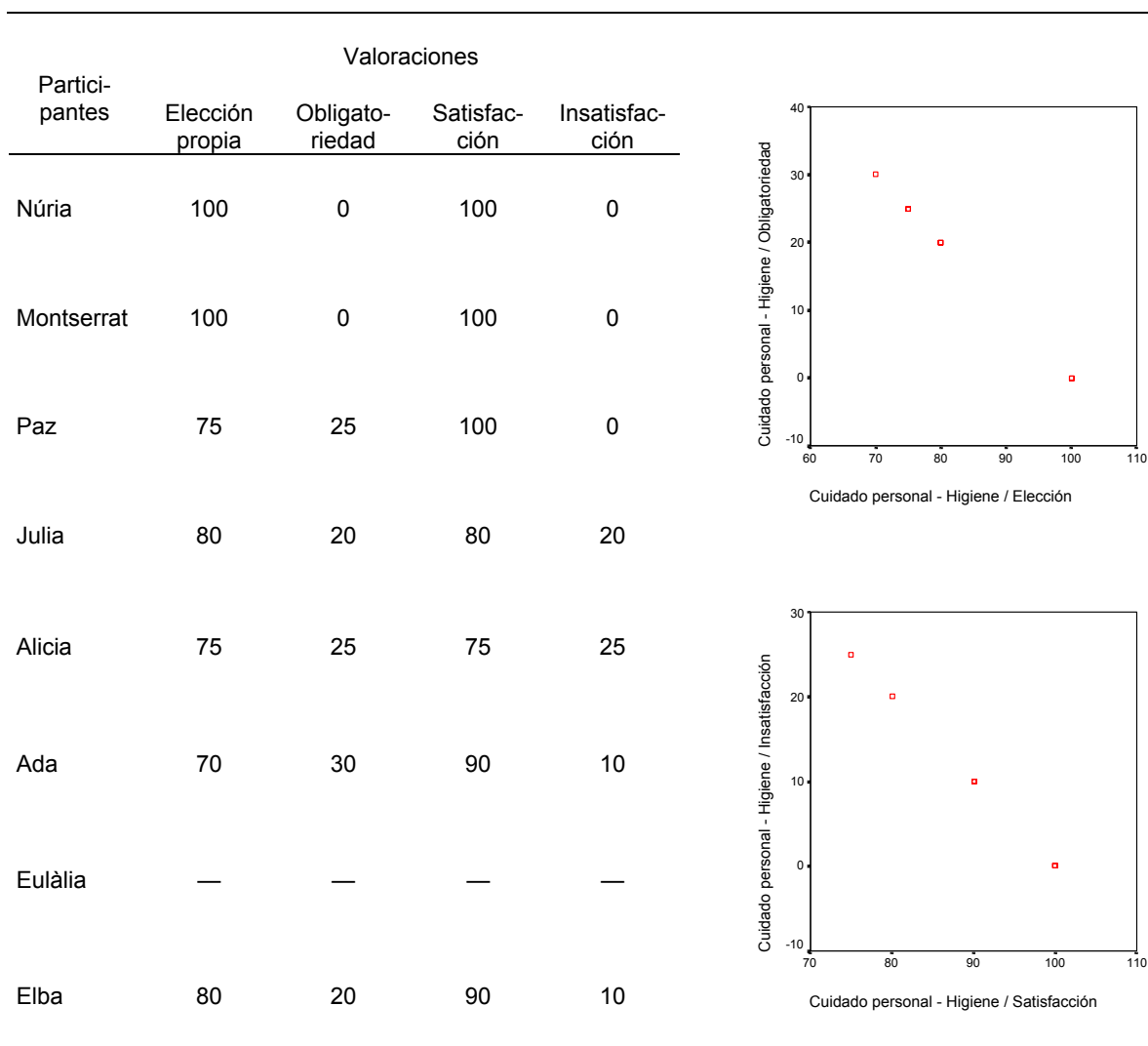
Sobre este particular, Elba manifestó durante la entrevista que:

«... más difícil me ha sido pensar en qué grado las actividades que realizo son por decisión propia... En un principio... lo hice así directamente con la resta... Pero... empecé a pensarlo y digo: «Pues no... no tendría porque ser la resta». Porque yo no siento que, que sea... que todo lo que no es obligatorio es elección propia. Y no sé por qué. Será porque... No sé».

Otra modalidad de esta no linealidad corresponde a los pares de valoraciones que no suman 100. Así, y a diferencia del resto de participantes, el contenido de ver televisión para Paz (Figura 16.4) suma 75. En ésta y otras participantes se repite esta situación, en lo que respecta a los motivos de búsqueda de bibliografía (Eulàlia) y en los contenidos de descanso (Paz) e interacción personal (Núria) y por Internet (Paz).

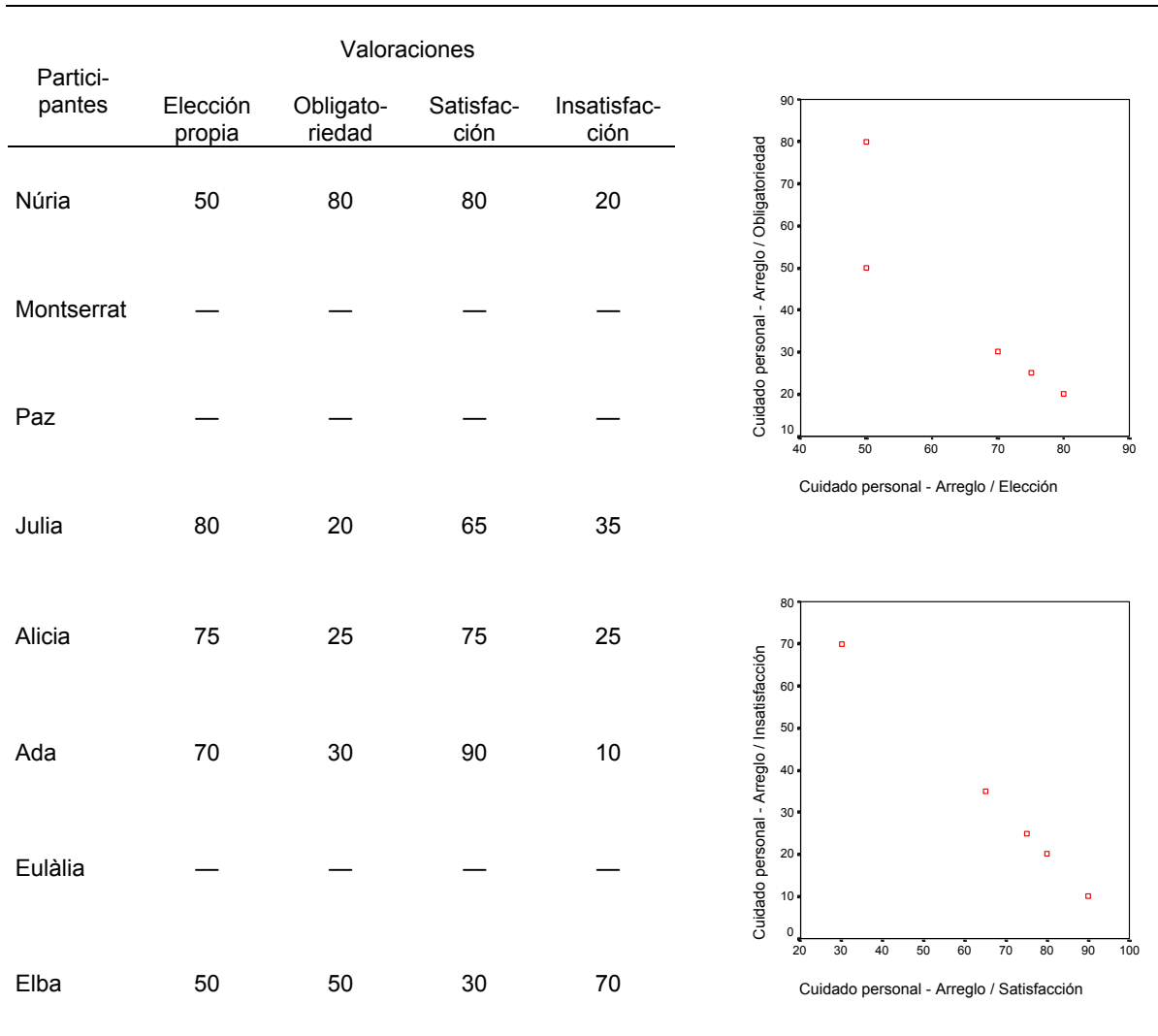
Cabe advertir otra manifestación de no linealidad, que en este caso se encuentra en las valoraciones de varias participantes sobre los motivos de la interacción social personal (Figura 16.5). Si sólo nos fijamos en el coeficiente obtenido ( $-1,00$ , significativo), resulta difícil observar esta manifestación de complejidad: las puntuaciones de Núria, Montserrat, Ada y Elba suman más de 100, y 50 en el caso de Alicia; al realizar los cálculos, esto produce una impresión de «regularidad» o «linealidad» que no es tal.

Figura 16.1. Relación entre las valoraciones a la actividad de cuidado personal (higiene)



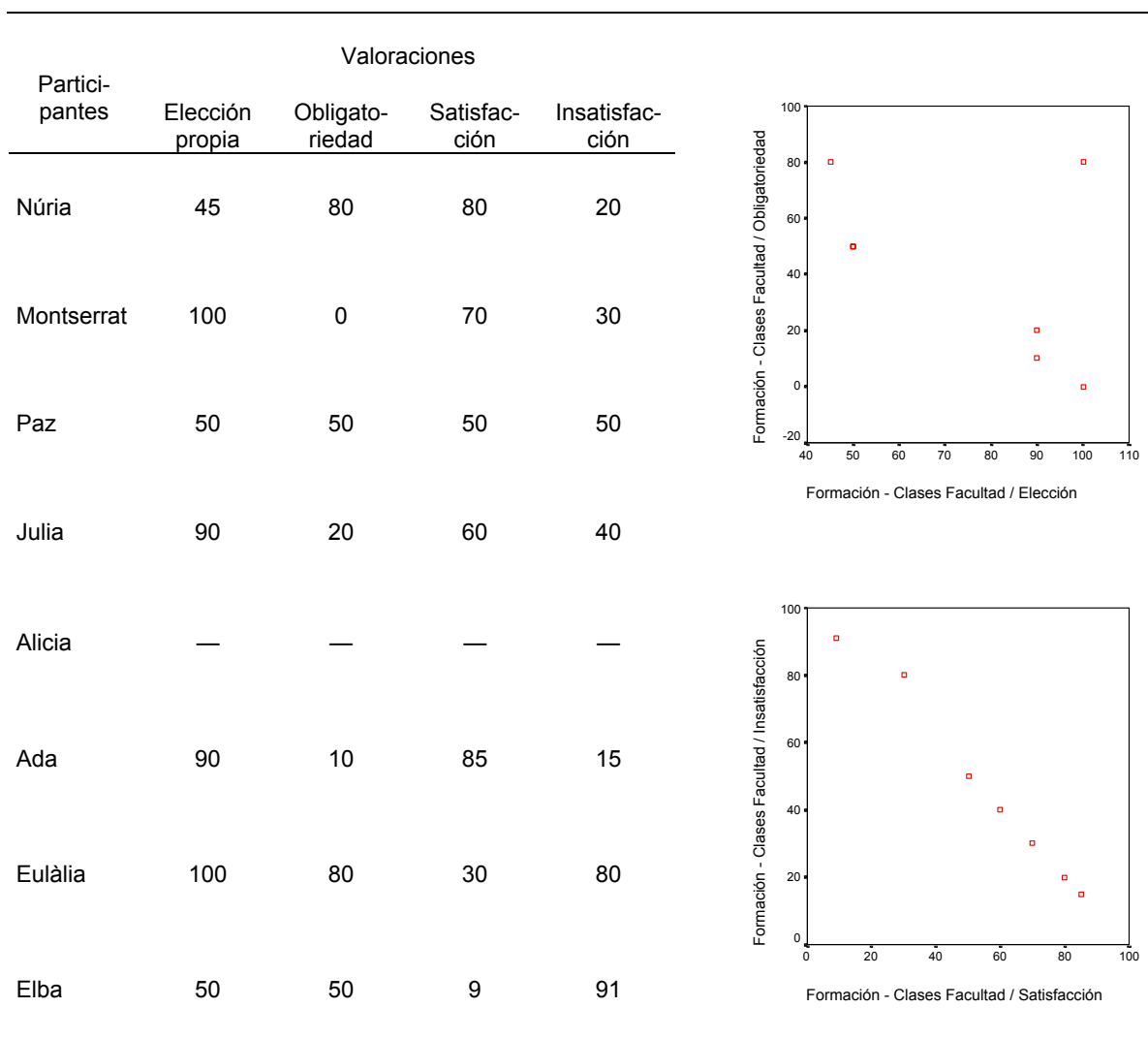
*Nota.* Coeficientes de correlación de Spearman  $r_s = -1,00$  (elección propia-obligatoriedad) y  $r_s = -1,00$  (satisfacción-insatisfacción). En negrilla, los coeficientes significativos para  $p < ,01$ . Las figuras de las actividades restantes, en el Anexo 2.

Figura 16.2. Relación entre las valoraciones a la actividad de cuidado personal (arreglo)



Nota. Coeficientes de correlación de Spearman  $r_s = -.975$  (elección propia-obligatoriedad) y  $r_s = -1,00$  (satisfacción-insatisfacción). En negrilla, los coeficientes significativos para  $p < ,01$ . Las figuras de las actividades restantes, en el Anexo 2.

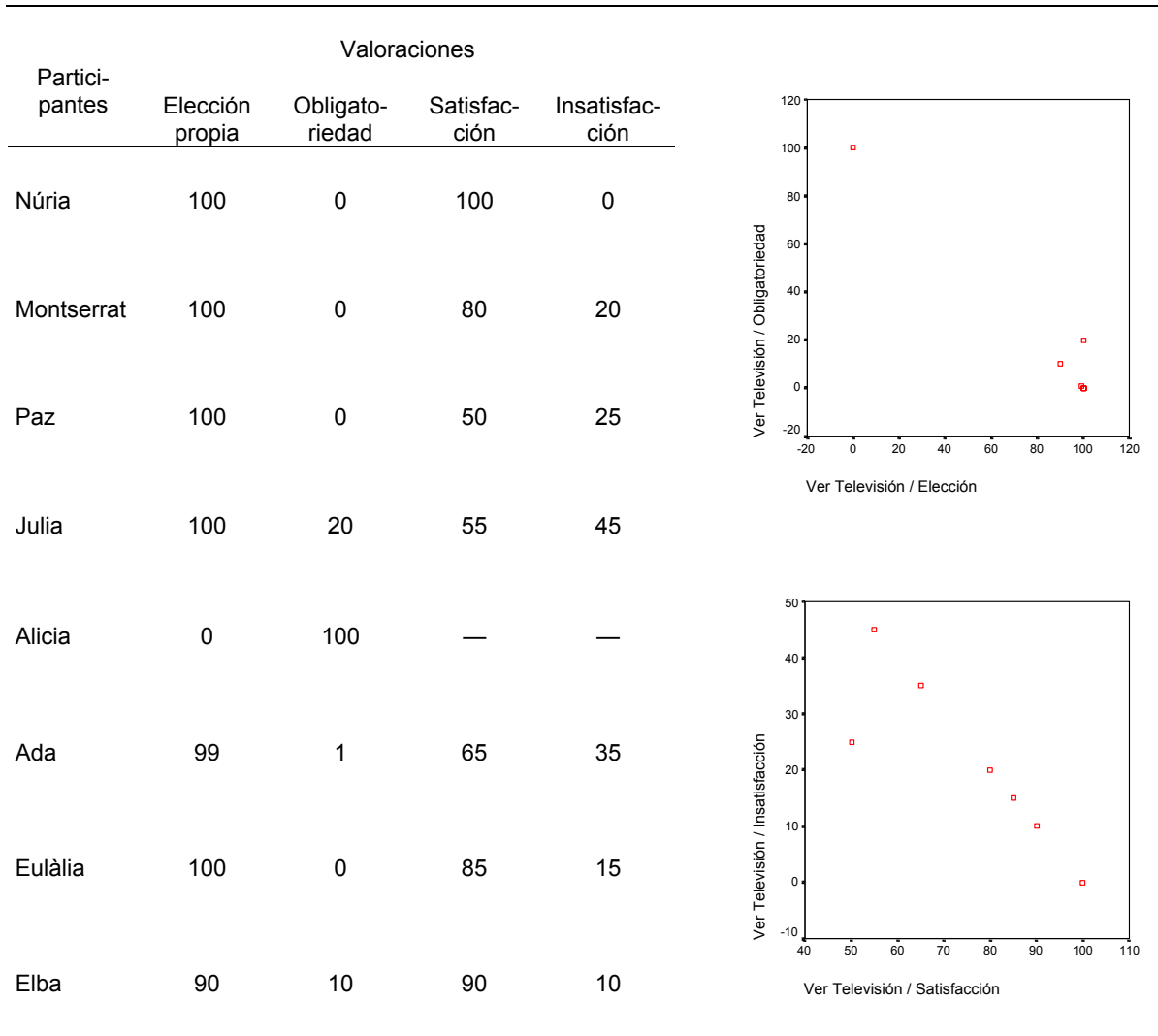
Figura 16.3. Relación entre las valoraciones a la actividad de formación (clases Facultad)



*Nota.* Coeficientes de correlación de Spearman  $r_s = -,439$  (elección propia-obligatoriedad) y  $r_s = -1,00$  (satisfacción-insatisfacción). En negrilla, los coeficientes significativos para  $p < ,01$ . Las figuras de las actividades restantes, en el Anexo 2.

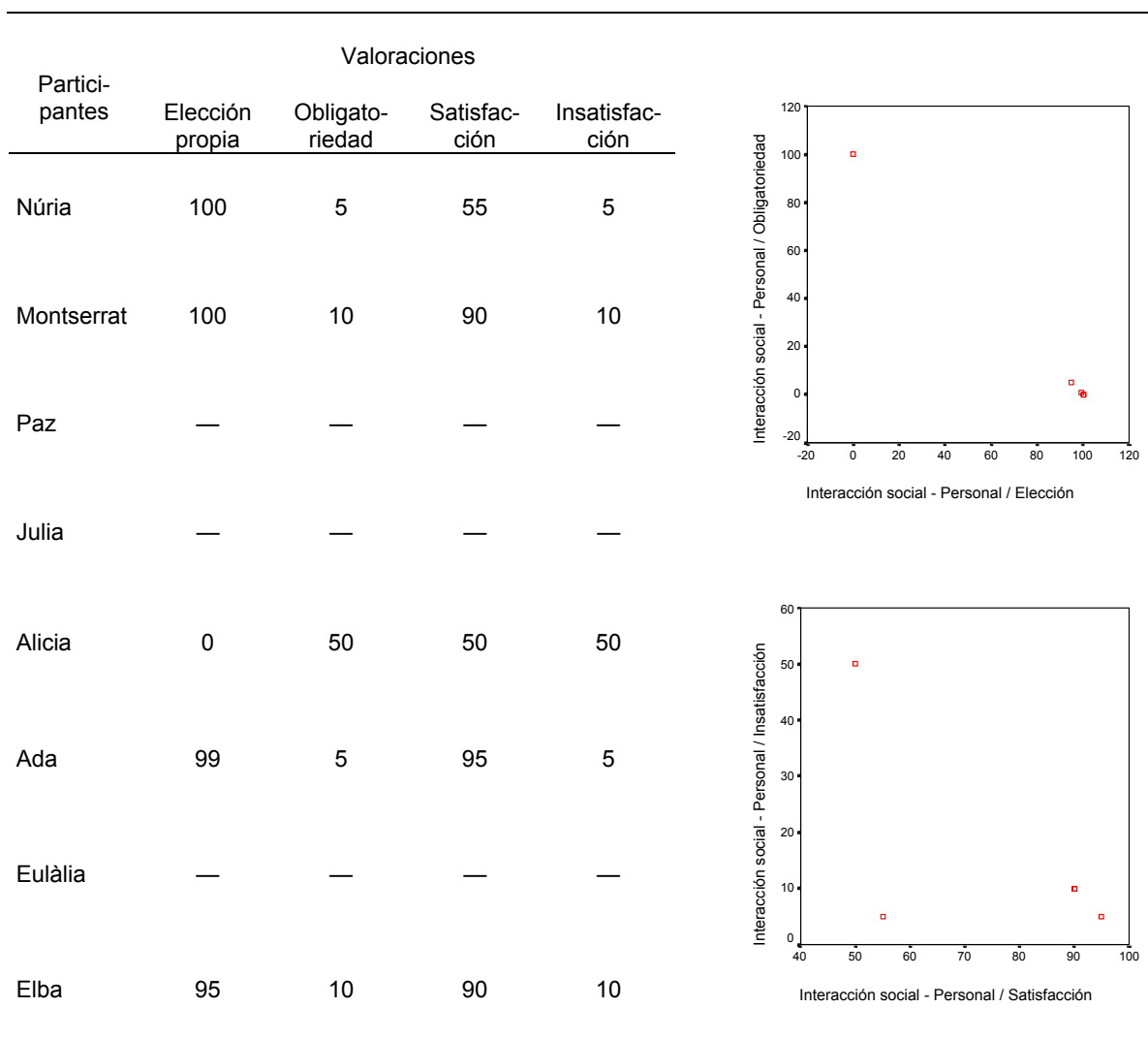


Figura 16.4. Relación entre las valoraciones a la actividad de ver televisión



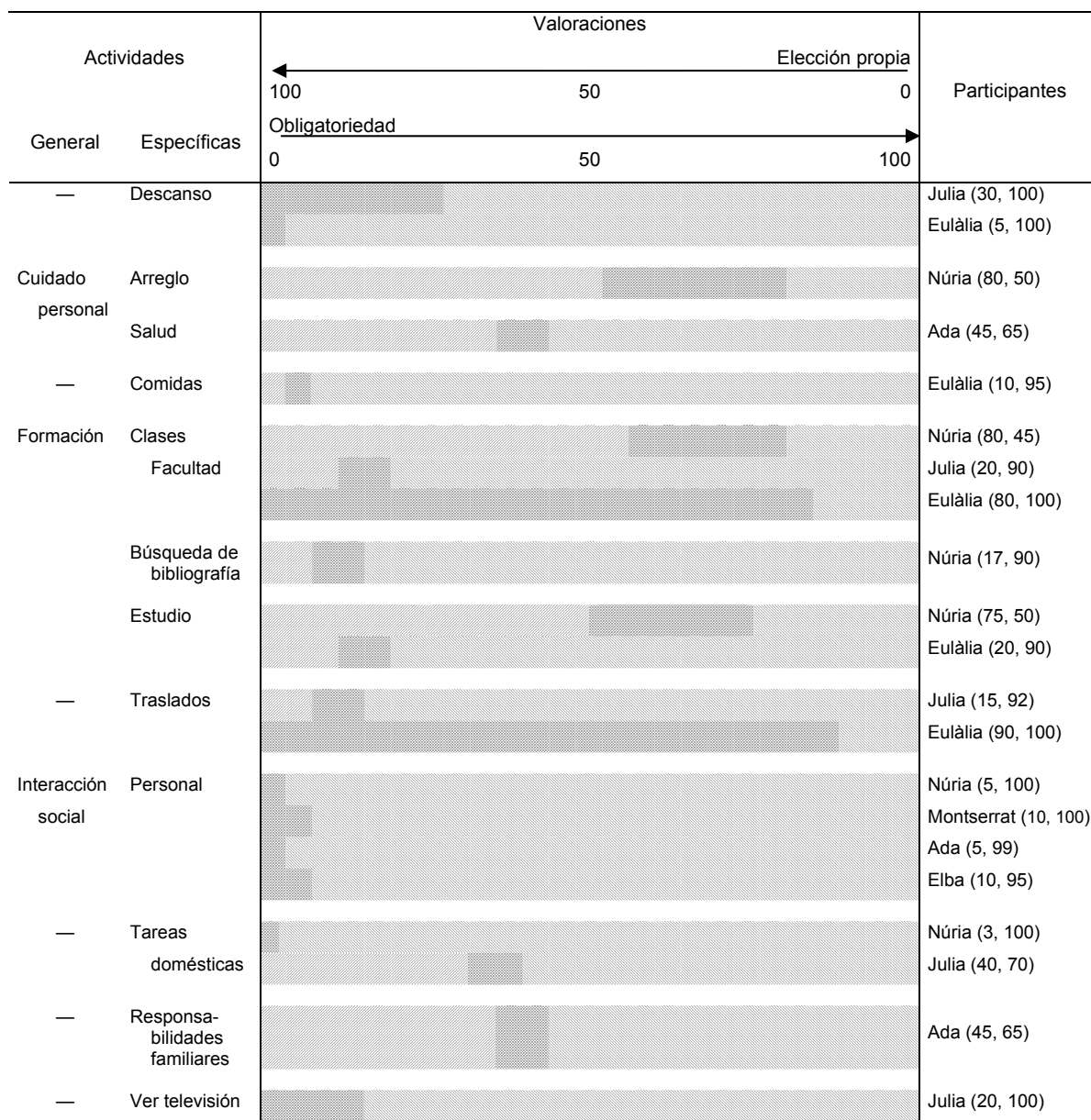
Nota. Coeficientes de correlación de Spearman  $r_s = -,727$  (elección propia-obligatoriedad) y  $r_s = -,893$  (satisfacción-insatisfacción). En negrilla, los coeficientes significativos para  $p < ,01$ . Las figuras de las actividades restantes, en el Anexo 2.

Figura 16.5. Relación entre las valoraciones a la actividad de interacción social (personal)



*Nota.* Coeficientes de correlación de Spearman  $r_s = -1,00$  (elección propia-obligatoriedad) y  $r_s = -0,541$  (satisfacción-insatisfacción). En negrilla, los coeficientes significativos para  $p < ,01$ . Las figuras de las actividades restantes, en el Anexo 2.

Figura 17. Borrosidad entre las valoraciones de elección propia y obligatoriedad de las actividades realizadas



Nota. Al lado del nombre de las participantes, entre paréntesis, las valoraciones otorgadas (obligatoriedad, elección)

Elección propia; Obligatoriedad; Área borrosa entre ambas valoraciones.

A este respecto, la representación propuesta en la Figura 17 muestra la borrosidad en la percepción de libertad de las actividades realizadas, esto es, la pertenencia simultánea a elección propia y obligatoriedad. En síntesis, esta representación destaca cómo en la valoración de ciertas actividades conviven no linealidad y borrosidad.

Vemos pues que la interacción social presenta borrosidad para la mitad de las participantes, seguida de las clases en la Facultad. El resto de actividades son señaladas por una o dos personas del grupo, y en el caso de arreglo, salud y comidas, se refieren a un mismo aspecto (cuidado personal). Además, si se toma en cuenta el número de actividades por participante en que la borrosidad se hace presente, tenemos que esta manifestación de complejidad aparece en 6 actividades de Núria, 5 de Julia y Eulàlia, 3 de Ada y 1 de Montserrat y Elba.

## 7.2. «¿Quién soy yo?»: su relación con actividades cotidianas

### 7.2.1. Configuración de las autodescripciones generales

De los instrumentos aplicados, el TST-G fue aquél donde las participantes hicieron más comentarios tanto en la propia prueba como durante las entrevistas. Alicia, Eulàlia y Paz refirieron que responder la pregunta «¿Quién soy yo?» había sido una experiencia positiva, ya que les había permitido saber: «que me gusto más de lo que creo y también que me conozco más de lo que pienso» (Alicia); «más que intereses, tal vez perspectivas. Poder ver qué es aquello por lo que más me preocupo» (Eulàlia); «aspectos de mi circunstancia y de mi propia personalidad que me suelen pasar inadvertidos, porque siempre están presentes» (Paz). Para esta última como para Julia, las primeras autodescripciones fueron automáticas, y tras llegar a un momento de mayor reflexión, nuevamente fluyeron con rapidez las respuestas restantes al TST-G. En el caso de Núria, respuestas y organización realizada son relativas, ya que «todas son importantes, porque yo soy así y ya está, pero en este momento se me ha ocurrido ordenarlas así. Posiblemente, en otro momento lo hubiera hecho de otra forma, pero también me habría descrito de otra forma».

La observación de las autodescripciones de todas las participantes permite distinguir cuatro tipos de configuraciones. Cada una de estas configuraciones se

ejemplifica con las respuestas más ilustrativas en cada caso; las autodescripciones de todas las participantes se consideran más adelante, al valorar conjuntamente las respuestas al TST-G y al TST-T.

Figura 18. Autodescripciones de Eulàlia: «¿Quién soy yo?»

1º	Un misterio sin posibilidad de resolver	3							
2º	Una mortal	4	Un conjunto de moléculas ordenadas para una función	11					
3º	Un sinsentido	5							
4º	Un ser que piensa y reflexiona	2							
5º	Un milagro, pues existo	6							
6º	Alguien que se pregunta por su existencia	15							
7º	Alguien que busca la verdad absoluta	16							
8º									
9º									
10º	Una persona de la especie humana	1							
11º	Una persona escéptica y relativista	13							
12º	Espíritu y cuerpo a la vez	12							
13º	Una persona que busca la felicidad	14							
14º	Que ama la justicia	20							
15º	Una persona sensible y crítica	18							
16º	Alguien que quiere amar a los demás	17							
17º	Orgullosa	19							
18º	Una ciudadana barcelonina y catalana	8							
19º	Una estudiante de Psicología	9							
20º	Una hija, hermana, sobrina, novia y amiga	10	Una adolescente	7					

Nota. En negrilla, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.

En el primer tipo de configuraciones, Eulàlia (Figura 18), Núria y Paz sólo modificaron el orden de sus respuestas; es decir, al pasar a la actividad donde se indicaba que organizaran jerárquicamente las autodescripciones, estas participantes mantuvieron la estructura vertical que condiciona el propio instrumento, y sólo en casos puntuales colocaron dos respuestas en un mismo nivel. Por ejemplo, Paz colocó sus respuestas 5 y 6 en el mismo orden (11°): «Soy hija de L. y A.» y «Soy hermana de J. A.», respectivamente; las respuestas 6 y 2 de Núria («Sóc catalana» y «Sóc vallenga») ocuparon el 2° lugar, orden que también siguió Eulàlia para colocar sus respuestas 4 y 11 («Una mortal» y «Un conjunto de moléculas ordenadas para una función» —Figura 18). Esta participante, además, colocó en el último lugar (20°) sus respuestas «Una hija,

Figura 19. Autodescripciones de Elba: «¿Quién soy yo?»

1°	Un ser humano	1	Una persona	2						
2°	Alma	7	Materia	5	No lo sé	4	Carne	6	Dudas	12
3°	Emoción	8	Arte	13	Trascendencia	20				
4°	Mente	14	Racionalidad	10	Curiosidad	18	Tristeza	9	Salud y enfermedad	19
5°	Un trocito del mundo	15	Insignificante	16	Polvo de estrellas	17				
6°	Indecisión	11								
7°	Una chica	3								
8°										
9°										
10°										
11°										
12°										
13°										
14°										
15°										
16°										
17°										
18°										
19°										
20°										

Nota. En negrilla, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.

hermana, sobrina, novia y amiga» y «Una adolescente»; en estas autodescripciones (y a diferencia de las de Paz y Núria) se producen vacíos en esta estructura vertical; esto es, en los lugares 8º y 9º no se colocó respuesta alguna.

Figura 20. Autodescripciones de Alicia: «¿Quién soy yo?»

1º	Soy una mujer joven	1	Soy una niña grande	3	Soy una luchadora	4			
2º	Soy una persona con ilusión	5	Soy una mujer alegre	6	Soy ternura	20	Soy dos ojos que miran con inocencia	19	
3º	Soy una pillita	8	Soy un soplo de aire fresco	12	Soy libertad	16			
4º	Soy una persona amiga de sus amigos	7	Soy una hija orgullosa de sus padres	13	Soy una futura madre	10			
5º	Soy alguien que ha sufrido mucho	15	Soy una esperanza	11					
6º	Soy una enfermera	2	Soy emprendedora	9					
7º	Soy un solete	14	Soy una gran cama c/ sábanas de hilo recién planchadas	17	Soy un pez en el agua	18			
8º									
9º									
10º									
11º									
12º									
13º									
14º									
15º									
16º									
17º									
18º									
19º									
20º									

Nota. En negrilla, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.

Figura 21. Autodescripciones de Ada: «¿Quién soy yo?»

1º	Ada	1	Ada M. R. C.	2	La charlatana	3	La despistada	16		
2º	La indecisa	10	La jovial	11						
3º										
4º	La graciosa	19								
5º	La insegura a veces	9								
6º	La extrovertida	4								
7º	La sinvergüenza	17	La susceptible	13						
8º	La impaciente	8								
9º	La coqueta	20								
10º	La tímida (a veces)	18	La curiosa	7	La estudiante de Psicología	5				
11º	La agradecida	14								
12º										
13º										
14º	La fiestera	12								
15º										
16º										
17º	La cabezona	15								
18º	La mayor	6								
19º										
20º										

*Nota.* En negrilla, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.

Un segundo tipo de configuración está presente en Elba (Figura 19) y Montserrat. En este caso, las respuestas se agrupan en la mitad superior de la jerarquía, con lo cual la organización tiende a ser horizontal. En un mismo nivel, además, pueden encontrarse autodescripciones de diversa índole; p. ej., en el 2º lugar Elba coloca «Alma», «Materia», «No lo sé», «Carne» y «Dudas» (respuestas 7, 5, 4, 6 y 12 respectivamente); para esta



participante, en líneas generales, todas las palabras utilizadas abarcan «más aspectos de lo que creo que soy como persona individual. Me ha sido difícil ordenarlas porque no sé qué prima en mí, el aspecto racional o el emocional (o no sé qué debe ser más importante —soy muy indecisa)». De diferente tenor son las respuestas 8, 5, 9, 12 y 11 que Montserrat en la misma segunda posición: «Estudiant de Psicologia», «Sóc alta», «Estudiant de Música», «Cantadora» y «Sóc guitarrista».

Entre el primer y segundo tipo de configuraciones puede situarse la configuración de autodescripciones de participantes como Alicia (Figura 20) y Julia. En este caso, las autodescripciones no se extienden ni a todo lo ancho ni a todo lo alto, sino que conforman un todo más bien compacto (con 2, 3 y en algunos casos 4 respuestas por nivel). Tal como ocurría en el tipo de configuración anterior, en un mismo nivel puede haber diferentes respuestas; p. ej., Alicia coloca en el 4º lugar sus respuestas 7, 13 y 10: «Soy una persona amiga de sus amigos», «Soy una hija orgullosa de sus padres» y «Soy una futura madre». En ese mismo nivel, Julia coloca sus autodescripciones 6 y 20: «Soy bajita» y «Soy imaginación».

Un último tipo de organización es el que conforman las autodescripciones de Ada (Figura 21): básicamente vertical, pero con niveles tanto superiores como inferiores más expandidos, y en varios casos vacíos (lugares 3, 12, 13, 15, 16, 19 y 20). Para esta participante, además, la secuencia en que habían sido emitidas sus respuestas no parecía «muy característico de mi personalidad, así que después, al ordenarlas he hecho muchos cambios».

En líneas generales, las configuraciones realizadas por las participantes de sus autodescripciones destacan las diferencias entre el orden de emisión y el orden de importancia o jerarquía de las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?». Entre una y otra configuración de las autodescripciones, aparece una organización de respuestas en distintos niveles, establecidos de acuerdo con el criterio de las participantes al trabajar secuencialmente sobre su material.

### 7.2.2. Asociación entre autodescripciones generales y actividades cotidianas: Aspectos complejos

Vincular las respuestas del TST-G y del PT-G «parecía más difícil de hacer, pero una vez empiezas enseguida encuentras relaciones» (Julia). A Alicia y Eulàlia, respectivamente, les permitió reflexionar sobre sí: «hay alguna (o varias) razón [sic] por la cual no hago aquello con lo que disfrutaría, es decir, como si no terminara de ser yo misma, como si estuviera «encorsetada»; «las identificaciones que he dado acerca de mí misma están muy alejadas de la realidad cotidiana. Son cosas subjetivas y abstractas, más que prácticas».

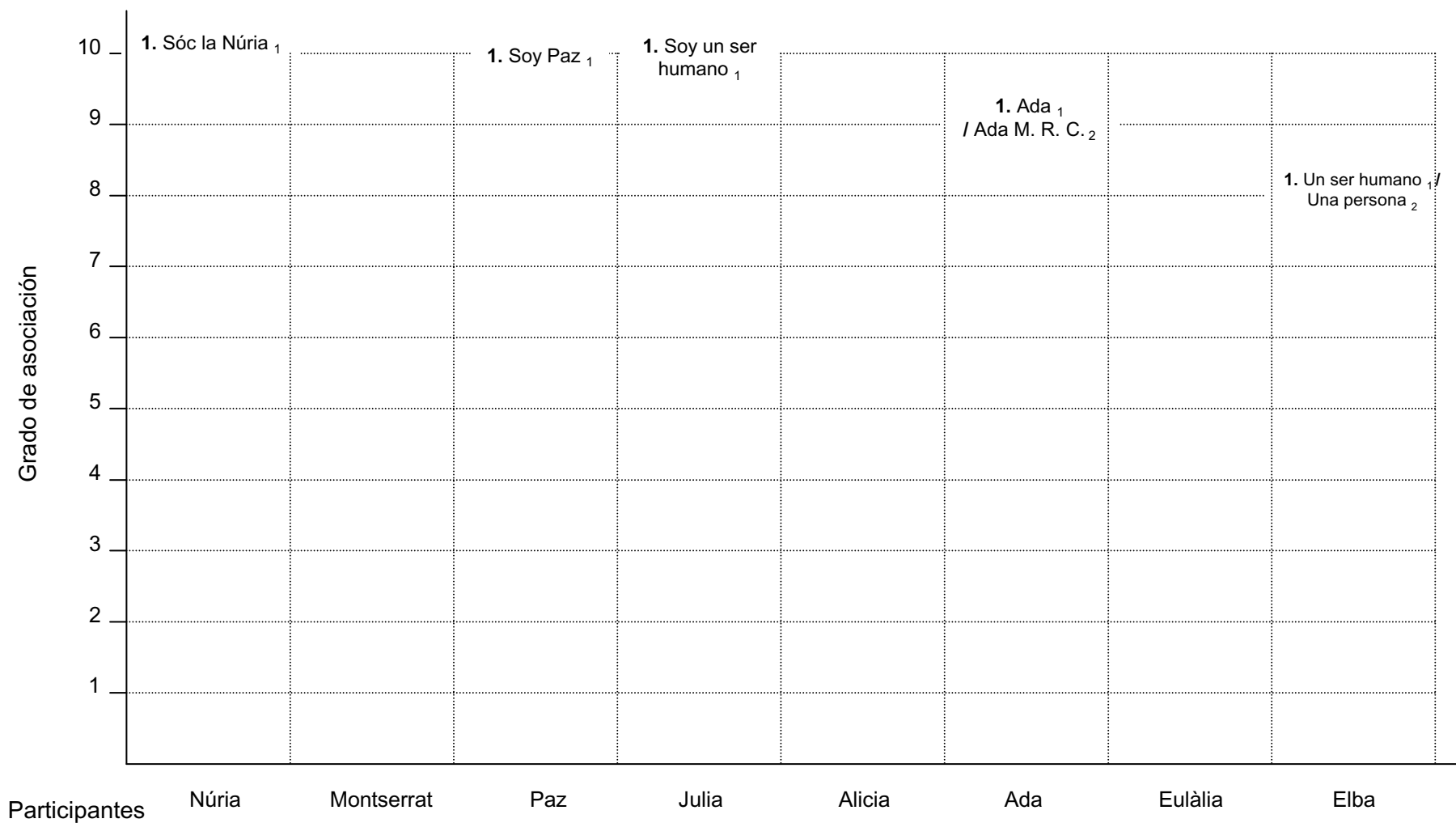
En este ejercicio, cinco participantes señalaron la relación de una o dos respuestas al TST-G con todas las actividades (Figura 22.1); así, para Núria, Paz y Ada, sus nombres están asociados a cada actividad cotidiana descrita. En cambio, para Julia y Elba esto ocurre con autodescripciones que reflejan una condición humana general. En ambos casos, dichas respuestas tienen en común haber sido colocadas en los primeros niveles de la jerarquía de respuestas del TST-G elaborada por las participantes.

Estos resultados apenas varían con los obtenidos para la higiene (Figura 22.2). Únicamente Núria añadió la respuesta «sóc femenina», Julia hizo otro tanto con su nombre y Elba colocó su autodescripción «materia»; por su parte, Alicia relacionó «soy una luchadora» a esta actividad de cuidado personal.

De las doce actividades con valoraciones no lineales y borrosas, en tres casos (comidas, búsqueda de bibliografía y tareas domésticas) quienes habían señalado dichas características complejas no establecieron asociación alguna con sus autodescripciones, o bien la asociación establecida es prácticamente la misma que la correspondiente a todas las actividades; por ejemplo, Ada asoció su nombre propio a la salud, y Núria coloca «sóc femenina» junto a su nombre en el arreglo personal, relación ésta idéntica a la realizada para una actividad lineal como la higiene.

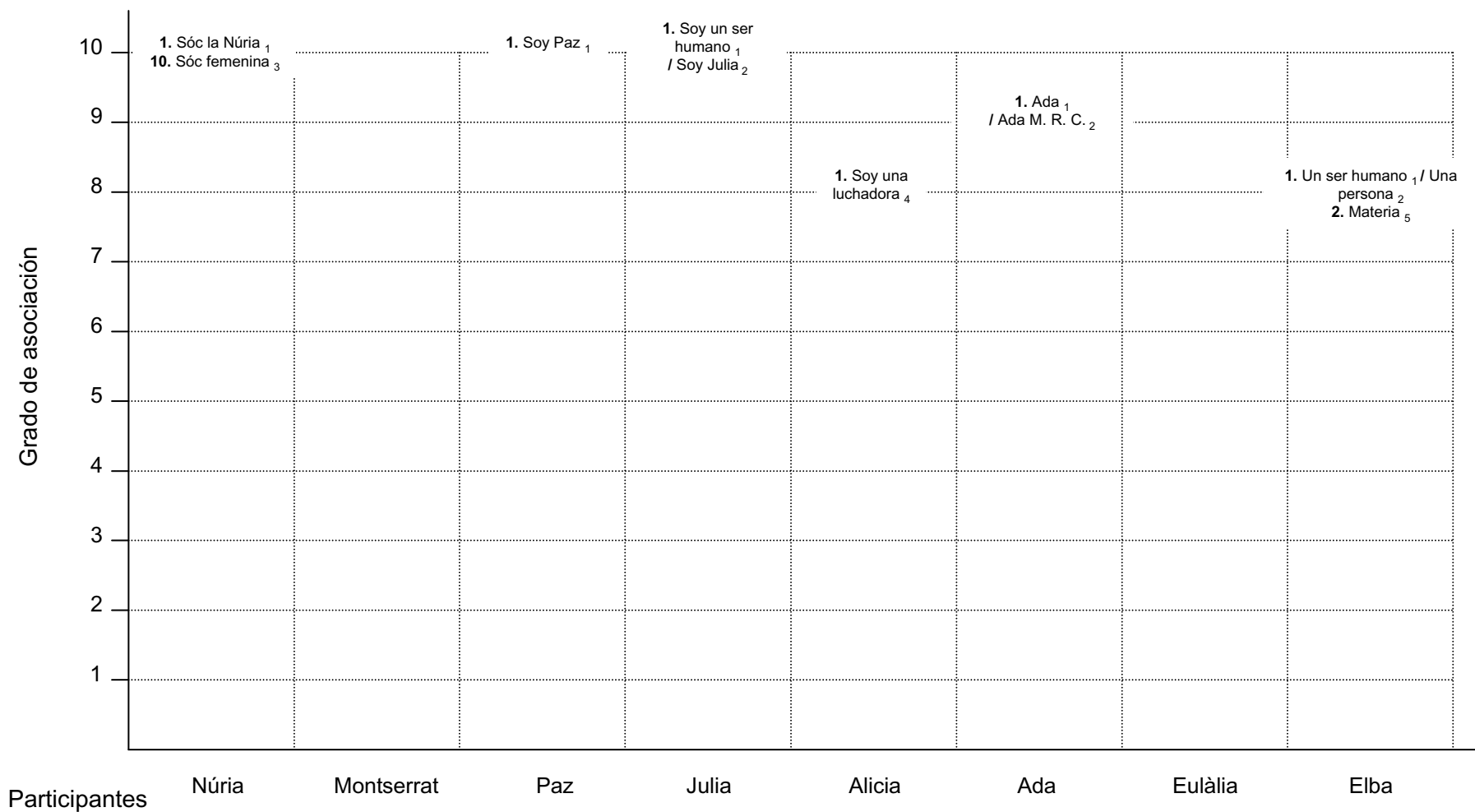
En el caso de la interacción social personal (Figura 22.3), tres de las cuatro participantes que realizaron valoraciones borrosas de esta actividad asociaron autodescripciones a la misma. En el caso de Núria, a su nombre propio añade el ser amiga de sus amigos (ambas en grado 10); para Ada, además de su nombre, en esta

Figura 22.1. Grado de asociación entre asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» y todas las actividades realizadas



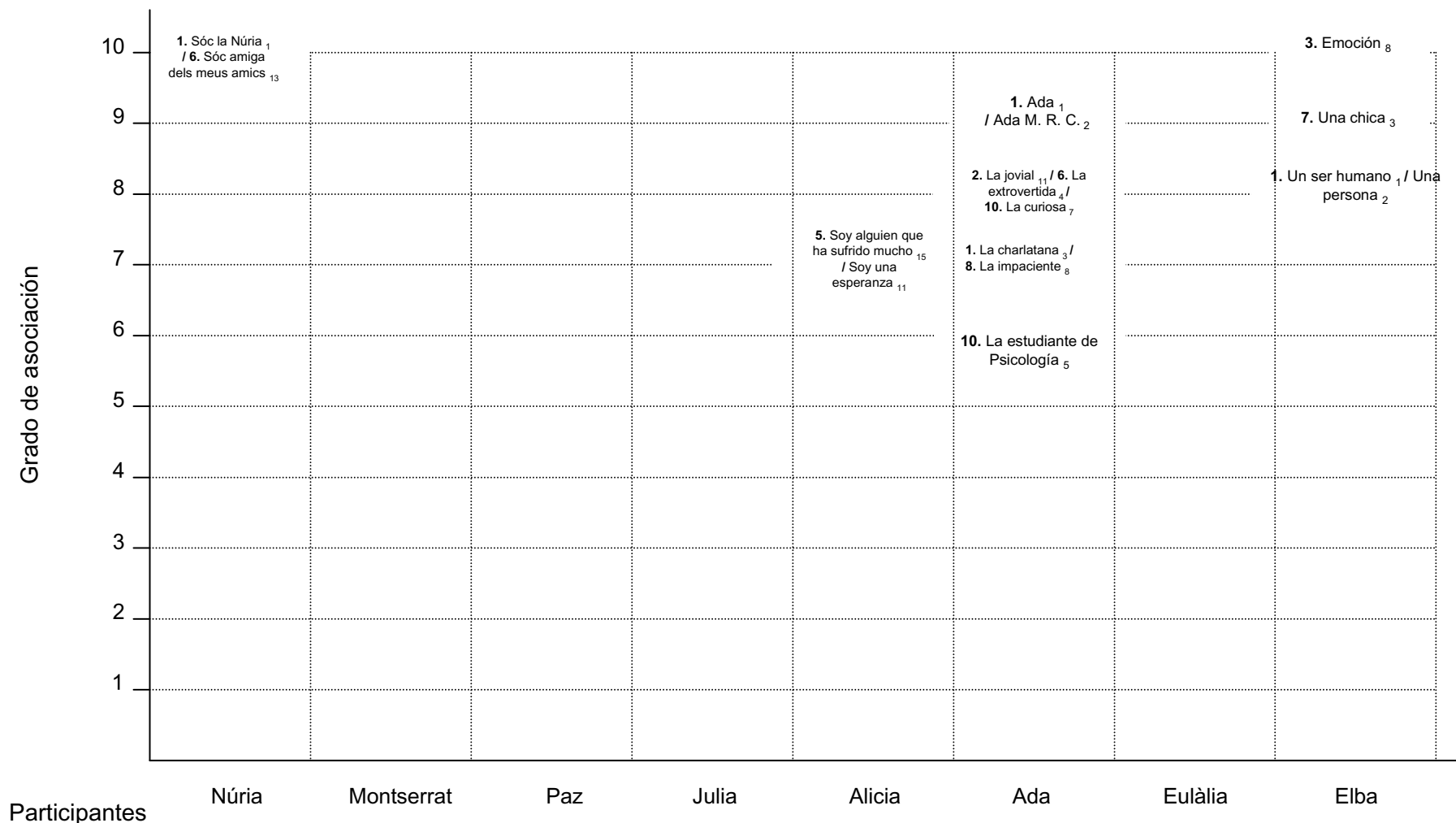
Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 22.2. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» y las actividades realizadas de cuidado personal (higiene)



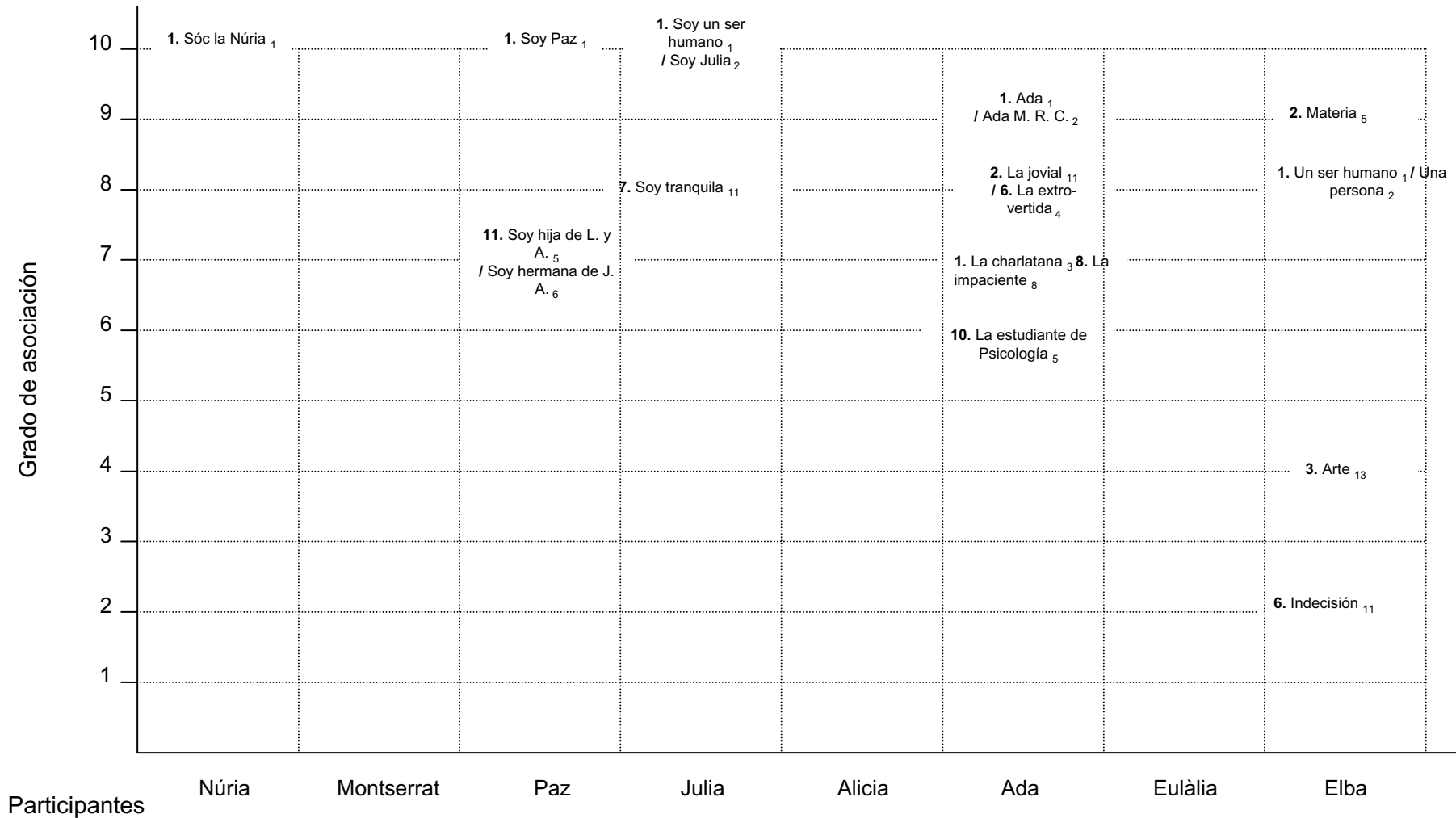
Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 22.3. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» y las actividades realizadas de interacción social (personal)



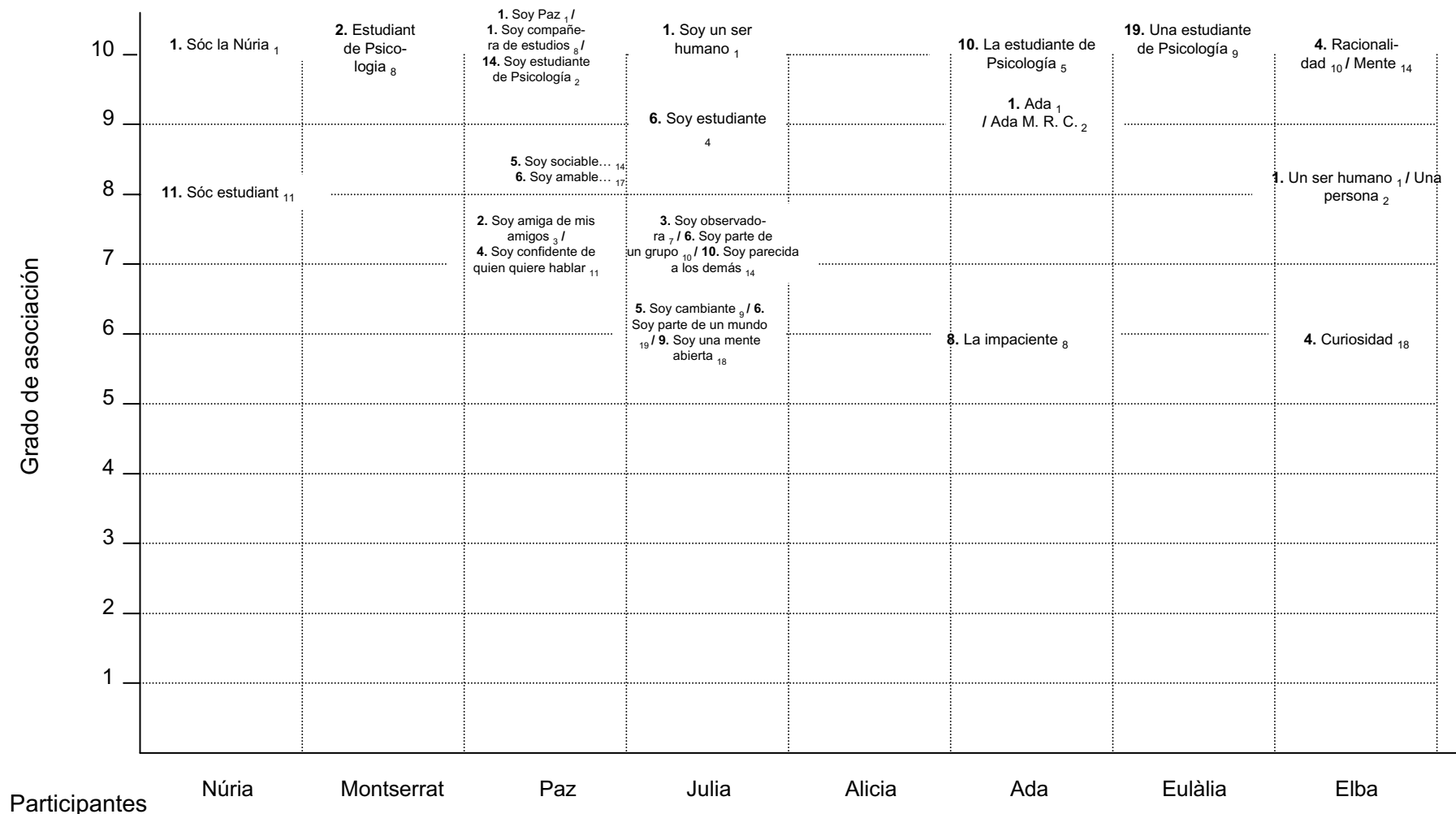
Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 22.4. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» y las actividades realizadas de comidas



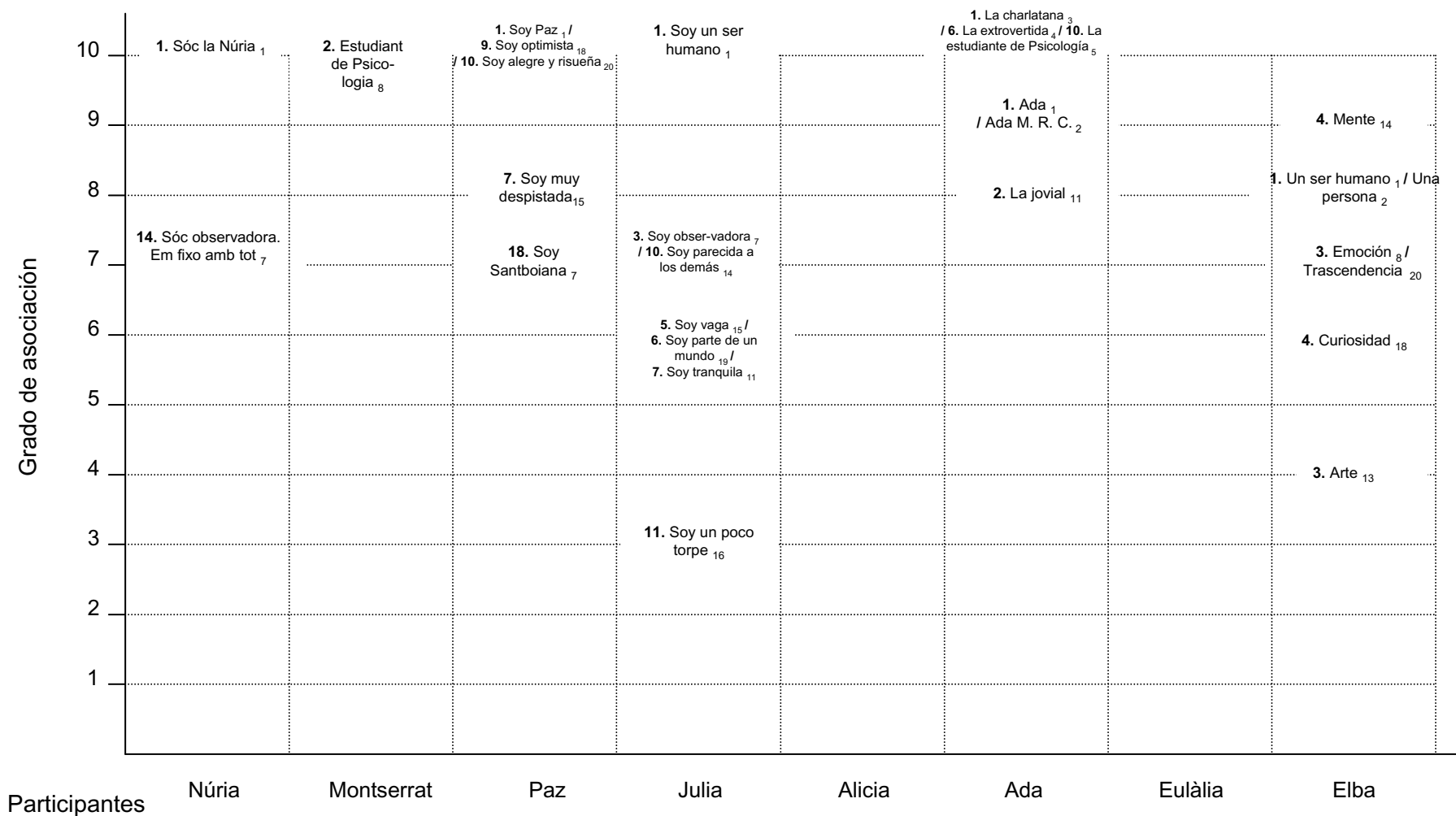
Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 22.5. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» y las actividades realizadas de formación (clases Facultad)



Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 22.6. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» y las actividades realizadas de traslados



Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.



actividad se manifiesta —en distinto grado— el ser jovial, extrovertida, curiosa, charlatana, impaciente y su condición de estudiante de Psicología. En Elba, a las respuestas presentes para todas las actividades realizadas, se añade la emoción y el ser una chica. En esta actividad, Alicia asoció el ser «alguien que ha sufrido mucho» y «una esperanza», ambas autodescripciones en grado 7.

Otras asociaciones a destacar corresponden a comidas, ver televisión, clases en la Facultad y traslados. Así vemos que en las comidas (Figura 22.4) se encuentran autodescripciones relacionadas con relaciones familiares (Paz), asociaciones con el arte (Elba) y respuestas similares a las de la interacción social personal (Ada). Se puede observar que algunas autodescripciones ocupan un lugar distinto al otorgado en la primera elaboración realizada por las participantes: por ejemplo, ser hija o hermana para Paz se encuentra en el lugar 11 de la configuración de sus respuestas y se asocia en grado 7 a las comidas; y para Elba, la indecisión (respuesta 11 del TST-G colocada en 6º lugar), apenas está asociada al hecho de alimentarse. Otra asociación que muestra la diversidad de relaciones entre autorreferencias y actividades es la que Núria hace de su respuesta «sóc catalana», que en grado 5 se asocia con ver televisión; curiosidad y susceptibilidad (Ada) y emoción (Elba), también pueden manifestarse en el curso de esta ocupación.

Dos resultados más que merecen destacarse son los correspondientes a las clases en la Facultad y los traslados. En el primer caso (v. Figura 22.5), tenemos una actividad de formación en la que aparecen las tres participantes que habían establecido valoraciones complejas de los motivos de esta ocupación: Eulàlia coloca el mayor grado de asociación a las clases el hecho de ser estudiante (autodescripción que aparece en los últimos lugares de su anterior ejercicio); esta situación, similar en el caso de Núria, en cambio es diferente para Julia, ya que al hecho de asistir a clases se asocian respuestas que refieren en ser «parte de un grupo» o «un mundo», «parecida a los demás», además de ser «observadora», «cambiante» y tener la «mente abierta».

Esta diversidad de asociaciones en Julia vuelve a observarse en los traslados (Figura 22.6), donde esta participante había realizado una valoración de 107. Además, el tipo de relaciones de 6 de las participantes en esta actividad, pone de manifiesto las múltiples autodescripciones que pueden ponerse de manifiesto en el trayecto del tren, metro o autobús: ser estudiante (Montserrat, Ada), tener cualidades diversas e incluso

poder abstraerse y tener experiencias de carácter artístico (p. ej., al dejar volar la imaginación con la música de fondo de un transporte público, según señaló Elba al ser entrevistada).

En líneas generales, las asociaciones entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» y las actividades realizadas permiten conocer, por una parte, aquellas autodescripciones que están presentes en las diferentes ocupaciones cotidianas, y por otra parte, las actividades vinculadas a una autodescripción en particular. El tipo y grado de asociaciones parecen constituir indicadores de fractalidad entre actividades y autodescripciones; en concreto, al señalar los rasgos autorreferenciales que se manifiestan con la iteración de una actividad y las autodescripciones que, a su vez, se iteran en las diversas ocupaciones que solemos llevar a cabo.

### 7.3. Ejercicios teatrales realizados en el taller

#### 7.3.1. *Tipo de ejercicios. Características principales*

El taller realizado contempló el conjunto de actividades mencionadas en la Tabla 12. De las 8 sesiones, sólo la última se dedicó exclusivamente a la recogida de información; en las sesiones restantes, la aplicación de instrumentos se realizó antes de dar inicio a los ejercicios teatrales, salvo en el caso del TST-T, cumplimentado al final de la primera parte de la sesión 6. En líneas generales, las sesiones se distribuyeron en una primera parte con ejercicios de relajación, objetivos y uso de objetos. Tras ser comentadas las experiencias de las participantes, había una pausa de aproximadamente 10 a 15 min.

En la segunda parte de cada sesión, se realizaron ejercicios (objetos imaginarios y libres, improvisaciones) desarrollados a partir de una instrucción general. El grado de intervención del experimentador dependió de la actividad realizada. Por ejemplo, en las relajaciones había una directividad mayor al orientar la liberación de tensiones en distintas partes del cuerpo. En cambio, en las improvisaciones sólo se mencionaban las circunstancias de las situaciones que podían desarrollarse; a partir de esto las participantes elegían la situación de su preferencia y se organizaban en ausencia del experimentador. Las pautas y contenido de las actividades se describen en la Tabla 13; en cada caso, la participación al realizar, observar y comentar ejercicios fue libre.

Tabla 12

*Actividades realizadas en el taller de ejercicios teatrales*

Sesión Nº	Día	Actividades
1	27/02	1. Bienvenida y presentación de la actividad. 2. Aplicación de instrumentos: TST-G. 3. Ejercicios teatrales: 3.1. Relajación pasiva. 3.2. Desplazamientos: Fijar puntos. 3.3. El círculo. 3.4. Las sillas. 3.5. Contar una historia. 3.6. Discusión en grupo.
2	06/03	1. Discusión en grupo. 2. Aplicación de instrumentos: PT-G 3. Ejercicios teatrales: 3.1. Relajación semiactiva. 3.2. Globos. 3.3. Discusión en grupo. 3.4. Acciones con objetos. 3.5. Improvisaciones: Presentaciones.
3	13/03	1. Discusión en grupo. 2. Ejercicios teatrales: 2.1. Relajación activa. 2.2. Desplazamientos: Fijar puntos. 2.3. Discusión en grupo. 2.4. Improvisaciones: El parto en el avión y El viaje espacial. 2.5. Discusión en grupo. 2.6. Objetos imaginarios. 2.7. Discusión en grupo.
4	20/03	1. Discusión en grupo 2. Aplicación de instrumentos: PTST-G 3. Ejercicios teatrales: 3.1. Relajación activa. 3.2. Desplazamientos: Haces de luz. 3.3. Discusión en grupo. 3.4. Ejercicios de objetos: libres. 3.5. Discusión de grupo.
5	03/04	1. Discusión en grupo 2. Ejercicios teatrales: 2.1. Relajación activa. 2.2. Acondicionamiento de la voz. 2.3. Discusión en grupo. 2.4. Objetos imaginarios. 2.5. Improvisación: La sala de espera. 2.6. Discusión en grupo. 2.7. Espejos. 2.8. Discusión en grupo.
6	10/04	1. Discusión en grupo. 2. Ejercicios teatrales: 2.1. Relajación activa. 2.2. Acondicionamiento de la voz. 2.3. Discusión en grupo. 2.4. Sonido y cuerpo. 2.5. Discusión en grupo. 3. Aplicación de instrumentos: TST-T 4. Ejercicios teatrales: 4.1. Discusión en grupo. 4.2. Improvisación: Las bandidas. 4.3. Discusión en grupo.
7	17/04	1. Discusión en grupo. 2. Aplicación de instrumentos: PT-T. 3. Ejercicios teatrales: 3.1. Relajación activa. 3.2. Acondicionamiento de la voz. 3.3. Desplazamientos: Nuevas formas de andar. 3.4. Discusión en grupo. 3.5. Improvisación: El bosque encantado. 3.6. Discusión en grupo.
8	23/04 al 26/04	1. Aplicación de instrumentos: PTST-T 2. Entrevista individual con cada participante

Tabla 13  
 Descripción de los ejercicios teatrales realizados en el taller

General	Tipo		Definición
		Específico	
Relajación	Pasiva		Reducción de tensiones mediante la respiración y concentración en diferentes partes del cuerpo, mientras se está sentado en una postura cómoda.
	Semiactiva		Reducción de tensiones mediante la incorporación de movimientos con diversas partes del cuerpo mientras se permanece de pie.
	Activa		Reducción de tensiones mediante desplazamientos realizados por el espacio al ritmo de la respiración.
Uso de objetos	Acciones con objetos		Realización de tres acciones con objetos presentes en el espacio.
	Objetos imaginarios		Desarrollar las acciones correspondientes a arreglarse para un día especial; sólo una mesa, una silla y un espejo son objetos reales.
	Globos		Escoger un globo de entre varios. Jugar con el globo por todo el espacio con distintas partes del cuerpo. Tratarlo como un objetopreciado. Imaginar que dentro del globo hay algo o alguien muy importante o valioso. Colocarse en parejas con un globo entre ambas personas; desplazarse sin que el globo caiga o explote, y evitar tocarlo con las manos o hablar entre compañeros.
	Libres		Realizar distintas acciones con cualesquiera objetos personales o del espacio, reales o imaginarios.
Objetivos	Desplazamientos	Fijar puntos	Caminar en cualquier dirección hacia un sitio determinado previamente por la persona, con distintos ritmos.
		Haces de luz	Recorrer el espacio, imaginando que de determinadas partes del cuerpo (manos, pecho, cadera, otras) se proyectan haces de luz con los que exploramos el entorno.
		Formas de andar	Caminar por el espacio y prestar atención a la propia manera de caminar. Exagerar algún detalle y desarrollar una forma distinta de moverse. Imaginar a la persona cuyo modo de caminar se inventa.
	Espejos		Por parejas, frente a frente. Una persona inicia un movimiento que la otra copia intentando no perder el contacto visual.
Obstáculos	El círculo		De pie, conformar un círculo entre todos sin comunicarse mediante palabras. Observar a cada persona e imaginar una historia para cada uno.
	Las sillas		Dos sillas en el centro del aula, colocadas respaldar con respaldar; por parejas, cada uno trata de levantarse, caminar hacia el frente y regresar de espaldas al asiento sin que el otro miembro de la pareja se entere; el contrincante debe sorprender al otro mientras se mueve para eliminarlo y ganar; sin embargo, si se gira y el otro está quieto, aquél pierde.

(Tabla 13 continúa)

(Tabla 13 continúa)

General	Tipo		Definición
		Específico	
Voz	Acondicionamiento		Liberación de tensiones en partes del cuerpo implicadas en la emisión de la voz. Dirección y movimiento de distintos sonidos en el espacio; concentración del sonido en distintas zonas del cuerpo (estómago, pecho, garganta, parte trasera del cuello, cara, nariz, parte superior de la cabeza).
	Sonido y cuerpo		En parejas, uno emite sonidos y el otro reacciona con movimientos.
Circunstancias dadas	Improvisaciones	Contar historia	Inventar un relato que se ha de contar a un compañero de otro grupo; a cada grupo se le dice que las historias que contarán sus compañeros son verdaderas, a diferencia de ellos que tienen que inventarlas.
		Presentaciones	Presentarse delante de todos diciendo el nombre y el por qué están aquí; la primera vez siendo quienes son y la segunda como otra persona.
		Parto en el avión	En un vuelo con turbulencias, una mujer da a luz.
		El viaje espacial	Una nave espacial llega a un planeta desconocido. Los tripulantes se enfrentan a criaturas extrañas y las aniquilan.
		La sala de espera	Recepción en el despacho de un médico importante que no aparece y con quien resulta difícil conseguir hora.
		Las bandidas	En un camión, vienen bandidas que huyen de una ciudad donde han cometido fechorías; atraviesan el desierto perseguidas por la policía.
		El bosque encantado	El espacio es un bosque encantado donde puede ocurrir lo que se desee.
Discusión en grupo			Intercambio de opiniones relacionadas con actividades realizadas en el taller.

Para Ada, las sesiones fueron «demasiado cortas. Al principio...pensaba: «Dios mío, ¿cómo vamos a aguantar tres horas metidos? ¡No puede ser!». Pero luego cuando estábamos con lo de la relajación y eso, y mirábamos la hora, ¡anda!... Me lo he pasado bien, la verdad...Salías muy relajada y a gusto de haber estado aquí». En opinión de Núria, el ambiente del taller fue «más natural, que no pas a classe». En relación con experiencias previas similares, Paz comentó que «el otro [taller] era como más pautado; pues había una obra, te tenías que aprender un diálogo, ibas a clase, soltabas el rollo y te decían: «Pues no, que tienes que hacerlo más natural». Y aquí era como más improvisación todo, más libre. Y más divertido»; esta libertad fue corroborada por Julia al decir del taller que era «más libre... por ejemplo: si tú te quieres... caminar y rodar por el

suelo, pues puedes hacerlo. Que no tienes que pensar en qué dirán: no hay qué dirán aquí, es verdad».

### 7.3.2. *Percepción de libertad en los ejercicios teatrales*

De las actividades del taller, el ejercicio con globos fue el único valorado por todas las participantes; relajación activa y acondicionamiento de la voz, en 7 casos; relajación pasiva, acciones con objetos, objetos imaginarios, espejos, las sillas y contar historia fueron mencionados por 6 participantes; en 5 casos, el resto de las improvisaciones y la relajación semiactiva. La mitad de las participantes consideraron los haces de luz, el círculo, sonido y cuerpo, y las discusiones en grupo; objetos libres y aplicación de instrumentos fueron valorados por 3 personas.

#### 7.3.2.1. *Valoración de elección propia*

En lo que se refiere a la elección propia al llevar a cabo las actividades del taller, los resultados indican la siguiente valoración en orden decreciente (Tabla 14): uso de objetos libres ( $M = 76,67$ ), la sala de espera ( $M = 76,00$ ), las discusiones en grupo ( $M = 70,00$ ), los espejos ( $M = 66,67$ ) y las bandidas ( $M = 63,00$ ); a estos ejercicios les siguen el parto en el avión ( $M = 62,60$ ), el viaje espacial ( $M = 60,00$ ) y el círculo ( $M = 59,75$ ). Menores valoraciones recibieron la relajación semiactiva ( $M = 49,40$ ), fijar puntos ( $M = 47,50$ ), los ejercicios de voz ( $M = 47,14$  para el acondicionamiento y  $M = 45,00$  para sonido y cuerpo) y las presentaciones ( $M = 43,40$ ). Los ejercicios cuya valoración fue más baja fueron los de objetos imaginarios ( $M = 31,67$ ), sillas ( $M = 30,83$ ), globos ( $M = 28,13$ ), relajaciones activa ( $M = 25,00$ ) y pasiva ( $M = 11,67$ ), haces de luz ( $M = 5,55$ ), y aplicación de instrumentos ( $M = 5,00$ ).

Del conjunto de estas valoraciones de elección propia, cabe destacar los resultados obtenidos con las improvisaciones, los ejercicios libres de objetos, las discusiones en grupo, el ejercicio de objetos con globos y las relajaciones.

Con respecto a las improvisaciones y los ejercicios libres de objetos, ambas actividades obtuvieron una mayor valoración de elección propia. Más específicamente, las improvisaciones fueron destacadas por todas las participantes durante las entrevistas, fuese porque contribuían a estrechar lazos entre las personas (Núria) o simplemente eran

divertidas (Montserrat, Paz, Alicia). Para Julia, en estos ejercicios «Había cosas que me sorprendían, digo: «¡Anda!», y muchas de: «No me imaginaba que esta chica podía llegar a esta... a... plantear esta historia. No sé, no le pega». No sé». Por su parte, Eulàlia descubrió que al fijarse «tanto en las personas y en la teoría de las cosas que ocurrían... no podía hacer la improvisación», en tanto que Ada identificó molestias al no ser protagonista; además, al presenciar el viaje espacial, Ada observó que la improvisación era «sincronizada pero al mismo tiempo desordenada, porque realmente no estaban puestos de acuerdo, pero como cada uno tenía su rol bien definido, pues, era muy bonito ver cómo se sorprendían, pero la misma sorpresa era parte de la actuación, no sé». En sintonía con esta apreciación, Elba destacó «qué curioso fue cómo parece que las cosas se tienen organizadas y luego, a la práctica, te das cuenta de que cojean por todas partes... No te salen por cosas tontísimas que no habías aclarado... En una improvisación, siempre vamos a las cosas más complicadas cuando las causas son más simples».

Con la discusión en grupo, Montserrat y Elba se sintieron escuchadas y valoradas. Por lo que respecta al ejercicio de objetos con globos, y aún cuando obtuvo un promedio de elección propia más bien bajo, fue una actividad del taller que sorprendió y agradó a Julia y a Alicia, e hizo pensar a Ada que «quizás, muchas cosas en mi vida sean como ese globo y yo le he dado valor porque me ha parecido bien, pero quizás no sean tan importantes como a mí me lo parecen. O al contrario, quizás esto que a mí me parece nada importante puede serlo, ¿y por qué no?».

Llaman la atención, asimismo, las diferencias entre los tres tipos de relajación, en los que la semiactiva supera con creces a las otras dos modalidades. Durante las entrevistas, Núria y Paz comentaron sentirse mejor tras las relajaciones, y Montserrat mencionó que las practicaba en casa con su familia y le servían para tomarse las cosas con más calma; en cambio, a Alicia le incomodaban las relajaciones más activas «porque yo soy muy vaga, y me gusta, me gusta estar sentada tranquila...».

La relajación semiactiva, además, fue la actividad con valoración más variable entre las participantes ( $DT = 45,451$ ). A este ejercicio siguen, en orden decreciente, las sillas ( $DT = 44,319$ ), presentaciones ( $DT = 44,009$ ) y objetos imaginarios ( $DT = 43,089$ ). Similares resultados obtuvieron las acciones con objetos ( $DT = 38,926$ ), el círculo ( $DT =$

Tabla 14

*Elección propia y obligatoriedad percibidas en los ejercicios realizados*

General	Tipo de ejercicio		<i>n</i>	<i>p</i>	Elección propia				Obligatoriedad			
	General	Específico			Mín.	Máx.	<i>M</i>	<i>DT</i>	Mín.	Máx.	<i>M</i>	<i>DT</i>
Relajación	1.	Pasiva	6	0,750	0	50	11,67	19,408	50	100	80,00	23,664
	2.	Semiactiva	5	0,625	0	99	49,40	45,451	1	100	33,20	42,175
	3.	Activa	7	0,875	0	50	25,00	20,616	10	80	59,29	25,237
Uso de objetos	4.	Acciones con objetos	5	0,625	0	90	39,80	38,926	0	70	22,20	29,312
	5.	Objetos imaginarios	6	0,750	0	100	31,67	43,089	0	100	51,67	47,504
	6.	Globos	8	1,000	0	80	28,13	34,428	10	100	50,63	37,075
	7.	Libres	3	0,375	70	90	76,67	11,547	3	10	23,33	11,547
Objetivos	Desplazamientos	8. Fijar puntos	2	0,250	25	70	47,50	31,820	30	75	52,50	31,820
		9. Haces de luz	4	0,500	0	20	5,55	10,000	10	100	60,00	39,158
		10. Espejos	6	0,750	40	90	66,67	22,509	10	60	33,33	22,509
Obstáculos	11.	El círculo	4	0,500	10	99	59,75	38,819	0	50	17,75	23,386
	12.	Las sillas	6	0,750	0	95	30,83	44,319	0	100	52,50	48,964
Voz	13.	Acondicionamiento	7	0,875	10	90	47,14	26,277	10	90	51,43	26,726
	14.	Sonido y cuerpo	4	0,500	0	80	45,00	34,157	20	80	50,00	25,820
Circunstancias dadas	Improvisaciones	15. Contar historia	6	0,750	0	99	32,67	36,735	1	100	52,00	42,610
		16. Presentaciones	5	0,625	0	99	43,40	44,009	1	100	44,40	43,432
		17. Parto en el avión	5	0,625	4	89	62,60	33,702	7	30	19,60	10,597
		18. El viaje espacial	3	0,375	40	80	60,00	20,000	0	80	40,00	40,000
		19. La sala de espera	5	0,625	50	100	76,00	18,166	0	80	34,00	31,305
		20. Las bandidas	5	0,625	20	95	63,00	28,196	0	80	35,00	37,417
21.	Discusión en grupo	4	0,500	40	90	70,00	24,495	10	60	30,00	24,495	
22.	Aplicación de instrumentos	3	0,375	0	10	5,00	5,000	10	100	66,67	49,329	

Nota. *n* = número de participantes; *p* = proporción sobre el total.



Tabla 15

Correlaciones para las valoraciones de elección propia y obligatoriedad en los ejercicios teatrales

Tipo de ejercicio		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
General	Específico																						
Relajación	1. Pasiva	-,516	,000	,108	-,105	,000	,984	-,500			,216	-1,00	1,00	-,131	1,00	,389	,000	-,500	-,500	,081	,216	,000	
	2. Semiactiva	,000	-,700	-,316	-1,00	,316	,671			-,866	,316	1,00	,775	-,800		1,00	1,00	,359		1,00	-1,00		-,100
	3. Activa	-,583	-,316	-,324	,738	-,229	,396	,866	1,00		-,108	,316	,103	,524	1,00	,667	,632	,333	-,500	,833	-,316	,632	-1,00
Uso de objetos	4. Acciones con objetos	-,105	1,00	-,211	,600	1,00	,224			,866	-,500		-,105	,316	,500	-,400	-,800	1,00	-1,00	-1,00	,211	-1,00	1,00
	5. Objetos imaginarios	,433	,316	-,750	1,00	-,532	,419	-1,00		1,00	,684	,866	,632	-,524	1,00	,200	,200	1,00	-1,00	-,949	,833	,000	1,00
	6. Globos	,985	,718	,156	,308	,612	-,199	,000	1,00		,582	,632	,935	-,269	1,00	,647	,671	,574	-,500	,158	,132	,316	
	7. Libres	-,500		,866		-1,00	,000	-1,00			,000			,866						,500	-,866		
Objetivos	8. Fijar puntos			1,00			1,00		-1,00				-1,00	1,00	1,00	-1,00					,866	-1,00	
	9. Haces de luz	,866	,500	,500	,500	1,00	,949			,258	1,00			1,00		-,866	-,866	,866		-1,00	1,00		,866
	10. Espejos	,216	,316	,108	-,500	,684	,582	,000		1,00	-1,00	,866	,632	-,179	,866	,553	,500	1,00	1,00	-,026	,800	,500	1,00
Obstáculos	11. El círculo	-1,00	,800	,316		,866	,800			1,00	,866	,200	,866	-1,00		1,00	1,00	,949		1,00			-1,00
	12. Las sillas	1,00	,738	,300	,200	,632	,941		-1,00	,866	,632	1,00	-,400	-,763	,500	,739	,949	,775	1,00	,105	,500	1,00	
Voz	13. Acondicionamiento	,000	-,800	,373	,738	-,343	-,037	,866	1,00	,866	-,179	-1,00	-,763	-,944	-,105	-,684	-,800	-,632	,866	-,026	-,289	,105	1,00
	14. Sonido y cuerpo	,000		,949	-1,00	,000	,105		1,00		,866		,500	-,400	-1,00	,500	,500		-,500	1,00	,866	,500	
Circunstancias dadas	15. Contar historia	,389	,949	,527	,200	,200	,702		-1,00	,500	,553	,866	,821	-,684	,500	-,537	1,00	,400	1,00	,949	,500	1,00	-1,00
	16. Presentaciones	1,00	,866	,889	,600	,738	,821			1,00	,500		,949	-,632	,500	1,00	-,564	,500	1,00	1,00	-,866	1,00	-1,00
	17. Parto en el avión	-,500	,564	,333	1,00	1,00	,763			1,00	1,00	,949	,949	-,632		,738	,866		,053		-,866	1,00	
	18. Viaje espacial	,866		,000	,500	1,00	,866				1,00			1,00	1,00	-,500	1,00	1,00		-1,00	1,00	,000	
	19. Sala de espera	-,135	1,00	,833	-,500	-,738	,000	,500		-1,00	,289	1,00	-,211	,289	1,00	,738	-1,00	-,866	1,00		-,895	-,105	,866
	20. Bandidas	,632	-1,00	-,632	,400	1,00	,564	-,866			1,00	,800		,500	-,205	-,500	,500	,500	1,00	1,00	,105	-,564	-,500
21. Discusión en grupo	,000		,632	-1,00	,000	,316	,866	-1,00			,500		1,00	,105	,500	1,00	1,00		1,00	,866	-,500	-1,00	
22. Aplicación de instrumentos		,500	1,00	1,00	1,00	,866				1,00	1,00	1,00	,866	1,00		,500	1,00	1,00		-1,00		-,500	

Nota. Sombreados, los coeficientes  $r_s$  de Spearman significativos para  $p < .01$  (bilateral). Las correlaciones entre la *elección propia* y *obligatoriedad* de un mismo ejercicio se presentan en la diagonal (destacada). Las correlaciones entre las valoraciones de *elección propia* de los ejercicios se presentan sobre la diagonal. Las correlaciones entre las valoraciones de *obligatoriedad* de los ejercicios se presentan debajo de la diagonal.

38,819), contar historia ( $DT = 36,735$ ), globos ( $DT = 34,428$ ), sonido y cuerpo ( $DT = 34,157$ ), parto en el avión ( $DT = 33,702$ ) y fijar puntos ( $DT = 31,820$ ). Hubo mayor acuerdo al valorar la elección propia de las bandidas ( $DT = 28,196$ ), acondicionamiento vocal ( $DT = 26,277$ ), la discusión en grupo ( $DT = 24,495$ ) y espejos ( $DT = 22,509$ ). Las menores diferencias se encontraron en las relajaciones activa ( $DT = 20,616$ ) y pasiva ( $DT = 19,408$ ), el viaje espacial ( $DT = 20,000$ ), la sala de espera ( $DT = 18,166$ ), y especialmente en los ejercicios libres de objetos ( $DT = 11,547$ ), haces de luz ( $DT = 10,000$ ) y aplicación de instrumentos ( $DT = 5,000$ ).

### 7.3.2.2. Valoración de obligatoriedad

Esta valoración de los ejercicios del taller se corresponde en buena parte los resultados de la elección propia. Así, la mayor obligatoriedad correspondió a la relajación pasiva ( $M = 80,00$ ), seguida de la aplicación de instrumentos ( $M = 66,67$ ); a estas actividades siguen los dos ejercicios de desplazamientos (fijar puntos y haces de luz), y la relajación activa ( $M = 59,29$ ). Actividades como las sillas ( $M = 52,50$ ), contar historia ( $M = 52,00$ ), objetos imaginarios ( $M = 51,67$ ), acondicionamiento de la voz ( $M = 51,43$ ), globos ( $M = 50,63$ ) y sonido y cuerpo ( $M = 50,00$ ) obtuvieron puntuaciones alrededor de 50. Una puntuación inferior a ésta correspondió a 5 de las 6 improvisaciones valoradas (presentaciones, viaje espacial, bandidas y sala de espera); similar fue el caso de espejos ( $M = 33,33$ ), relajación semiactiva ( $M = 33,20$ ) y discusión en grupo ( $M = 30,00$ ). Finalmente, los promedios más bajos fueron para uso libre de objetos ( $M = 23,33$ ), acciones con objetos ( $M = 22,20$ ), parto en el avión ( $M = 19,60$ ) y el círculo ( $M = 17,75$ ).

La mayor variabilidad al evaluar la obligatoriedad de los ejercicios, y a diferencia de la elección propia, se encontró en la aplicación de instrumentos ( $DT = 49,329$ ), contar historia ( $DT = 42,610$ ) y el viaje espacial ( $DT = 40,000$ ). A dichos ejercicios les siguen haces de luz ( $DT = 39,158$ ), las bandidas ( $DT = 37,417$ ) y la sala de espera ( $DT = 31,305$ ). Hubo mayor acuerdo al valorar la obligatoriedad de acciones con objetos ( $DT = 29,312$ ), el círculo ( $DT = 23,386$ ) y espejos ( $DT = 22,509$ ). Menores diferencias se encontraron en las valoraciones de la improvisación sobre un parto en el avión ( $DT = 10,597$ ).

### **7.3.2.3. Relaciones entre las valoraciones de elección propia y obligatoriedad de los ejercicios teatrales**

De la relación entre las valoraciones de libertad y obligación al realizar los ejercicios teatrales (Tabla 15), destacan las asociaciones de las actividades de uso de objetos, improvisaciones, relajación y ejercicios de voz. Así, la elección propia de las acciones con objetos correlacionó positivamente con los ejercicios de objetos imaginarios y el parto en el avión; sin embargo se asoció negativamente con el viaje espacial y la sala de espera. La aplicación de instrumentos correlacionó positivamente con espejos y acciones con objetos, y negativamente con la relajación semiactiva y contar historia. Además, la elección propia del viaje espacial se asoció a dicha valoración en espejos, las sillas, contar historia y presentaciones; asimismo, las bandidas se relacionó con haces de luz y el parto en el avión.

Por su parte, la relajación pasiva correlacionó positivamente con globos, las sillas y sonido y cuerpo. Además de la relación inversa con la aplicación de instrumentos, la relajación semiactiva se asoció positivamente con el círculo y tres improvisaciones (contar historias, presentaciones y sala de espera). Por lo que respecta a los ejercicios de voz, la elección propia del acondicionamiento correlaciona positivamente con la de los ejercicios de objetivos (fijar puntos, haces de luz) y negativamente con uno de obstáculos (el círculo); la libre elección de sonido y cuerpo se asoció con las de relajación activa, objetos imaginarios, globos y fijar puntos. Finalmente, otras asociaciones significativas se encontraron entre la discusión en grupo con las sillas, contar historias y presentaciones.

Con la valoración de obligatoriedad, y a diferencia de las asociaciones referidas a la elección propia, aplicación de instrumentos y haces de luz correlacionaron con el círculo, presentaciones y parto en el avión. La obligación del viaje espacial correlacionó positivamente con la misma valoración de acciones con objetos, sala de espera, bandidas y discusión en grupo. También hubo, entre otras, asociaciones para las relajaciones pasiva (con presentaciones) y semiactiva (con acciones con objetos y sala de espera).

### 7.3.3. Percepción de satisfacción en los ejercicios teatrales

#### 7.3.3.1. Valoración de satisfacción

Al valorar la percepción de satisfacción de los ejercicios realizados (Tabla 16), las participantes otorgaron mayores puntuaciones a los trabajos de espejos ( $M = 88,33$ ), fijar puntos y sonido y cuerpo (ambos con  $M = 85,00$ ), seguidos del viaje espacial ( $M = 84,00$ ), la sala de espera ( $M = 80,00$ ) y las discusiones en grupo ( $M = 77,50$ ). Como puede verse, salvo el ejercicio de fijar puntos, las actividades consideradas más satisfactorias son las realizadas en compañía de otras participantes. A estas actividades les siguen en orden decreciente las relajaciones pasiva ( $M = 71,67$ ) semiactiva ( $M = 70,60$ ) y el círculo ( $M = 70,50$ ). Menos satisfactorios resultaron los objetos imaginarios ( $M = 69,00$ ), globos ( $M = 68,12$ ), sillas ( $M = 68,00$ ), presentaciones ( $M = 67,80$ ), ejercicios libres de objetos ( $M = 66,67$ ), acondicionamiento de la voz ( $M = 65,71$ ), parto en el avión ( $M = 64,40$ ) y relajación activa ( $M = 63,71$ ). Las acciones con objetos ( $M = 55,83$ ), contar historia ( $M = 54,67$ ) y haces de luz ( $M = 54,00$ ) obtuvieron una valoración media; finalmente, la puntuación más baja correspondió a la aplicación de instrumentos ( $M = 38,67$ ).

Las diferencias al considerar el grado de satisfacción de los ejercicios fueron mayores en la aplicación de instrumentos ( $DT = 45,004$ ), el círculo ( $DT = 42,462$ ) y las sillas ( $DT = 42,237$ ), seguidos de relajación semiactiva ( $DT = 39,960$ ), parto en el avión ( $DT = 38,869$ ), globos ( $DT = 38,632$ ), relajación activa ( $DT = 37,660$ ), objetos imaginarios ( $DT = 37,041$ ), presentaciones ( $DT = 35,871$ ), contar historia ( $DT = 34,500$ ), haces de luz ( $DT = 33,025$ ) y acciones con objetos ( $DT = 30,069$ ). Hubo mayor acuerdo al valorar las bandidas ( $DT = 28,636$ ), acondicionamiento de la voz ( $DT = 27,603$ ), relajación pasiva ( $DT = 22,286$ ), discusión en grupo ( $DT = 22,174$ ), objetos libres ( $DT = 20,817$ ), sala de espera ( $DT = 17,321$ ), espejos ( $DT = 13,292$ ), sonido y cuerpo ( $DT = 12,910$ ), el viaje espacial ( $DT = 8,944$ ) y fijar puntos ( $DT = 7,071$ ). Así, tenemos que los ejercicios mejor valorados coinciden con aquéllos que tuvieron desviaciones típicas menores; a excepción de fijar puntos, estos ejercicios fueron actividades llevadas a cabo con otra(s) participante(s).

### **7.3.3.2. Valoración de insatisfacción**

En relación con esta valoración de los ejercicios teatrales, en orden decreciente se encuentran acondicionamiento de la voz ( $M = 34,29$ ), uso de objetos libres ( $M = 33,33$ ), aplicación de instrumentos ( $M = 32,00$ ), contar historia ( $M = 30,33$ ), objetos imaginarios ( $M = 31,00$ ), acciones con objetos ( $M = 29,17$ ) y relajación pasiva ( $M = 28,33$ ). A ellos siguen relajación activa ( $M = 23,14$ ), haces de luz ( $M = 23,00$ ), discusión en grupo ( $M = 22,50$ ), las bandidas ( $M = 22,00$ ), la sala de espera ( $M = 20,00$ ); finalmente, entre los ejercicios con menor valoración de insatisfacción se encuentran: globos ( $M = 18,25$ ), sillas ( $M = 16,83$ ), presentaciones ( $M = 14,00$ ), parto en el avión ( $M = 13,60$ ), y relajación semiactiva ( $M = 11,20$ ).

En lo que respecta a las diferencias en este contenido de los ejercicios, pueden destacarse los valores de las sillas ( $DT = 31,308$ ), globos ( $DT = 29,579$ ), relajación activa ( $DT = 26,536$ ), acciones con objetos ( $DT = 24,580$ ), las bandidas ( $DT = 21,679$ ), presentaciones ( $DT = 16,355$ ), haces de luz ( $DT = 16,207$ ), relajación semiactiva ( $DT = 13,312$ ), parto en el avión ( $DT = 12,341$ ) y el círculo ( $DT = 9,032$ ). La valoración de insatisfacción de estos ejercicios presentó menor variabilidad que las puntuaciones de satisfacción; en otras palabras, hubo puntuaciones menos dispares entre las participantes al considerar el grado de insatisfacción de las actividades realizadas.

### **7.3.3.3. Relaciones entre las valoraciones de satisfacción e insatisfacción de los ejercicios teatrales**

En lo que se refiere a las asociaciones entre las valoraciones del contenido de los ejercicios teatrales (Tabla 17), la satisfacción derivada de la relajación pasiva resultó inversa a la de la relajación semiactiva, uso libre de objetos y discusión en grupo, y directa a la de haces de luz y aplicación de instrumentos. Para las acciones con objetos, este contenido fue directamente proporcional al uso libre de objetos, el círculo, contar historia, presentaciones, discusión en grupo y aplicación de instrumentos, e inversamente proporcional a la satisfacción de sonido y cuerpo.

Tabla 16

*Satisfacción e insatisfacción percibidas en los ejercicios teatrales*

General	Tipo de ejercicio		<i>n</i>	<i>p</i>	Satisfacción				Insatisfacción			
	General	Específico			<i>Mín.</i>	<i>Máx.</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	<i>Mín.</i>	<i>Máx.</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>
Relajación	1.	Pasiva	6	0,750	30	90	71,67	22,286	10	70	28,33	22,286
	2.	Semia ctiva	5	0,625	3	100	70,60	39,960	0	30	11,20	13,312
	3.	Activa	7	0,875	1	95	63,71	37,660	5	80	23,14	26,536
Uso de ob- jetos	4.	Acciones con objetos	6	0,750	10	95	55,83	30,069	0	60	29,17	24,580
	5.	Objetos imaginarios	6	0,750	0	99	69,00	37,041	1	100	31,00	37,041
	6.	Globos	8	1,000	5	100	68,12	38,632	0	90	18,25	29,579
	7.	Libres	3	0,375	50	90	66,67	20,817	10	50	33,33	20,817
Objeti- vos	Desplaza- mientos	8. Fijar puntos	2	0,250	80	90	85,00	7,071	10	20	15,00	7,071
		9. Haces de luz	4	0,500	6	80	54,00	33,025	2	40	23,00	16,207
	10. Espejos	6	0,750	70	100	88,33	13,292	0	30	11,67	13,292	
Obstá- culos	11. El círculo	4	0,500	8	99	70,50	42,462	1	20	6,75	9,032	
	12. Las sillas	6	0,750	8	100	68,00	42,237	0	80	16,83	31,308	
Voz	13. Acondicionamiento	7	0,875	10	90	65,71	27,603	10	90	34,29	27,603	
	14. Sonido y cuerpo	4	0,500	70	100	85,00	12,910	0	30	15,00	12,910	
Circuns- tan- cias da- das	Improvisa- ciones	15. Contar historia	6	0,750	9	99	54,67	34,500	1	80	30,33	29,938
		16. Presenta- ciones	5	0,625	9	95	67,80	35,871	0	40	14,00	16,355
		17. Parto en el avión	5	0,625	7	100	64,40	38,869	0	30	13,60	12,341
		18. El viaje espacial	5	0,625	70	90	84,00	8,944	10	30	16,00	8,944
		19. La sala de espera	5	0,625	50	90	80,00	17,321	10	50	20,00	17,231
20. Las bandidas	5	0,625	30	100	68,00	28,636	0	50	22,00	21,679		
21.	Discusión en grupo	4	0,500	50	100	77,50	22,174	0	50	22,50	22,174	
22.	Aplicación de instrumentos	3	0,375	6	90	38,67	45,004	6	80	32,00	41,617	

*Nota.* *n* = número de participantes; *p* = proporción sobre el total.

Tabla 17

Correlaciones para las valoraciones de satisfacción e insatisfacción en los ejercicios teatrales

Tipo de ejercicio		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	
General	Específico																							
Relajación	1. Pasiva	-1,00	-1,00	-,921	,000	,872	,618	-1,00		,100	-,028	,100	,236	-,864	,500	,000	,500	,500	,177	-,412	,564	-1,00	1,00	
	2. Semiactiva	-1,00	-,684	-,949	,500	-,105	,616			,500	,500	,632	,316	-,056		,800	,100	,410	-1,00	,100	-1,00		,500	
	3. Activa	-,921	,632	-,455	,700	,051	,164	,866	,100		,500	-,296	,800	,359	-,162	-,400	,975	,632	,400	,211	,272	-,949	,632	1,00
Uso de objetos	4. Acciones con objetos	,000	,500	,700	-,143	,800	,371	,100			,800	-,949	,100	,616	,154	-1,00	,975	,100	,500	,783	-,632	-,400	,100	1,00
	5. Objetos imaginarios	,872	-,105	,051	,800	-1,00	,696	-1,00			,500	,264	,100	,316	-,667	-,500	,949	,949	,400	,258	-,949	,800	-,500	1,00
	6. Globos	,313	,718	-,220	,029	,500	-,715	-1,00	-1,00		,800	,278	,800	,088	-,679	,316	,319	,895	,400	,224	,447	,100	-,800	1,00
	7. Libres	-1,00		,866	,100	-1,00	-,866	-1,00				-,866		-1,00	,100	-1,00	,100			,100		-1,00	,100	
Objetivos	8. Fijar puntos			,100			-1,00		-1,00						-1,00	-1,00	,100					,100		
	9. Haces de luz	,100	,500	,500	,800	,500	,400		,100	,200	-1,00	,100	,866	-1,00		,100	,500	,500	,866	-1,00	-1,00		,100	
Obstáculos	10. Espejos	-,028	,500	-,296	-,949	,264	,376	-,866		-1,00	-1,00	,866	-,059	-,143	,000	-,229	,500	,738	-,889	,354	,632	-,447	-1,00	
	11. El círculo	,100	-,056	,738	,100	,100	,738			,100	,866	-,105	,500	-,866		,100	,100	,800		-1,00		-1,00	,100	
Voz	12. Las sillas	,236	-,949	-,103	,205	,316	-,618	-1,00		-,866	-,059	-,866	-,636	,162	,000	,552	,800	,632	-,389	-,889	-,500	,000	,866	
	13. Acondicionamiento	-,864	,056	-,162	,154	-,667	-,491	,100	-1,00	-1,00	-,143	-,866	,162	-1,00	-,400	-,526	-,105	-,105	-,344	,177	-,462	,400	-1,00	
Circunstancias dadas	14. Sonido y cuerpo	,500		-,400	-1,00	-,500	,316	-1,00	-1,00		,000		,000	-,400	-1,00	-1,00	-,866		-,866		-,500	-1,00		
	15. Contar historia	,000	,738	,949	,975	,949	,000	,100	,100	,100	-,229	,100	,182	-,526	-1,00	-,269	,100	,400	,500	-,883	-1,00	,100	1,00	
	16. Presentaciones	,500	,500	,316	,100	,949	,579			,500	,500		,400	-,105	-,866	,949	,053	,100		-1,00	,500	-1,00	,100	
	17. Parto en el avión	,500	-,308	-,400	-,500	,400	-,200			-,500	,738	,316	,105	-,105		-,316	,100	-,400	-1,00	-,500	,100	-1,00	,500	
	18. Viaje espacial	,177	-1,00	,211	,783	,258	,224	,100		,866	-,889		-,389	-,344	-,866	,500		-1,00	-1,00	-,056	-,775	,100	1,00	
Circunstancias dadas	19. Sala de espera	-,412	,100	,272	-,632	-,949	,803			-1,00	,354	-1,00	-,889	,177		-,833	-1,00	-,500	-,056	-1,00	,258		-1,00	
	20. Bandidas	,158	,100	-,833	-,632	,211	,921	-1,00		-1,00	,949		-,500	-,158	,866	-1,00	,000	-1,00	,816	,775	-,872	-1,00		
21. Discusión en grupo	-1,00		,632	,100	-,500	-,632	,100	,100		-,447	-1,00	,000	,400	-1,00	,100	,100	-1,00	,100		-1,00	-1,00			
22. Aplicación de instrumentos	1,00	,500	,100	,100	,100	,100				,100	-1,00	,100	-,866	-1,00		,100	,100	-,500	,100	-1,00			-,500	

Nota. Sombreados, los coeficientes  $r_s$  de Spearman significativos para  $p < .01$  (bilateral). Las correlaciones entre la *satisfacción* e *insatisfacción* de un mismo ejercicio se presentan en la diagonal (destacada). Las correlaciones entre las valoraciones de *satisfacción* de los ejercicios se presentan sobre la diagonal. Las correlaciones entre las valoraciones de *insatisfacción* de los ejercicios se presentan debajo de la diagonal.

De las improvisaciones, la satisfacción del ejercicio «contar historia» se asoció a la de uso libre de objetos, fijar puntos, haces de luz y el círculo; esta valoración, para las presentaciones, correlacionó directamente con relajación semiactiva, acciones con objetos, el círculo y contar historia. Finalmente, tenemos que la satisfacción con la improvisación de las bandidas se asoció positivamente con globos y parto en el avión, y de forma negativa con contar historia y el uso libre de objetos.

La aplicación de instrumentos, a diferencia de lo ocurrido con la percepción de libertad de los ejercicios, en el caso de la satisfacción se asoció directamente con relajación activa, tres de los cuatro ejercicios de objetos (acciones, imaginarios, globos), haces de luz, el círculo y tres improvisaciones (contar historia, presentaciones y viaje espacial). En lo que a la discusión en grupo respecta, ésta tuvo asociaciones directas con uso libre de objetos, acciones con objetos, fijar puntos, contar historia y viaje espacial, y asociaciones inversas con sonido y cuerpo y en la improvisación de las bandidas. De los ejercicios de obstáculos, la satisfacción al realizar el círculo correlacionó positivamente con estas mismas valoraciones de la relajación pasiva, los objetos imaginarios y los haces de luz. De las asociaciones entre valoraciones de insatisfacción, y a diferencia de las ya descritas para satisfacción, hubo una correlación directa de la insatisfacción relacionada con relajación pasiva y el ejercicio del círculo, entre las bandidas con relajación semiactiva, y entre presentaciones y discusión en grupo.

#### *7.3.4. Ejercicios teatrales realizados: indicios de complejidad*

Las correlaciones obtenidas entre los distintos ejercicios teatrales sugieren la presencia de indicadores de complejidad, de manera semejante a lo observado para las actividades realizadas en la cotidianidad.

La observación conjunta de estas correlaciones (Tabla 18), permite observar mayor número de correlaciones significativas para los motivos —elección propia, obligatoriedad— de la aplicación de instrumentos (15 asociaciones en 3 participantes) y el viaje espacial (14 asociaciones, 5 participantes), actividades seguidas por objetos imaginarios (11 asociaciones, 6 participantes), presentaciones (11 asociaciones, 5 participantes), haces de luz (11 asociaciones, 4 participantes), acciones con objetos (10 asociaciones, 6 participantes) y parto en el avión (10 asociaciones, 5 participantes).



Tabla 18

Número de correlaciones para los tipos de ejercicios realizados en el taller y sus valoraciones

General	Tipo de ejercicio		<i>n</i>	<i>p</i>	Percepción de libertad		Percepción de satisfacción			
	General	Específico			Elección propia	Obligato-riedad	Satisfacción	Insatisfac-ción		
Relaja-ción	1.	Pasiva	6	0,750	+	3	3	+	3	2
					-	—	—	-	3	2
	2.	Semia-ctiva	5	0,625	+	4	2	+	2	2
					-	1	—	-	—	1
	3.	Activa	7	0,875	+	2	2	+	2	2
					-	—	—	-	—	—
Uso de objetos	4.	Acciones con objetos	6	0,750	+	3	4	+	6	5
					-	2	1	-	1	1
	5.	Objetos imaginarios	6	0,750	+	5	6	+	2	2
					-	—	—	-	—	—
	6.	Globos	8	1,000	+	3	3	+	2	1
					-	—	—	-	1	—
	7.	Libres	3	0,375	+	—	—	+	5	5
					-	—	—	-	3	2
Objetivos	Desplaza-mientos	8. Fijar puntos	2	0,250	+	3	4	+	3	3
						-	—	—	-	—
		9. Haces de luz	4	0,500	+	4	7	+	4	4
					-	—	—	-	1	1
	10.	Espejos	6	0,750	+	4	3	+	—	—
					-	—	—	-	—	—
Obstá-culos	11.	El círculo	4	0,500	+	3	4	+	7	6
					-	1	1	-	—	—
	12.	Las sillas	6	0,750	+	4	5	+	—	—
					-	—	—	-	—	—
Voz	13.	Acondicionamiento	7	0,875	+	3	3	+	1	1
					-	1	1	-	1	1
	14.	Sonido y cuerpo	4	0,500	+	6	2	+	—	—
					-	—	1	-	3	3
Circuns-tancias dadas	Improvisa-ciones	15. Contar historia	6	0,750	+	5	2	+	8	7
						-	1	—	-	2
		16. Presenta-ciones	5	0,625	+	5	6	+	6	4
					-	—	—	-	—	—
		17. Parto en el avión	5	0,625	+	4	6	+	2	1
					-	—	—	-	—	1
	18. El viaje espacial	5	0,625	+	4	9	+	3	3	
					-	1	—	-	—	1
	19. La sala de espera	5	0,625	+	4	4	+	1	1	
					-	1	—	-	—	—
	20. Las bandidas	5	0,625	+	2	4	+	2	1	
					-	—	—	-	3	4
21.	Discusión en grupo		4	0,500	+	3	4	+	5	6
					-	—	—	-	3	2
22.	Aplicación de instrumentos		3	0,375	+	4	9	+	10	9
					-	2	—	-	—	—

Nota. *n* = número de participantes; *p* = proporción sobre el total. Todos los coeficientes  $r_s$  de Spearman son significativos para  $p < .01$  (bilateral), y según la relación sea directa (+) o inversa (-).

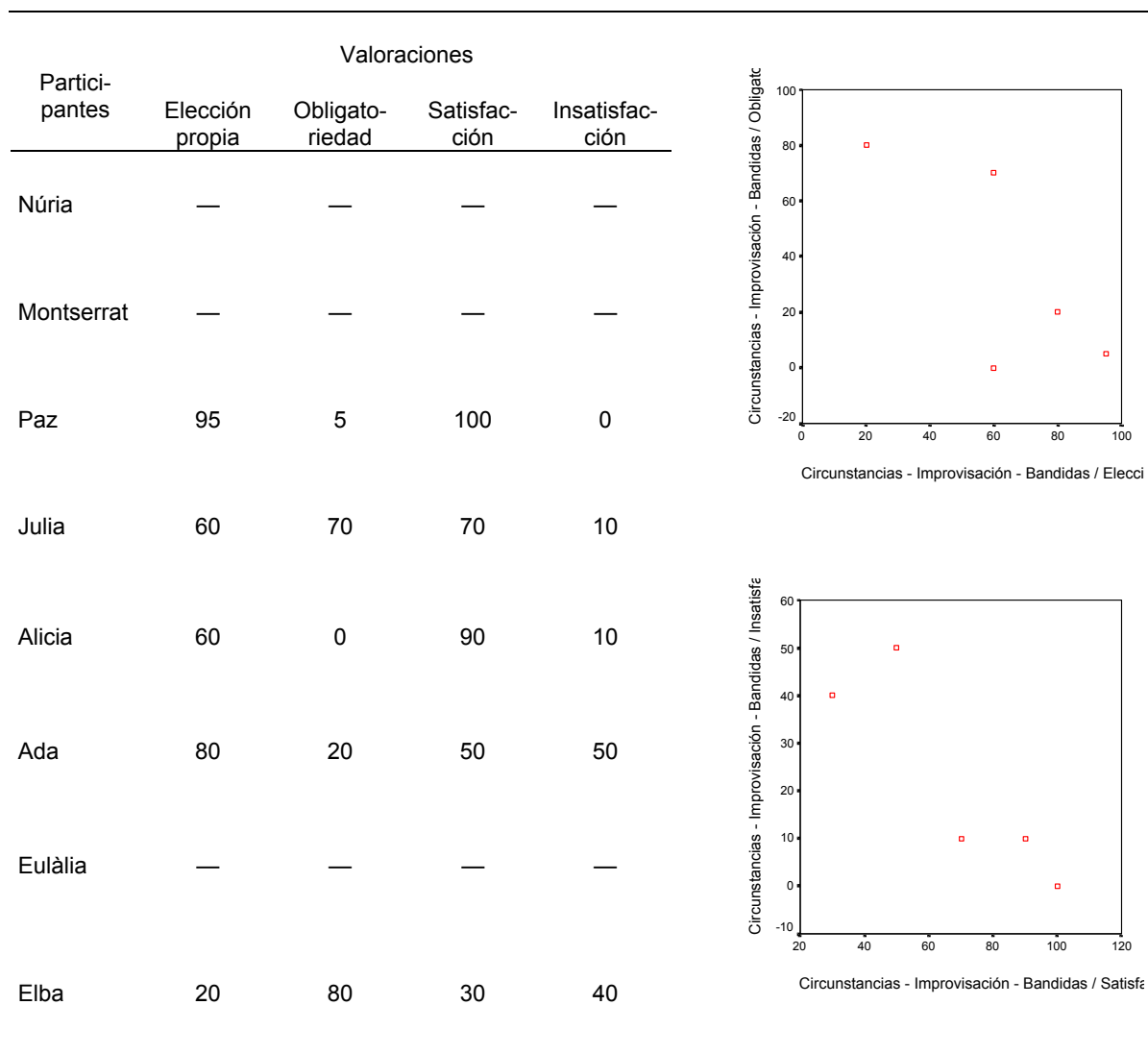
El número de correlaciones significativas entre las percepciones de satisfacción de los ejercicios corrobora la importancia de aplicación de instrumentos, acciones con objetos y presentaciones, además de destacar actividades como contar historia (19 asociaciones, 6 participantes), discusión en grupo (16 asociaciones, 4 participantes) y uso libre de objetos (15 asociaciones, 3 participantes).

En síntesis, del conjunto de actividades del taller destacan las improvisaciones y ejercicios puntuales de objetos, objetivos y obstáculos, además de la aplicación de instrumentos y las discusiones en grupo. Los resultados obtenidos sugieren que las valoraciones de estas actividades parecieran vertebrar buena parte de las percepciones de libertad y satisfacción que caracterizan la dimensión de libertad en el tiempo libre del taller. Ello mueve a la reflexión sobre los ejercicios cuya puesta en práctica, a modo de condición inicial, puede condicionar buena parte de la percepción de libertad de una actividad (en este caso, un taller de ejercicios teatrales).

Por lo que se refiere a la no linealidad presente en las valoraciones de los ejercicios teatrales, en líneas generales predomina la manifestación de este fenómeno complejo que se encontró puntualmente para las actividades cotidianas —en las que la suma de valoraciones no llega a 100. Un caso especial lo constituye Eulàlia, quien identificó dificultades personales para llevar a cabo actividades que le parecían sugerentes: sus valoraciones fueron iguales o menores de 10 para todos los ejercicios. Específicamente, Eulàlia señaló al ser entrevistada que:

«al venir aquí, al momento de hacer las actividades, pues es como si renunciara; porque al ver que las actividades no las puedo organizar yo, cuando yo no puedo dirigir las cosas como yo querría, pues no me motivó para hacer las cosas. Pues sí, no sé... A mí cada día que las veía me costaba más y más estar con ellas, y no fuera porque eran ellas o porque fuera aquí, porque siempre me pasa eso. Y claro, yo, hay que disimular eso, porque lo que no voy a hacer es estar con gente —que es buena gente, además, que son buenas personas— y decir: «No, es que ahora me quedaría toda cerrada, aquí pensando en lo mío...», porque además tengo mucha capacidad de distracción, o sea demasiada, no puedo estar, me cuesta mucho escuchar las indicaciones de algo».

Figura 23.1. Relación entre las valoraciones a los ejercicios de circunstancias dadas (improvisaciones: las bandidas)



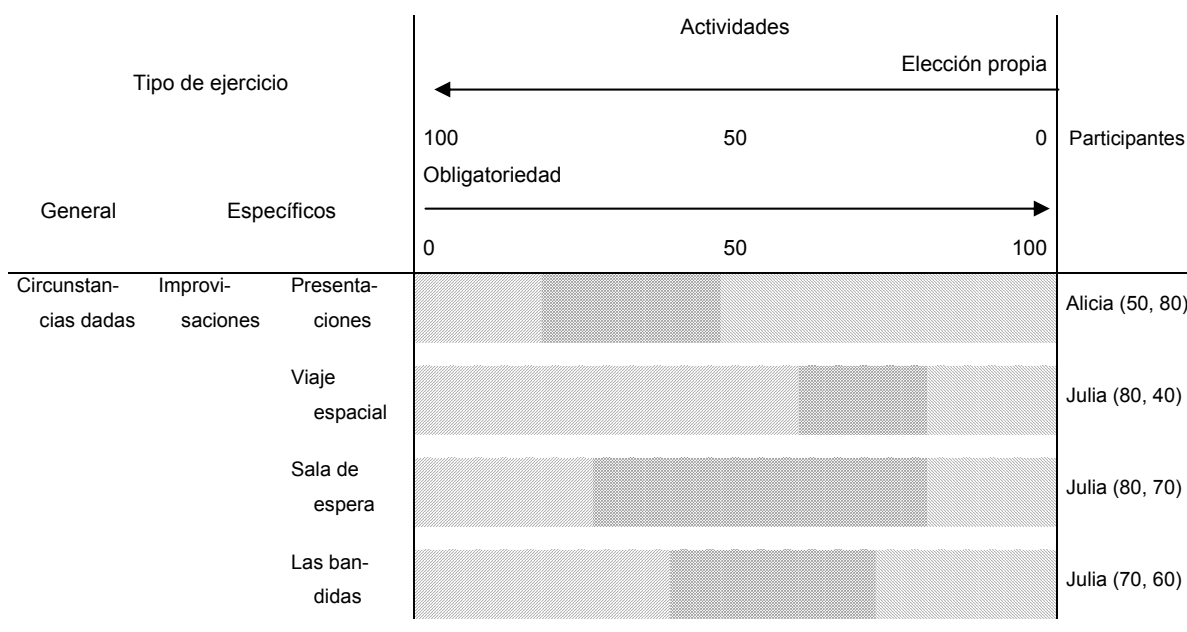
Nota. Coeficientes de correlación de Spearman  $r_s = -,564$  (Elección propia-Obligatoriedad) y  $r_s = -,872$  (Satisfacción-Insatisfacción). En negrilla, los coeficientes significativos para  $p < ,01$ . Las figuras de las actividades restantes, en el Anexo 2.

Además de Eulàlia, este tipo de valoración se obtuvo en los motivos de Alicia al considerar las relajaciones pasiva ( $\Sigma = 50$ ) y activa ( $\Sigma = 80$ ), globos ( $\Sigma = 20$ ), haces de luz ( $\Sigma = 50$ ), ejercicios de voz —acondicionamiento ( $\Sigma = 90$ ), sonido y cuerpo ( $\Sigma = 80$ )— y dos improvisaciones —bandidas ( $\Sigma = 60$ ) y viaje espacial ( $\Sigma = 80$ ). En los contenidos de los ejercicios, esta situación sólo se hizo presente en la valoración de Elba sobre las improvisaciones parto en el avión ( $\Sigma = 70$ ) y las bandidas ( $\Sigma = 70$ ); en la representación gráfica de esta improvisación (Figura 23.1) puede observarse, además, un caso en que la

suma de valoraciones de los contenidos de los ejercicios supera el centenar: específicamente, Julia señala 60 de elección propia y 70 de obligatoriedad.

Julia es quien realiza más valoraciones borrosas de los ejercicios realizados (Figura 24); además de la ya mencionada improvisación de las bandidas, esta participante valoró de esta manera el viaje espacial y la sala de espera. Además de Julia, tenemos que Alicia sumó 130 puntos al valorar la elección propia y obligatoriedad de las presentaciones (otra improvisación). En resumen, la borrosidad de los ejercicios teatrales se encontró en cuatro de seis improvisaciones y dos de las ocho participantes.

Figura 24. Borrosidad entre las valoraciones de elección propia y obligatoriedad de los ejercicios teatrales



Nota. Al lado del nombre de las participantes, entre paréntesis, las valoraciones otorgadas (obligatoriedad, elección)

Obligatoriedad; Elección propia; Área borrosa entre ambas valoraciones.

Además de esto, otras participantes señalaron aspectos del taller susceptibles de relacionarse con elementos de la complejidad. Así, en lo referente a sus valores, para Ada la experiencia del taller se sumó a:

«un cúmulo de cosas hasta que llego aquí. Pues el haber hecho filosofía —esto en el bachillerato el año pasado— y psicología, y sociología, y asignaturas que... no sé por qué las llaman asignaturas sino, son conocimientos que, que, me han... al principio me desconcertaron mucho, esto de que todo es relativo, y no

existe la realidad, y todo... y claro, yo pensaba y decía: «¡Madre de Dios!», estaba muy desconcertada. Pero después pensé: «Pues si realmente todo es relativo, la realidad real no existe, quizás yo me pueda crear mi realidad con lo que a mí me haga feliz». Pues con lo que a mí me haga feliz, en mi propia escala de valores pondré arriba lo que a mí me haga feliz, y lo que no me haga feliz, si puedo evitarlo o le dedico menos tiempo».

Esta contribución del taller en procesos personales también fue señalada por Elba al destacar

«la facilidad de crear un microclima que, que es complicado crear una atmósfera de intimidad y de... nosotros podemos... la persona más tímida puede darse un poco a conocer... puede tener una causa tan simple como el hecho de que las clases sean largas».

Además, esta participante señaló haberse sensibilizado en relación con

«apreciar más las cosas pequeñas. Porque también me he dado cuenta que... es que es esto, que la belleza puede estar en todo... Y me fijo ahora mucho más en todas las personas, en sus gestos, en su forma de comportarse; en la televisión también. Sobre todo esto, la observación. Y creo que para Psicología, creo que es bastante importante; y para apreciar a los demás, apreciar las cosas que hacen los demás, y lo que son, yo creo que me va a servir mucho. Y supongo también para plantearme hacer teatro más tarde».

En este orden de ideas, Julia afirmó: «... llevo unos cuantos días que tengo la sensación de que, de que tengo que decírselo a alguien... ¡Que seguramente haré el taller de teatro de libre elección!... Porque ya lo estuve pensando de hace tiempo, pero claro, decía: «Yo, aunque sea... aunque me hagan allí hacer, me da igual... algo». Pero ahora no, ahora digo: «¡Pues si yo también quiero ponerme allí en el escenario!»».

En líneas generales, estos testimonios recogidos en las entrevistas destacan el papel de las actividades desarrolladas durante el taller de ejercicios teatrales como favorecedoras o catalizadoras de procesos de cambio.

#### 7.4. «¿Quién soy yo cuando hago teatro?»: vinculación con los ejercicios realizados

##### 7.4.1. Relaciones en la configuración de autodescripciones

Las autodescripciones referidas a la actividad teatral, al compararse con las respuestas al TST-G, permiten observar elementos a destacar en lo que a contenido y organización respecta. En líneas generales pueden destacarse referencias a la actuación y a elementos lúdicos, liberadores y creativos. Además, se encuentran contenidos sobre ser original o única (una misma u otra) y capaz de relacionarse (con compañeras y experimentador) y descubrirse (o no) ante los demás. Cuando se observan las configuraciones de las autodescripciones referidas al teatro, su organización puede ser desde idéntica a las de las autodescripciones generales, hasta adoptar formas opuestas a aquéllas. En el primer caso pueden incluirse Montserrat (Figura 25) y Eulàlia (Figura 26), quienes mantuvieron un mismo tipo de organización (horizontal y vertical respectivamente).

Las autodescripciones de Montserrat al referirse al teatro destacan una mayor relación con los otros y un menor nerviosismo; concretamente, esta participante «el primer dia, d'algunes [compañeras] deia: «A aquesta no tinc ganes de conèixer-la», i al final, mira, ens hem fet amigues», y al final de la experiencia descubrió «que no soc tan tímida com em penso... si que ho soc pero m'agrada que les persones... aviam, em costa entrar amb elles, que em coneguin bé, saps?. En canvi aqui passaba tota l'estona rient per qualsevol cosa... he descobert això: que no era tan tancada com pensaba», además de haber aprendido a observar más y mejor personas y cosas.

Por lo que se refiere a Eulàlia, sus respuestas al TST-T sólo presentan cambios sobre el orden de emisión, y varias autodescripciones reflejan «que en estas actividades he sacado la parte más negativa de mí, o más mala, porque he sacado mi parte más... perezosa, pesimista, y no sé por qué. O sea, yo venía aquí y me daba cuenta de cosas que soy yo que no quería nunca aceptar, ¿no?. No es que a partir de que me hayas subrayado nada, sino es que mi parte mala la dejé aquí... He descubierto que a lo mejor no soy tan lanzada como yo creía... espero grandes cosas, que tampoco siempre ocurren, ¿no?». Sin embargo, esta participante también señaló: «yo siempre hago, a

Figura 25. Autodescripciones de Montserrat

«¿Quién soy yo?»

«¿Quién soy yo cuando hago teatro?»

1º	Em dic Montserrat	2	Sóc una noia de 20 anys	1	Sóc catalana	3	Sóc Vilanovina	4	Compositora	13	1º	Més oberta	2	Xerradora	3	Poc tímida	6	Més sociable	15	Més creativa	16
2º	Estudiant de Psicologia	8	Sóc alta	5	Estudiant de Música	9	Cantadora	12	Sóc guitarrista	11	2º	Lliure (de moviments)	4	Sóc teatrera	1	Divertida	9	Simpàtica	10	Dramàtica	7
3º	Nerviosa	6	Gandula	7	Somniadora	14	Viatjadora	18	Juerguista	10	3º	Relaxada	5	Relacionable amb el professor	8	Animada	12	Sóc jo en alguns moments	14	Sensible (em poso en el paper)	13
4º	Insegura (a vegades)	20	Responsable	19	Divertida	17					4º	M'omple el teatre dins meu	19	Alegre	20	Agradable	11				
5º	Tímida	15									5º	(En alguns moments) Nerviosa (pocs moments)	17								
6º	Alegre	16									6º	+ Observadora	18								
7º											7º										
8º											8º										
9º											9º										
10º											10º										
11º											11º										
12º											12º										
13º											13º										
14º											14º										
15º											15º										
16º											16º										
17º											17º										
18º											18º										
19º											19º										
20º											20º										

Nota. En negrita, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.

Figura 26. Autodescripciones de Eulàlia

«¿Quién soy yo?»

«¿Quién soy yo cuando hago teatro?»

<b>1º</b>	Un misterio sin posibilidad de resolver	3								<b>1º</b>	Soy perezosa	2							
<b>2º</b>	Una mortal	4	Un conjunto de moléculas ordenadas para una función	11						<b>2º</b>	Alguien desconectada de la realidad	11							
<b>3º</b>	Un sinsentido	5								<b>3º</b>	Soy alguien que construye	12							
<b>4º</b>	Un ser que piensa y reflexiona	2								<b>4º</b>	Soy antiformalista	17							
<b>5º</b>	Un milagro, pues existo	6								<b>5º</b>	Soy original	16							
<b>6º</b>	Alguien que se pregunta por su existencia	15								<b>6º</b>	Soy alguien excéntrica	19							
<b>7º</b>	Alguien que busca la verdad absoluta	16								<b>7º</b>	Soy una persona tranquila	20							
<b>8º</b>										<b>8º</b>	Soy alguien que se descubre	14							
<b>9º</b>										<b>9º</b>	Soy fiable	7							
<b>10º</b>	Una persona de la especie humana	1								<b>10º</b>	Soy alguien que evita errores	6							
<b>11º</b>	Una persona escéptica y relativista	13								<b>11º</b>	Soy alguien inmotivada	4							
<b>12º</b>	Espíritu y cuerpo a la vez	12								<b>12º</b>	Soy alguien indecisa	3							
<b>13º</b>	Una persona que busca la felicidad	14								<b>13º</b>	Soy emotiva al hablar	8							
<b>14º</b>	Que ama la justicia	20								<b>14º</b>	Soy alguien cerrada	1							
<b>15º</b>	Una persona sensible y crítica	18								<b>15º</b>	Un tanto pesada físicamente	10							
<b>16º</b>	Alguien que quiere amar a los demás	17								<b>16º</b>	Soy paciente	9							
<b>17º</b>	Orgullosa	19								<b>17º</b>	Soy alguien que agota a los demás	15							
<b>18º</b>	Una ciudadana barcelonina y catalana	8								<b>18º</b>	Soy alguien que finge lo que es	13							
<b>19º</b>	Una estudiante de Psicología	9								<b>19º</b>	Soy perfeccionista	5							
<b>20º</b>	Una hija, hermana, sobrina, novia y amiga	10	Una adolescente	7						<b>20º</b>	Soy polifacética	18							

Nota. En negrita, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.



Figura 27. Autodescripciones de Paz

«¿Quién soy yo?»

«¿Quién soy yo cuando hago teatro?»

<b>1º</b>	Soy Paz	1						<b>1º</b>	Soy persona	2							
<b>2º</b>	Soy amiga de mis amigos	3						<b>2º</b>	Soy Paz	1							
<b>3º</b>	Soy compañera de estudios	8						<b>3º</b>	Soy compañera	3	Soy un miembro más del grupo	10	Soy amiga	4			
<b>4º</b>	Soy confidente de quien quiere hablar	11						<b>4º</b>									
<b>5º</b>	Soy sociable cuando me dan confianza	14						<b>5º</b>									
<b>6º</b>	Soy amable con quien lo necesita	17						<b>6º</b>	Soy admiradora del trabajo de mis compañeros	16							
<b>7º</b>	Soy muy despistada	15						<b>7º</b>	Soy aprendiz	18							
<b>8º</b>	Soy preocupada en algunos aspectos	16						<b>8º</b>	Soy impresionable	13	Soy receptiva	14					
<b>9º</b>	Soy optimista	18						<b>9º</b>									
<b>10º</b>	Soy alegre y risueña	20						<b>10º</b>	Soy tímida	8	Soy vergonzosa	9					
<b>11º</b>	Soy hija de L. y A.	5	Soy hermana de J. A.	6				<b>11º</b>									
<b>12º</b>								<b>12º</b>	Soy tolerante	12							
<b>13º</b>	Soy tímida en algunas ocasiones	13						<b>13º</b>	Soy expresiva	11	Soy comunicativa	6					
<b>14º</b>	Soy estudiante de Psicología	2						<b>14º</b>	Soy imaginativa	15							
<b>15º</b>	Soy jugadora de Rugby	4						<b>15º</b>	Soy una persona que le gusta escuchar a los demás	20							
<b>16º</b>	Soy cabezona	12						<b>16º</b>	Soy sociable	5							
<b>17º</b>	Soy rápida en aprender cuando algo me gusta	19						<b>17º</b>	Soy divertida	7							
<b>18º</b>	Soy Santboiana	7						<b>18º</b>	Soy alegre	19							
<b>19º</b>	Soy una asistente más a este proyecto	9						<b>19º</b>	Soy actriz (un poquito sólo)	17							
<b>20º</b>	Soy una chica con rizados	10						<b>20º</b>									

Nota. En negrita, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.

Figura 28. Autodescripciones de Alicia

«¿Quién soy yo?»										«¿Quién soy yo cuando hago teatro?»									
1º	Soy una mujer joven	1	Soy una niña grande	3	Soy una luchadora	4				1º	Soy participativa	9	Soy alguien con iniciativa	11	Soy alguien que se divierte	6			
2º	Soy una persona con ilusión	5	Soy una mujer alegre	6	Soy temura	20	Soy dos ojos que miran con inocencia	19		2º	Soy extrovertida	2	Soy risueña	1					
3º	Soy una pilla	8	Soy un soplo de aire fresco	12	Soy libertad	16				3º	Soy observadora	4							
4º	Soy una persona amiga de sus amigos	7	Soy una hija orgullosa de sus padres	13	Soy una futura madre	10				4º	Soy imaginativa	5	Soy creativa	14					
5º	Soy alguien que ha sufrido mucho	15	Soy una esperanza	11						5º	Soy una sonrisa	10	Soy cariñosa	8	Soy alguien que se relaja	7			
6º	Soy una enfermera	2	Soy emprendedora	9						6º	Soy exigente	15							
7º	Soy un solete	14	Soy una gran cama c/ sábanas de hilo recién planchadas	17	Soy un pez en el agua	18				7º	Soy coqueta	12							
8º										8º	Soy reservada	3							
9º										9º	Soy «La Canaria»	13							
10º										10º									
11º										11º									
12º										12º									
13º										13º									
14º										14º									
15º										15º									
16º										16º									
17º										17º									
18º										18º									
19º										19º									
20º										20º									

Nota. En negrita, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.

Figura 29. Autodescripciones de Elba

«¿Quién soy yo?»

«¿Quién soy yo cuando hago teatro?»

<b>1º</b>	Un ser humano	1	Una persona	2						<b>1º</b>	Amiga	1	Compañera	2	Satisfacción	9	Descubierta (valorada)	20	Escuchada	12			
<b>2º</b>	Alma	7	Materia	5	No lo sé	4	Carne	6	Dudas	12	<b>2º</b>	Evasión	7	Ilusión	10	Superación	5	Análisis	6	Observadora	8		
<b>3º</b>	Emoción	8	Arte	13	Trascendencia	20					<b>3º</b>	Muñeca	13	Materialización	17	Curiosa	4	Organismo	14				
<b>4º</b>	Mente	14	Racionalidad	10	Curiosidad	18	Tristeza	9	Salud y enfermedad	19	<b>4º</b>	Imaginación	16	Creativa	18	Estética	19						
<b>5º</b>	Un trocito del mundo	15	Insignificante	16	Polvo de estrellas	17					<b>5º</b>	Sorpresa	15	Alumna	3	Aprendiza	11						
<b>6º</b>	Indecisión	11									<b>6º</b>												
<b>7º</b>	Una chica	3									<b>7º</b>												
<b>8º</b>											<b>8º</b>												
<b>9º</b>											<b>9º</b>												
<b>10º</b>											<b>10º</b>												
<b>11º</b>											<b>11º</b>												
<b>12º</b>											<b>12º</b>												
<b>13º</b>											<b>13º</b>												
<b>14º</b>											<b>14º</b>												
<b>15º</b>											<b>15º</b>												
<b>16º</b>											<b>16º</b>												
<b>17º</b>											<b>17º</b>												
<b>18º</b>											<b>18º</b>												
<b>19º</b>											<b>19º</b>												
<b>20º</b>											<b>20º</b>												

Nota. En negrita, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.

veces, que cuando estoy viendo algo, y lo veo de una manera, tirando a mal, y ahora lo positivizo muchísimo... ahora soy capaz de hacer cosas mucho mejor de las que creía que podía hacer».

En otros casos, la configuración de las autodescripciones mostró ciertos cambios, como ocurrió con Paz (Figura 27) y en cierto modo con Alicia y Elba. En el caso de Paz, en relación con sus autodescripciones generales, la configuración de respuestas al TST-T comienza a expandirse a niveles superior y medio, permitiendo incluso realizar ciertas comparaciones. Por ejemplo, esta participante vuelve a emitir su nombre en primer lugar, pero en el segundo ejercicio queda por debajo de la autodescripción «Soy persona»; si en el tercer lugar del TST-G se encuentra «Soy compañera de estudios», en el TST-T aparecen: «Soy compañera», «Soy un miembro más del grupo» y «Soy amiga». Además, se observa que la timidez es emitida antes (8) que en el TST-G (13), sin matices («... en algunas ocasiones») y acompañada de la vergüenza; ambas respuestas ocupan el 10º lugar al trabajar las autodescripciones relacionadas con los ejercicios teatrales.

Lo anterior quedó subrayado cuando Paz señaló en la entrevista que le «cuesta mucho hablar en público. Ya lo sabía, pero además lo corroboré. Y... no sé... que me cuesta mucho hablar con gente que no conozco... si es con una persona no, pero si es con mucha gente me cuesta mucho abrirme, y lo he verificado». Además, mencionó que lo que más le gustó de las actividades fue «desinhibirme. Hacer un papel que normalmente no haces y tampoco tienes oportunidad de hacer», y «descubrir nuevas facetas nuestras, y cómo nos relacionamos, aparte del lenguaje hablado, el lenguaje corporal».

En la configuración de autodescripciones de Alicia y Elba también se encuentran variaciones. Así, en Alicia (Figura 28) se observa una organización menos compacta que en el TST-G, y en lo que respecta al contenido, en esta primera prueba se observan más respuestas con carga metafórica (p. ej., «Soy una gran cama c/sábanas de hilo recién planchadas» o «Soy un pez en el agua»). Durante el taller, Alicia pudo contrastar su idea de las personas con lo que éstas demostraron en las diferentes actividades: «casi todo me sorprendió, casi siempre te haces una idea al principio que no resulta nada con lo que... A Núria la ví súper tierna —que la veía mucho más fría... y no sé... A Paz me pasó al revés, que la ví primero muy-muy infantil y luego la ví mucho más madura». En relación con la aplicación de la experiencia más allá de las sesiones, esta participante indicó que

«valorar el hecho del globo del otro, ya es una idea para tenerla presente fuera para lo que le pasa a gente. No sólo tus problemas son importantes, sino los problemas del otro».

Por su parte, las respuestas de Elba al TST-T muestran una tendencia a compactarse en la parte superior (Figura 29). El contenido de varias autodescripciones hace referencia a actividades concretas del taller:

«La «Materialización»... tiene una explicación muy simple... por ejemplo, eh, cuando trabajamos con objetos imaginarios... como que aparecen cosas... Es un poco difícil de explicar... Como que realmente aparecen cosas que no estaban, y creadas por tu mente. Entonces, me da la sensación de, de materializar, como si creara... algo. Como creación de cosas. Es por esto...

«Organismo», organismo en cuanto a organismo biológico, eh... Esto está muy relacionado con los ejercicios de relajación, y como de conocimiento del cuerpo. Me sentía muy... en términos así de... Un ser vivo, sí. Que tenemos unos mecanismos —mecanismos de respiración, mecanismos de equilibrio—, claro, o sea, organismo...

«Escuchada»... Porque, muchas veces... esto también tiene referencia... es que ¿ves? Todo tiene relación con algunas actividades... Con las discusiones en grupo... En una clase normal... El hecho de levantar la mano, cuando hablas, el profesor, a mí me da la sensación —la mayoría de los profesores— que realmente, o sea, no me dan la sensación de que realmente te escuchan. Realmente, ellos tienen sus esquemas mentales, su concepción sobre el mundo, y todo lo que tu digas es como que choca en esa burbuja mental».

A los aspectos ya mencionados sobre la experiencia de Elba durante el taller, huelga añadir que para esta participante fue «curioso cómo a medida que pasaban los días, algunos rasgos de la personalidad de cada uno iban aflorando».

En Núria, Ada y Julia se observan cambios más evidentes en la configuración de sus autodescripciones. La organización de Núria (Figura 30) pasa de ser vertical a horizontal, con niveles en los que pueden encontrarse de una a cinco respuestas; en el primero de ellos, la referencia a ser payasa fue retomada por esta participante al señalar

Figura 30. Autodescripciones de Núria

«¿Quién soy yo?»

«¿Quién soy yo cuando hago teatro?»

1º	Sóc la Núria	1								1º	Sóc una actriueta	3	Sóc una pallassa	5						
2º	Sóc catalana	6	Sóc valleanca	2						2º	Sóc aprenent	2	Sóc una aficionada	1	Sóc una altra	7	Sóc una actriueta amb ganes d'agradar als espectadors; fer-los riure	14	Sóc un ésser que disfruta	4
3º	Sóc bona persona	10								3º	Sóc una persona a qui li queda molt per aprendre	6	Sóc una patidora	9	Sóc una espectadora	8	Sóc una companya	10		
4º	Sóc carinyosa	5								4º	Sóc perfeccionista	11	Sóc expressiva	12	Sóc natural	13				
5º	Sóc madura	4								5º	Sóc movedissa	15								
6º	Sóc amiga dels meus amics	13								6º	Sóc un sac de concentració	16								
7º	M'agrada escoltar als altres	18								7º										
8º	Sóc simpàtica	8								8º										
9º	Sóc esportista	9								9º										
10º	Sóc femenina	3								10º										
11º	Sóc estudiant	11								11º										
12º	Rumio molt tot el que faig	17								12º										
13º	M'agrada viatjar	15								13º										
14º	Sóc observadora. Em fixo amb tot	7								14º										
15º	M'agrada el temps lliure	20								15º										
16º	M'agrada conèixer gent nova	14								16º										
17º	Acostumo a dubtar per les coses	16								17º										
18º	Sóc xafardera	19								18º										
19º	M'agrada el temps lliure	20								19º										
20º										20º										

Nota. En negrita, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento. Al trabajar con el TST-G, la participante no tomó en cuenta su respuesta 12, «Sóc lleó».

Figura 31. Autodescripciones de Ada

«¿Quién soy yo?»						«¿Quién soy yo cuando hago teatro?»											
1°	Ada	1	Ada M. R. C.	2	La charlatana	3	La despistada	1	Una actriz	1							
2°	La indecisa	10	La jovial	11					Una principiante	5							
3°									Una alumna	7							
4°	La graciosa	19							Una aficionada	11	La interesada	17					
5°	La insegura a veces	9							Una desvergonzada (normalmente)	19	Una persona más relajada y abierta	20					
6°	La extrovertida	4							Una mentirosa	9	Una compañera	6					
7°	La sinvergüenza	17	La susceptible	13					Otra persona	2	Otra cosa	3	Un sonido	4			
8°	La impaciente	8							La graciosa	16	La imaginativa	14					
9°	La coqueta	20							Sigo siendo la estudiante de Psicología	18	Una parte de la muestra	8	Una curiosa	10			
10°	La tímida (a veces)	18	La curiosa	7	La estudiante de Psicología	5			La frustrada algunas veces	12	Satisfecha otras	13					
11°	La agradecida	14															
12°																	
13°																	
14°	La fiestera	12															
15°																	
16°																	
17°	La cabezona	15															
18°	La mayor	6															
19°																	
20°																	

Nota. En negrita, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento. Al trabajar con el TST-T, la participante no tomó en cuenta su respuesta 15, «También soy yo, a veces».

Figura 32. Autodescripciones de Julia

«¿Quién soy yo?»					«¿Quién soy yo cuando hago teatro?»															
<b>1º</b>	Soy un ser humano	1	Soy Julia	2						<b>1º</b>	Soy graciosa	8	Soy observadora	9	Soy alegre	18	Soy ilusionada con lo nuevo	19		
<b>2º</b>	Soy positiva	3								<b>2º</b>	Soy nerviosa	2	Soy imaginación	6	Soy Julia	7	Soy incansable	14	Soy actriz	20
<b>3º</b>	Soy observadora	7	Soy alegre	8						<b>3º</b>	Soy parte de un grupo	3	Soy única	4	Soy capaz de disfrutar	5				
<b>4º</b>	Soy bajita	6	Soy imaginación	20						<b>4º</b>	Soy tímida	10	Soy libre	13						
<b>5º</b>	Soy cambiante	9	Soy vaga	15						<b>5º</b>	Soy atrevida en grupo	11								
<b>6º</b>	Soy estudiante	4	Soy parte de un grupo	10	Soy parte de un mundo	19				<b>6º</b>	Soy cambiante	15								
<b>7º</b>	Soy despistada	5	Soy tranquila	11						<b>7º</b>	Soy responsable con lo que me gusta	17								
<b>8º</b>	Soy criticaona	12								<b>8º</b>										
<b>9º</b>	Soy única	13	Soy una mente abierta	18						<b>9º</b>										
<b>10º</b>	Soy parecida a los demás	14								<b>10º</b>										
<b>11º</b>	Soy un poco torpe	16								<b>11º</b>	Soy mayor	12								
<b>12º</b>	Soy real	17								<b>12º</b>	Soy estudiante	1								
<b>13º</b>										<b>13º</b>	Soy pequeña (de estatura)	16								
<b>14º</b>										<b>14º</b>										
<b>15º</b>										<b>15º</b>										
<b>16º</b>										<b>16º</b>										
<b>17º</b>										<b>17º</b>										
<b>18º</b>										<b>18º</b>										
<b>19º</b>										<b>19º</b>										
<b>20º</b>										<b>20º</b>										

Nota. En negrita, el orden asignado a las respuestas de la prueba; a la derecha, su número de respuesta en el instrumento.



«que a la gent costa una mica de conèixer-la, que has d'apropar-te una mica més, que poden demostrar ser una cosa i després no són... i que... en el fons tots som una mica pallassos,... bueno, en el bon sentit, ja m'entens».

En lo que respecta a Ada (Figura 31), la organización de sus respuestas fue más compacta en el TST-T; a excepción de los tres primeros lugares (con una respuesta en cada uno), esta participante colocó dos y tres respuestas en cada nivel, en ocasiones de contenido diferente («Sigo siendo la estudiante de Psicología», «Una parte de la muestra», «Una curiosa») u opuesto («La frustrada algunas veces», «Satisfecha otras»), y en algunos casos (como ocurre con la desvergüenza o la gracia) mantuvo respuestas presentes en el TST-G. En sintonía con algunas de sus autodescripciones, Ada señaló que «Otra cosa que también he aprendido estos meses es a no decir «No haré una cosa». Y también aquí lo he podido comprobar... sí, sí, puedes hacer cosas que pensabas que no, muy interesantes...», además de haberla «hecho más —todavía—abierta, porque hemos trabajado más con personas, y, y no sé, a colaborar».

En la configuración de las autodescripciones de Julia (Figura 32) se observa una tendencia a la horizontalidad en la organización de las respuestas del TST-T, esto es, una organización más compacta de respuestas, ya que la mayoría de éstas pasan a situarse en los primeros niveles de la jerarquía. Este cambio incluye diferentes posiciones para rasgos que aparecen en el TST-G; así, ser estudiante, baja de estatura o cambiante se ubican en un lugar inferior en el TST-T, en tanto que «Soy única» y «Soy parte de un grupo» suben al tercer lugar.

Otras respuestas de Julia que merecen destacarse son las referidas a la libertad, timidez y atrevimiento (al estar en grupo); esta participante afirmó haber «superado mucho miedo... tengo la sensación de que lo voy a recordar, que puedo superarlo». En esto contribuyeron «sobre todo las actividades de hacer sola. Porque las de hacer en grupo quieras que no... Yo cuando estoy con amigas también hago así, me pongo a hacer: «Pues ahora soy no-sé-quié». Pero las de hacer sola eran las más difíciles y las que más me... las que más me enseñaban»; a ello también cabe unir el observar a los demás, ya que «viéndoles a ellos, haciendo el ejercicio, y viéndoles totalmente tranquilos... A mí me daba la sensación de tranquilidad. Entonces, no sé, de esa manera también aprendía yo».

La comparación entre ambos conjuntos de autodescripciones (generales y referidas al teatro) pone de manifiesto el matiz diferenciador que un conjunto de actividades —como un taller de teatro— puede introducir en un momento dado en nuestras autodescripciones. Además, las semejanzas en las respuestas a ambos instrumentos destacan la presencia de ciertas autodescripciones que se mantienen invariantes en distintas situaciones, esto es, con cierta independencia del contexto.

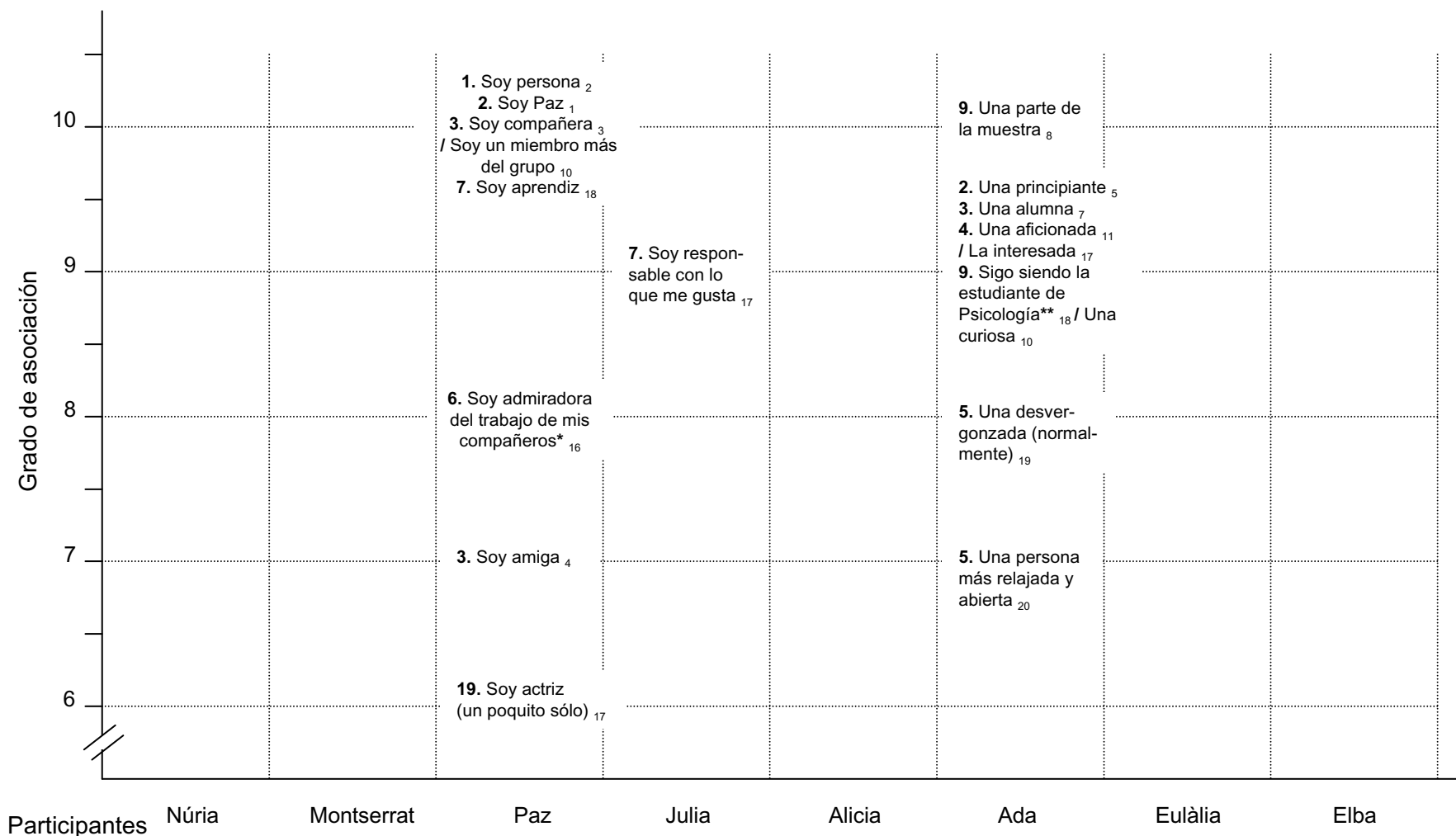
#### *7.4.2. Asociación entre autodescripciones y actividades del taller: aspectos complejos*

Al relacionar las respuestas al TST-T con los ejercicios teatrales, en tres casos se encontraron autodescripciones asociadas a todas las actividades del taller (Figura 33.1). Para Paz, su nombre, el ser persona, aprendiz, compañera y miembro del grupo fueron las autodescripciones más relacionadas con todos los ejercicios; en menor grado esto ocurrió con su admiración por el trabajo de los compañeros, el ser amiga y autodefinirse como actriz. En el caso de Ada, el ser parte de una muestra fue la característica presente con mayor intensidad en todas las actividades del taller, seguida de ser principiante, alumna, aficionada, estudiante de Psicología y el tener curiosidad e interés; además, desvergüenza, relajación y apertura a los otros fueron otras autodescripciones presentes durante el taller para Ada. En lo que se refiere a Julia, el ser responsable con lo que le gusta fue la característica asociada a los ejercicios llevados a cabo.

Del resto de asociaciones realizadas, cabe destacar las que corresponden a aquellos ejercicios que destacaron por las valoraciones obtenidas, su mención en distintos momentos de las entrevistas y por el número y tipo de relaciones establecidas. Salvo excepciones, las puntuaciones fueron iguales o mayores de 5, lo que indica asociaciones medias y altas en la mayoría de los casos.

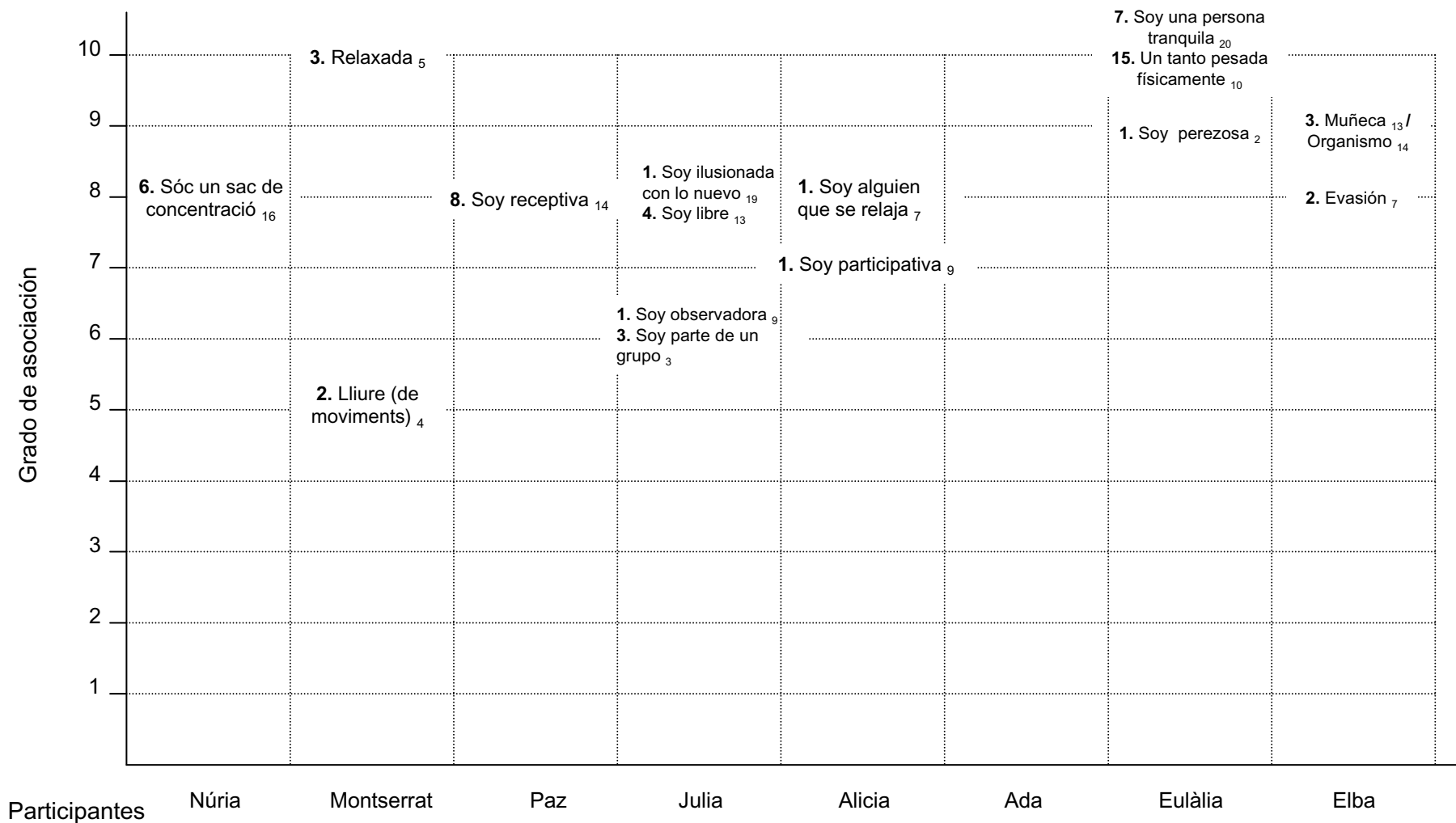
De las relajaciones, la modalidad activa fue la que presentó mayor cantidad de asociaciones (v. Figura 33.2), generalmente referidas a relajación (Montserrat, Alicia), libertad (Montserrat, Julia), tranquilidad (Eulàlia) y evasión (Elba). Otros aspectos asociados con esta actividad fueron el ser receptivo, participativo o parte de un grupo (Paz, Julia, Alicia), amén de la concentración (Núria) y la pesadez física o pereza (Eulàlia).

Figura 33.1. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y todos los ejercicios del taller



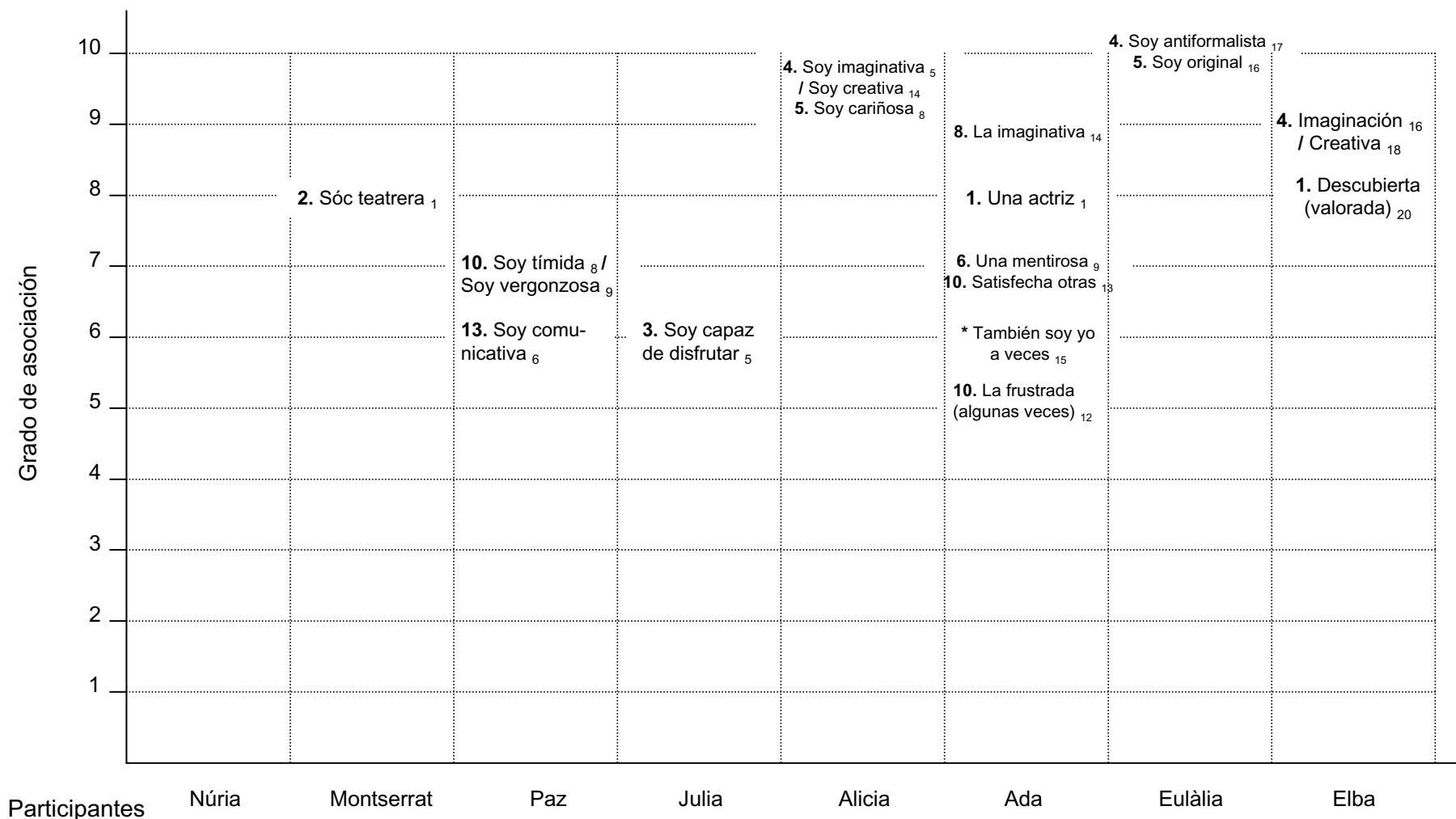
Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado.  
 \* No aplica para las relajaciones. \*\* La valoración es de 6 en la aplicación de instrumentos. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 33.2. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y la relajación activa



Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

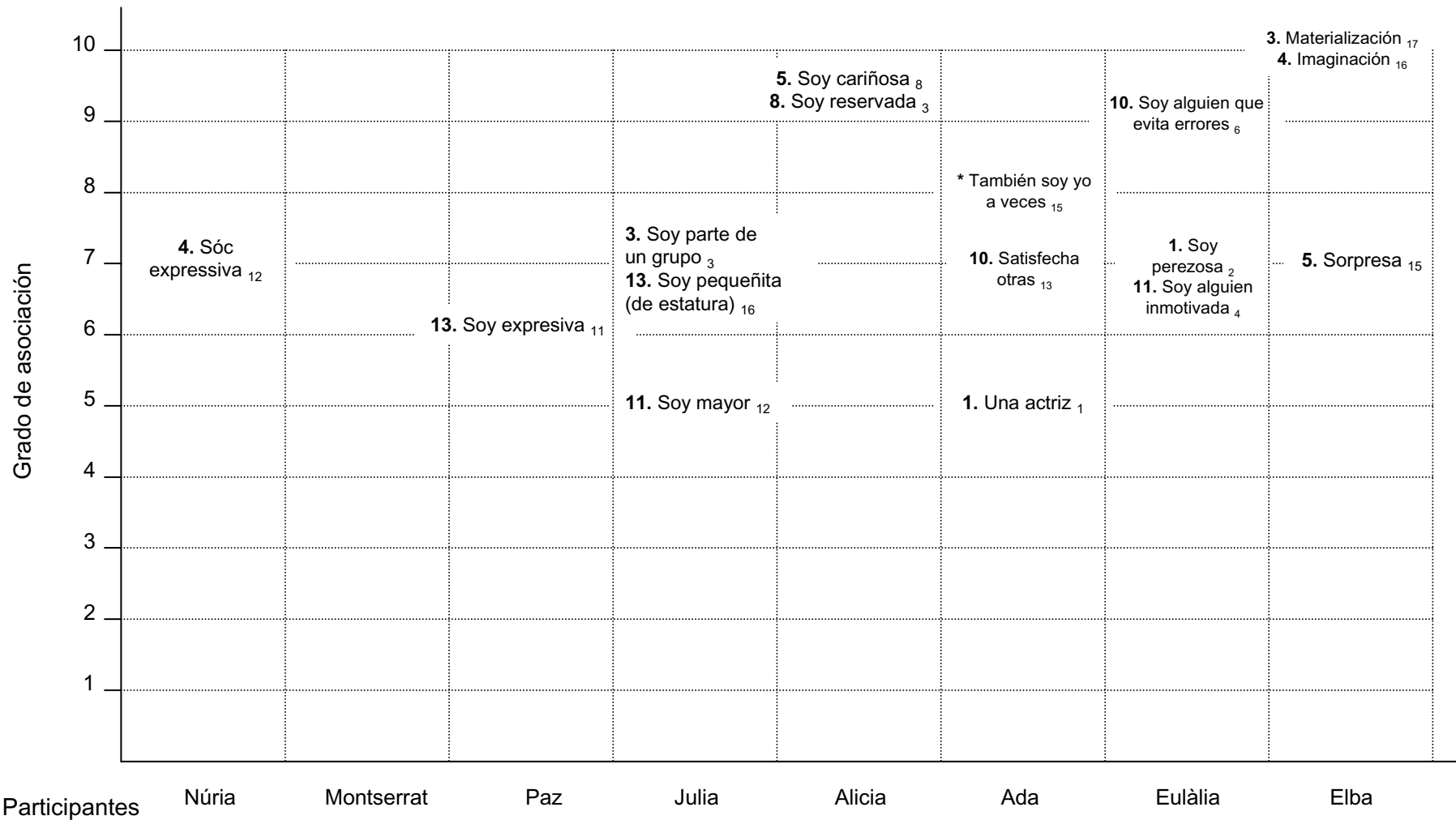
Figura 33.3. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y el uso de objetos - acciones



Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado.

\* Esta respuesta carece de número en negrilla por no haber sido ordenada jerárquicamente. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 33.4. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y el uso de objetos (globos)



Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado.

\* Esta respuesta carece de número en negrilla por no haber sido ordenada jerárquicamente. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

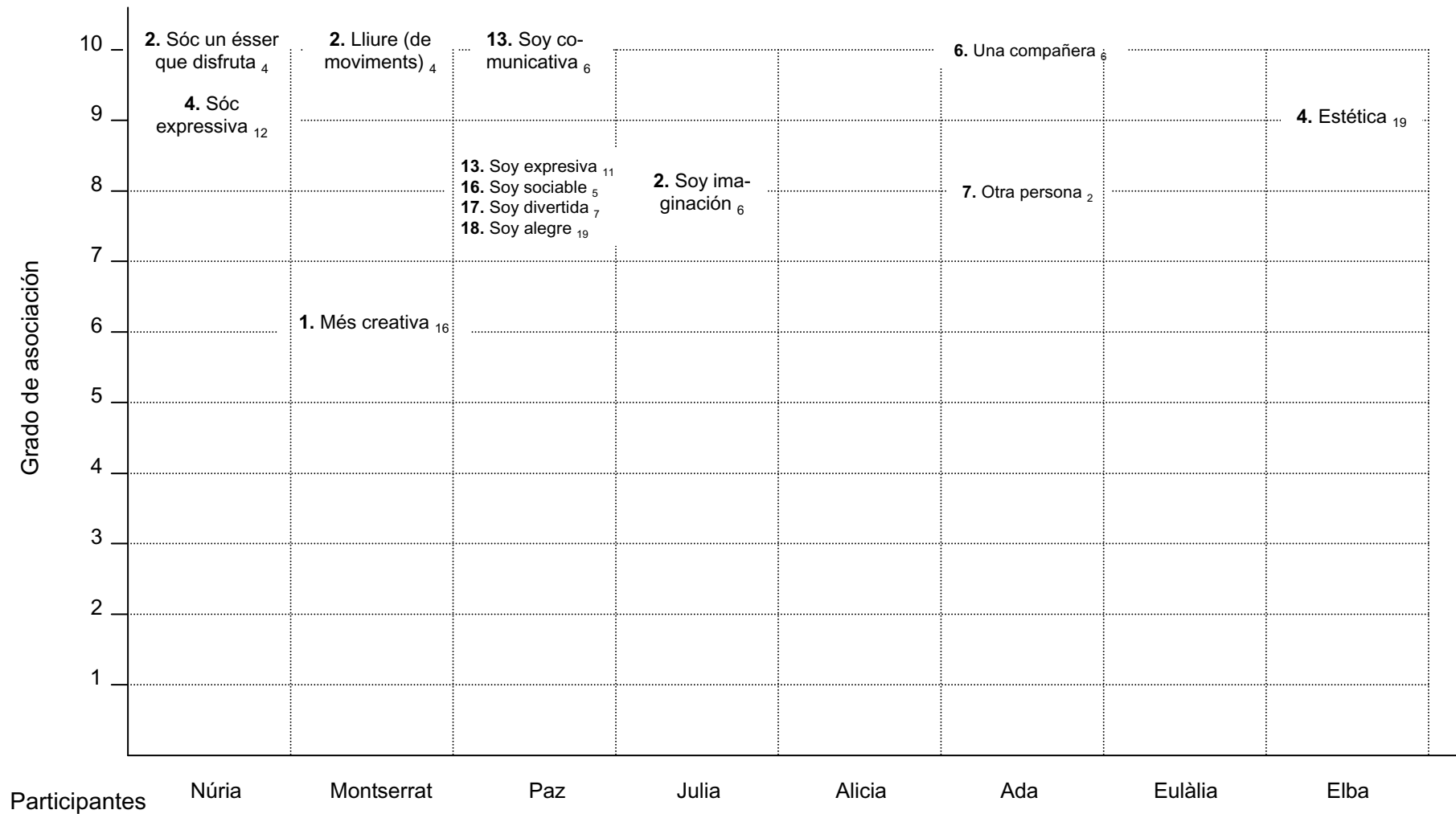
De las asociaciones con los ejercicios de objetos, pueden destacarse las referidas a las acciones con objetos y a los globos. En el primer caso (Figura 33.3), destacan las autodescripciones referidas a imaginación, creatividad y originalidad (Alicia, Ada, Eulàlia y Elba); en menor grado se asocia el ser «teatrera» (Montserrat), o sentir timidez, vergüenza (Paz), y tener capacidad de disfrute (Julia). Por lo que respecta a Ada, a este ejercicio se asocian, además, el ser ella («a veces»), una actriz, una mentirosa y sentir satisfacción y frustración; tres de estas autodescripciones se manifiestan igualmente al trabajar con globos. A este otro ejercicio de objetos (Figura 33.4) se asocian, además, el ser expresiva (Núria, Paz), cariñosa y reservada (Alicia), y la materialización y sorpresa mencionadas por Elba en su entrevista:

«Nos teníamos que imaginar qué había dentro de ese globo... me ayudó a descubrir algo sobre mí el hecho de saber qué es lo primero que pensaría que sería valioso para mí... dentro de ese globo. También mucho de imaginación; hasta dónde puede llegar mi imaginación... En esto del globo fue bastante rápido; en un princi... yo me, me sorprendí también porque yo pen... no pensé, en un primer momento no pensé que fuera nadie de mi familia ni nada relacionado con mi, con mi... Con mi entorno... Eh yo me imaginé que había un dragón...que era el huevo de un dragón. O sea, fue como de fantasía. Lo primero que había pensado es una fantasía... poética».

Para Julia, al ejercicio de globos se asocian estatura, edad y ser parte de un grupo. En el caso de Eulàlia, conviven pereza y falta de motivación con ser «alguien que evita errores».

En el ejercicio de espejos (Figura 33.5), Núria y Paz coinciden en asociar esta actividad con expresividad y disfrute. Para Montserrat, libertad de movimientos y creatividad son las autodescripciones relacionadas aquí; en el caso de Julia y Elba, imaginación y estética son, respectivamente, los aspectos asociados a este ejercicio. Para Ada, ser «Una compañera» y «Otra persona» son las autodescripciones asociadas al hecho de copiar los movimientos de quien se tiene delante.

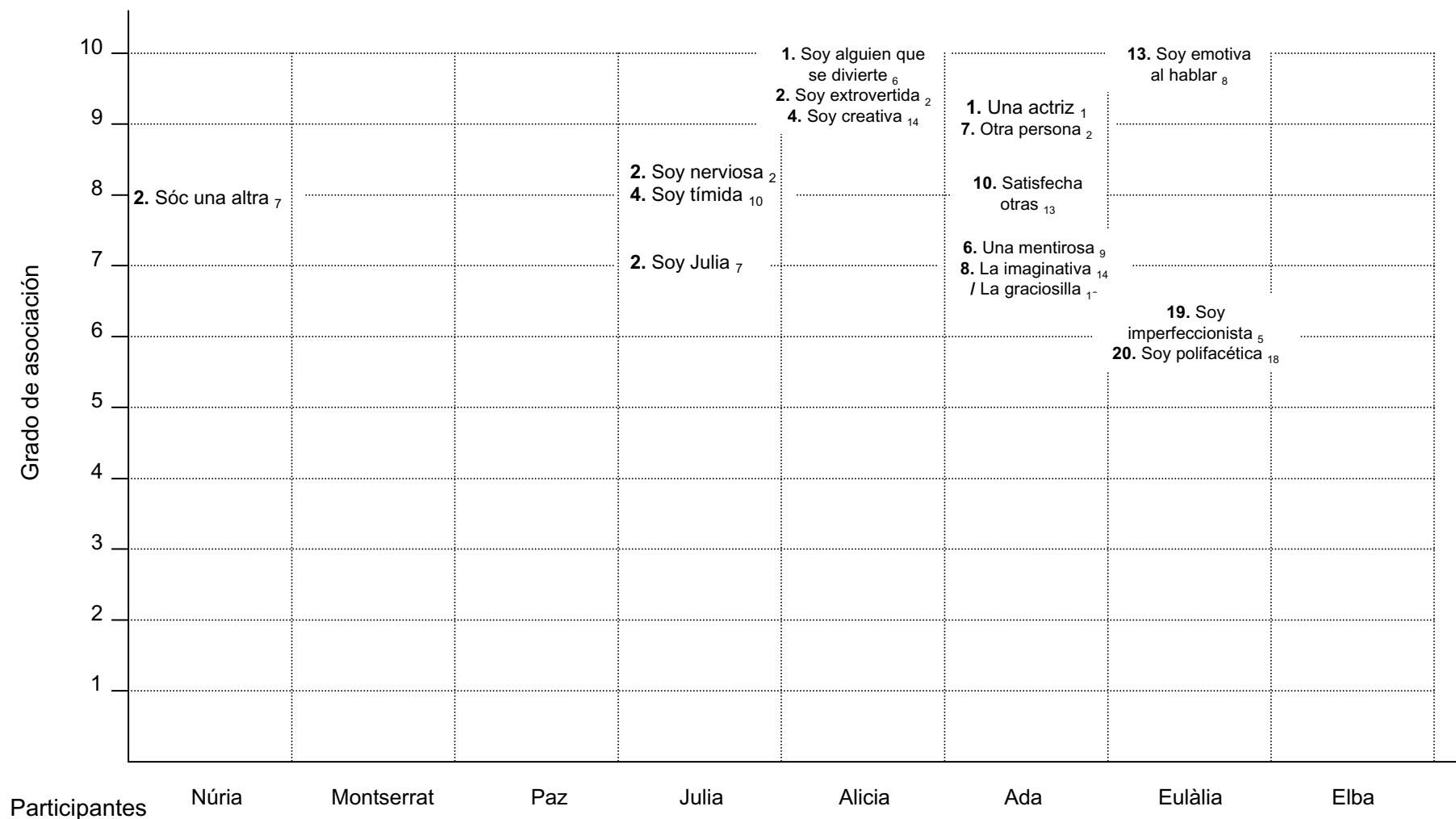
Figura 33.5. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y el ejercicio de objetivos (espejos)



Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

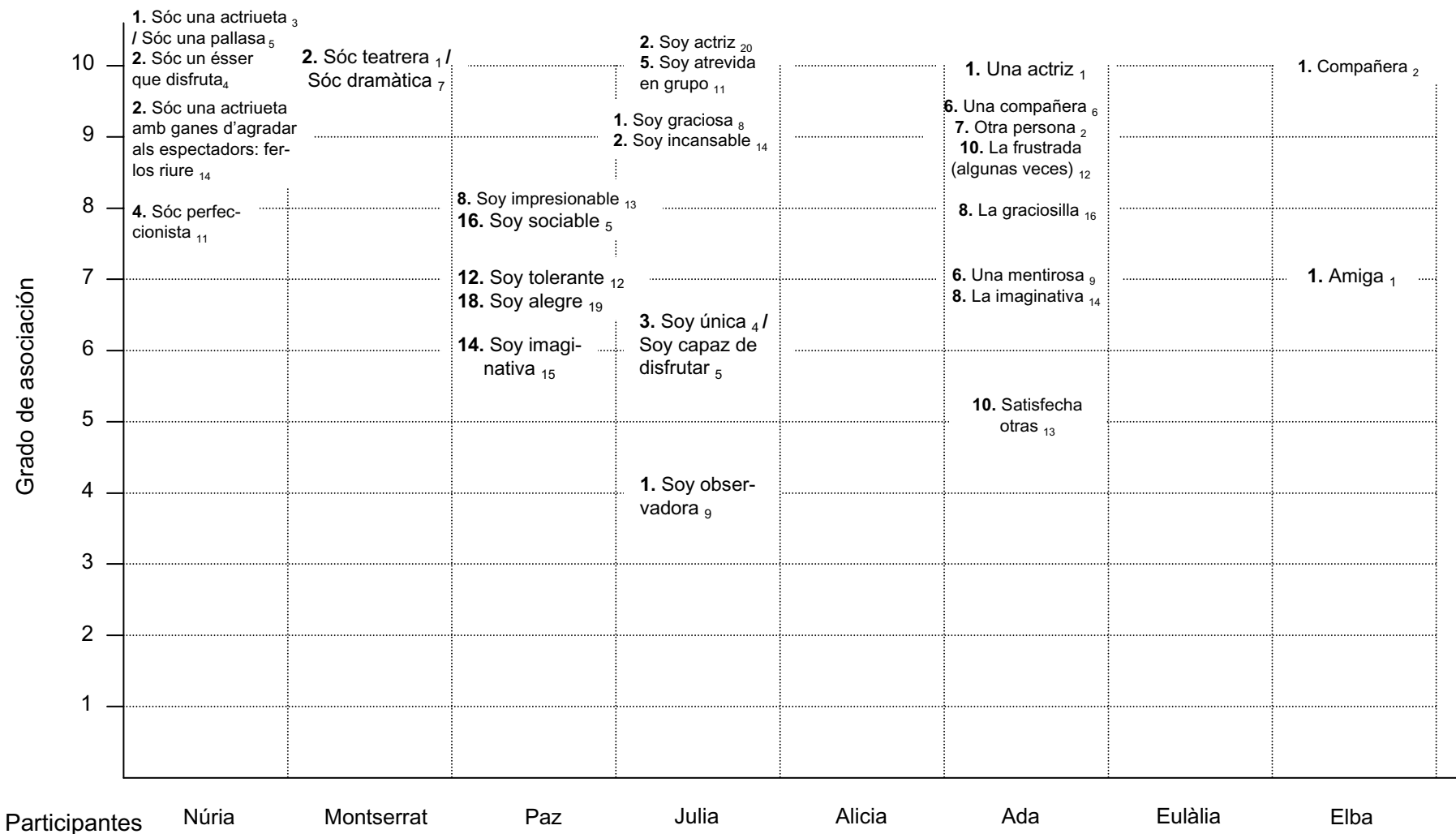


Figura 33.6. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y la improvisación Presentaciones



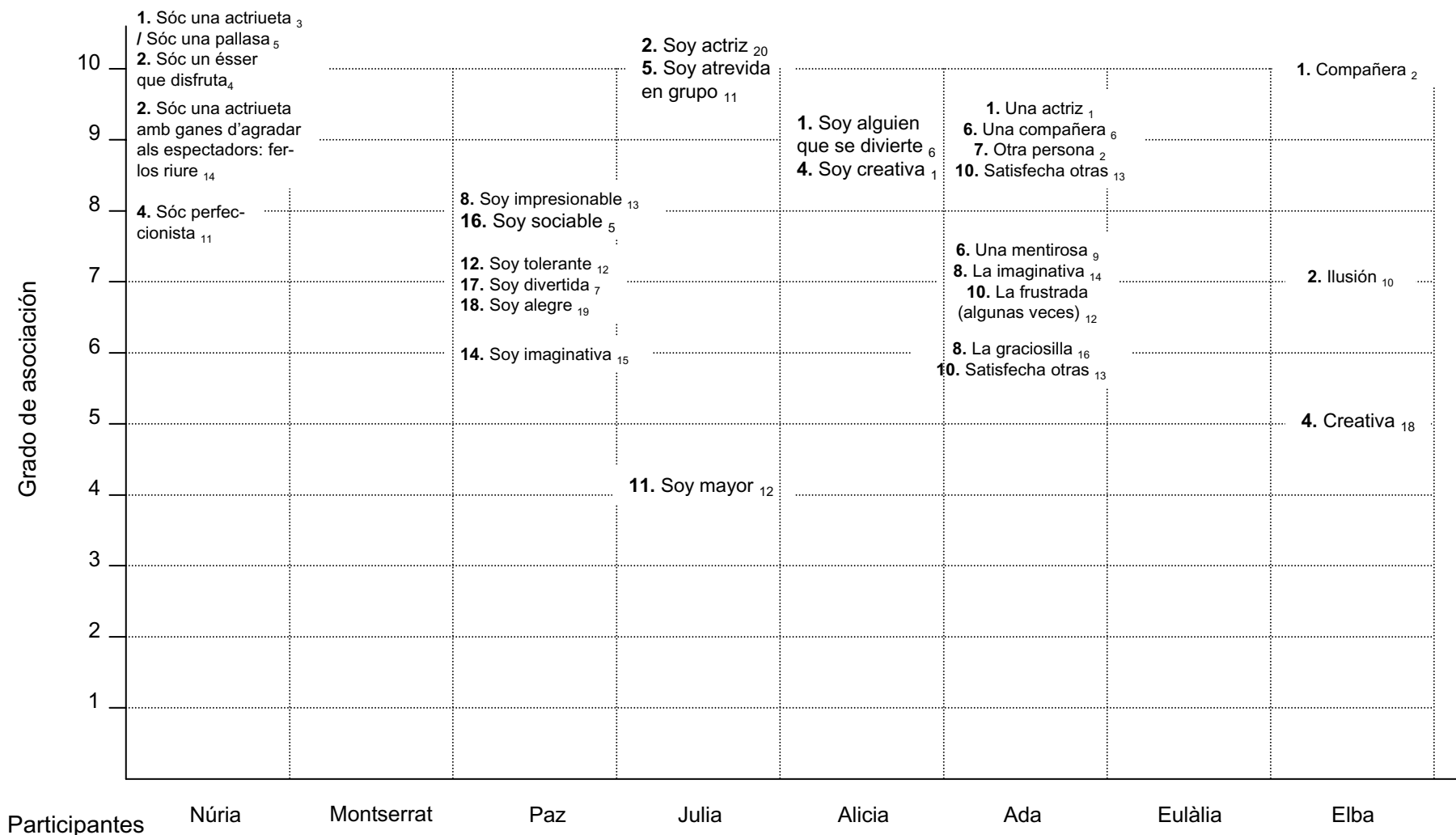
Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 33.7. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y la improvisación La sala de espera



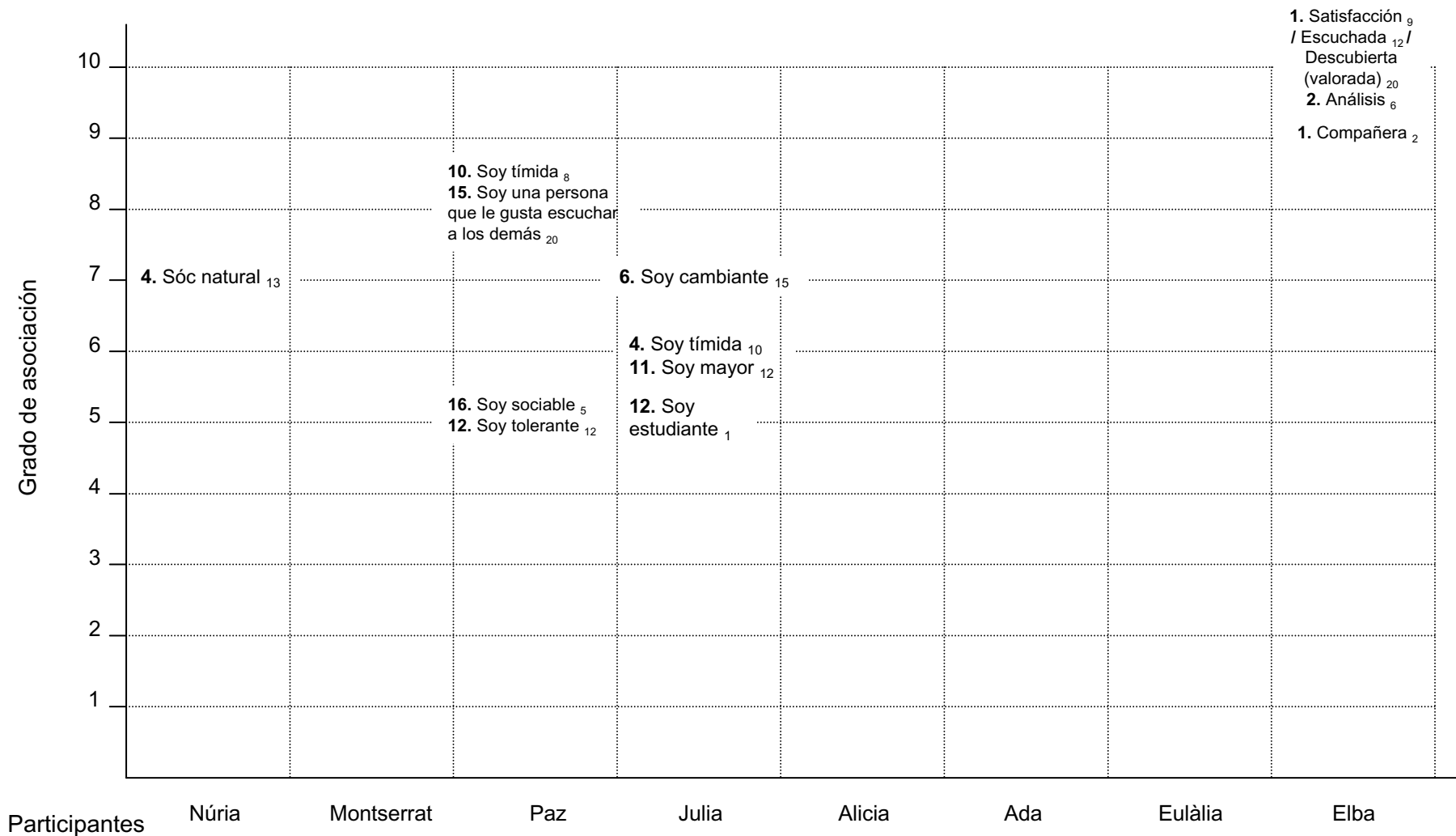
Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 33.8. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y la improvisación Las bandidas



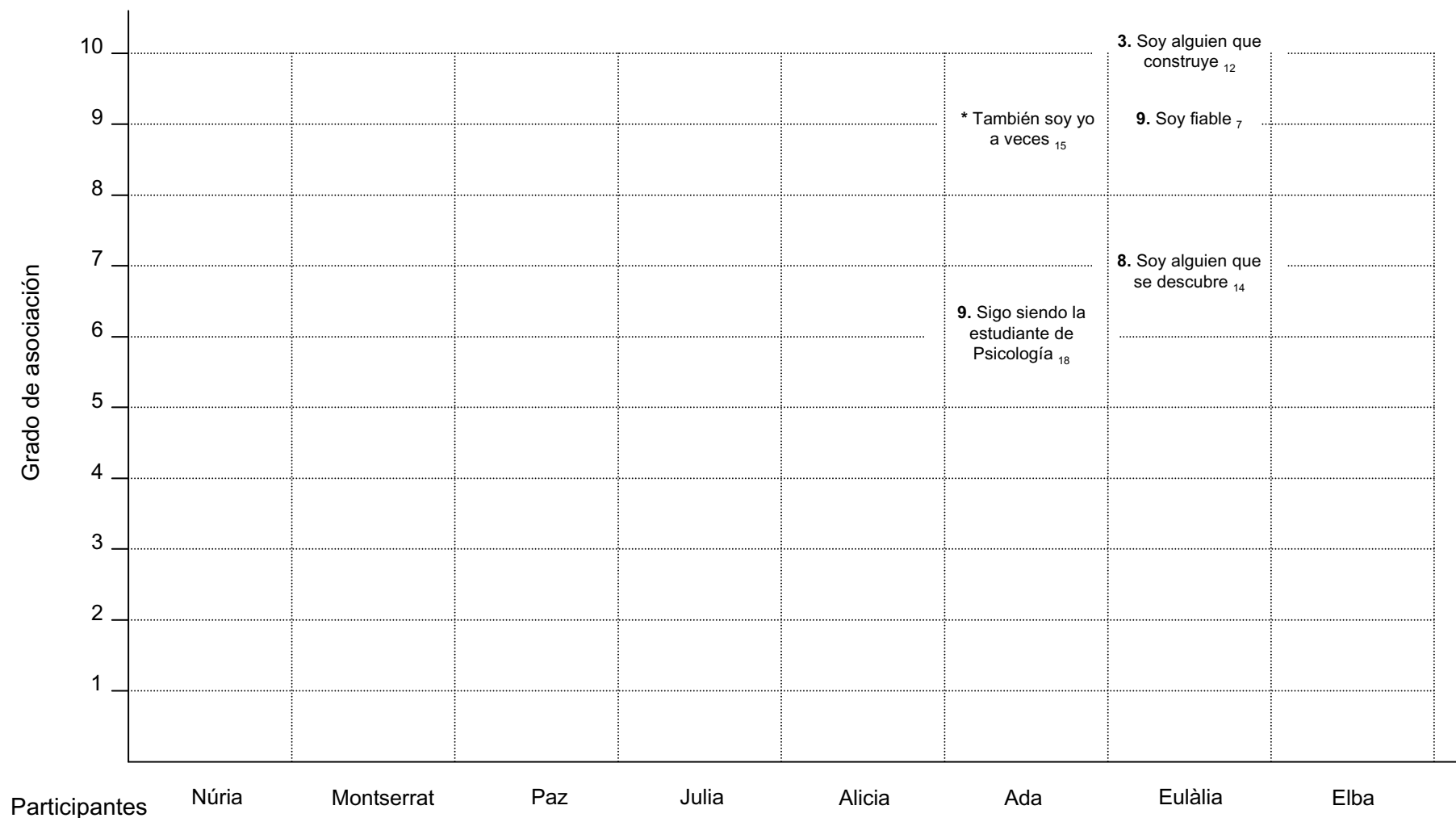
Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 33.9. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y las discusiones en grupo



Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Figura 33.10. Grado de asociación entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» y la aplicación de instrumentos



Nota. En cada autodescripción, el dígito a la derecha indica el número de la respuesta en la prueba; el de la izquierda (en negrilla) corresponde al orden asignado.

\* Esta respuesta carece de número en negrilla por no haber sido ordenada jerárquicamente. Las figuras de las asociaciones restantes, en el Anexo 2.

Al examinar las improvisaciones —concretamente aquéllas que obtuvieron valoraciones borrosas—, presentaciones, sala de espera y las bandidas obtuvieron mayor número de asociaciones. En algunos casos, dichas relaciones se mantienen en los tres ejercicios, y ello puede corresponder o no con las participantes —Julia, Alicia— cuyas calificaciones de elección propia y obligatoriedad en dichos ejercicios fueron mayores de 100.

En las presentaciones (Figura 33.6), Alicia asoció en grado máximo diversión, extroversión y creación. Ser otro o tener diversas caras fue señalado por Núria y Ada, y en menor proporción por Eulàlia; para Ada, además, se asociaron a este ejercicio el ser «Una actriz» y el sentirse satisfecha, y en menor grado ser «Una mentirosa», «La imaginativa» y «La graciosa». En Julia, nervios, timidez y su nombre propio fueron las autodescripciones relacionadas con esta improvisación.

En la sala de espera y las bandidas (Figuras 33.7 y 33.8), Núria asoció las mismas autodescripciones en posiciones similares: con grado 10, el ser una pequeña actriz, payasa y alguien que disfruta; con grado 9, el ser una pequeña actriz con ganas de agrandar y hacer reír, y con grado 8 el ser perfeccionista. En Ada, las autodescripciones utilizadas sólo varían en cuanto a su grado de asociación con la actividad.

En el resto de participantes se observan algunos cambios entre ambos ejercicios. En el caso de Paz hay sólo una variación: en las bandidas, además de ser impresionable y sociable (grado 8), tolerante y alegre (grado 7) e imaginativa (grado 6), se añade la autodescripción «Soy divertida» (también con grado 7). Elba coincide en asociar «Compañera» con grado 10 en ambas improvisaciones; sin embargo, en la sala de espera coloca «Amiga» con grado 7, lugar que en las bandidas ocupa «Ilusión», al que sigue «Creativa» en grado 5. En las asociaciones de Julia para los dos ejercicios coinciden el ser actriz y atrevida en grupo; en las bandidas se añade el ser mayor, en tanto que en la sala de espera se describe como graciosa, incansable, única, capaz de disfrutar y observadora:

«... a medida que aumentando el control, también iban aumentando las ganas de protagonismo... Por ejemplo, al principio pues intentaba esconderme detrás de alguien, no... luego ya... intentaba, no sé, que se notara que estaba yo allí, por ejemplo en la sala de espera, allí lo noté muchísimo; había momentos en que me sentía mal, porque digo: «Julia, pero no hagas, pobre

chica que...» a la enfermera, es que la traíamos por la calle de la amargura... a veces me daba un poquillo de rabia, pero sí que es verdad que han ido aumentando las ganas de protagonismo».

Finalmente, Montserrat y Alicia asocian autodescripciones a sólo una de las improvisaciones; aquélla asocia el ser teatrera y dramática en grado 10 a la sala de espera, en tanto que ésta considera, en grado 9, que es alguien que se divierte y es creativo, dos de las autodescripciones señaladas en las presentaciones.

Otras dos actividades que merecen destacarse son las discusiones en grupo y la aplicación de instrumentos. En el caso de las discusiones en grupo (Figura 33.9), se corrobora lo apuntado por Elba, Paz y Julia durante las entrevistas. Así, Elba se siente satisfecha, escuchada, descubierta y valorada en los análisis realizados a los ejercicios del taller; Paz destaca su timidez y el que le guste escuchar a los demás, a lo que añade el ser sociable y tolerante; Julia asocia el ser cambiante, tímida, mayor y estudiante, en tanto que Núria sólo coloca el ser natural. Por lo que se refiere a la aplicación de instrumentos (Figura 33.10), resultó una actividad a la cual Ada asoció la respuesta «También soy yo a veces», y en menor grado el seguir «... siendo la estudiante de Psicología». Por su parte, Eulàlia destacó con los mayores grados de asociación el ser «... alguien que construye», «... fiable», y en grado 7, la autodescripción «Soy alguien que se descubre».

En el conjunto de actividades que conformaron el taller realizado, las asociaciones entre autodescripciones referidas al teatro y varios de los ejercicios teatrales corroboran lo evidenciado entre las respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» y las actividades cotidianas. Por una parte, ciertos rasgos de quiénes somos al hacer teatro están presentes en las distintas actividades que se desarrollan dentro de un taller. Por otra parte, ciertos ejercicios teatrales parecieran potenciar ciertas autodescripciones referidas a la pregunta «¿Quién soy yo cuando hago teatro?».

## 8. DISCUSIÓN

Los datos recogidos en el estudio han puesto de manifiesto diversas características y particularidades del tiempo libre y el sí mismo; en concreto, se han observado aspectos complejos en ambos fenómenos, y en las relaciones entre ellos. Más específicamente, nos referimos a: la no linealidad y la borrosidad del tiempo libre; la fractalidad del sí mismo; y en la aproximación a estos aspectos complejos, las posibilidades que ofrecen los ejercicios teatrales.

### 8.1. El tiempo libre en actividades cotidianas. Manifestaciones de complejidad

Al revisar la literatura científica considerada en apartados precedentes, observamos las diferencias que conlleva analizar el comportamiento desde la perspectiva del tiempo libre, con respecto a los estudios de ocio. Específicamente, la Psicología del Tiempo Libre (PTL; Munné, 1980) plantea las diferencias entre el comportamiento condicionado desde la propia persona —autocondicionado, en el que predomina la libertad—, y el comportamiento cuyo condicionamiento ocurre desde fuera del individuo —heterocondicionado, que se caracteriza por la obligación. Esta consideración de auto y heterocondicionamientos distingue a la PTL de los estudios de ocio, en los cuales la libertad y la obligación se restringen a las actividades socialmente conocidas como ocio o no ocio (Codina, 1999a).

Además de su potencialidad en el conjunto del comportamiento, el tiempo libre ha sido descrito como un fenómeno complejo (Munné, 1993, 1997c); en particular, por la dinámica no lineal y borrosa entre los procesos de auto y heterocondicionamiento (Codina, 2004c). En conjunto, estas características sugieren la presencia de aspectos complejos con la puesta en práctica de actividades cotidianas. En nuestro caso, el tiempo libre fue explorado atendiendo a indicadores de temporalidad y libertad (Codina, 1999a), mediante la aplicación secuencial de presupuestos de tiempo (Codina, 2004c).



### 8.1.1. *La temporalidad en las actividades realizadas*

El análisis de 21 actividades distintas, realizadas durante 24 h. por las 8 participantes, permitió observar relaciones significativas tanto en el volumen de tiempo dedicado a las actividades, como en la frecuencia semanal de las mismas.

Por ejemplo, en lo que se refiere al volumen de tiempo, se obtuvo que a mayor dedicación a actividades de formación, mayor tiempo destinado al descanso, el arreglo personal, las comidas, la interacción social por Internet y los traslados; asimismo, a mayor tiempo destinado al descanso, menor disponibilidad para la práctica deportiva y la interacción social por teléfono. Con respecto a la frecuencia de realización de las actividades, en algunos casos se tiene que, a mayor número de veces que se asiste a clases en la Facultad, durante la semana se estudia en más ocasiones y se realizan más traslados; en otros casos puede verse que a mayor frecuencia de interacción social personal, se estudia y se habla por teléfono mayor número de veces.

En síntesis, los resultados obtenidos muestran que el volumen de tiempo y la frecuencia semanal de actividades como la interacción social personal, la formación o el descanso se relacionan con buena parte del resto de ocupaciones de una jornada. Este hallazgo sugiere la posibilidad de incorporar a futuro análisis adicionales a las correlaciones. Así, el uso y el consumo del tiempo podrían profundizarse mediante modelos estadísticos más avanzados. Además, cabría utilizar otras pruebas para determinar la presencia de diferencias significativas entre las medias de dedicación (diaria, semanal) a las actividades cotidianas (p. ej., la  $T$  de Wilcoxon o la  $t$  de Student — según el caso). Finalmente, resultaría de interés el incorporar el fenómeno de los atractores en la investigación del uso y el consumo del tiempo en las actividades cotidianas; en concreto, nos referimos a ocupaciones que se comporten como un atractor de punto fijo, y por extensión, a sus relaciones potenciales con la turbulencia y los atractores extraños (una descripción de estos fenómenos en Briggs y Peat, 1989).

### 8.1.2. *La libertad percibida en las actividades. Aspectos no lineales y borrosos*

En líneas generales, en las percepciones de libertad (elección propia, obligatoriedad) y satisfacción (satisfacción, insatisfacción) de las actividades cotidianas suelen predominar, respectivamente, la elección propia y la satisfacción por sobre la

obligatoriedad y la insatisfacción. Estas tendencias destacan una mayor presencia del autocondicionamiento en relación con el heterocondicionamiento.

Por una parte, las actividades percibidas como elegidas más libremente son la interacción social, la lectura, la búsqueda de empleo y la asistencia a clases distintas de las de la Facultad; por otra parte, el estudio por cuenta propia de asignaturas de la carrera, el arreglo personal, los traslados y la salud fueron ocupaciones valoradas con los menores grados de elección propia. Por lo que respecta a la percepción de satisfacción, los mayores grados corresponden a la interacción social (por teléfono e Internet), la práctica deportiva y la búsqueda de empleo; en el otro extremo —la insatisfacción—, se sitúan las actividades de formación (fundamentalmente, la recibida en la Universidad), los traslados y el cuidado de la salud.

A estos resultados pueden añadirse las correlaciones obtenidas con las valoraciones de elección propia y obligatoriedad de las actividades. En concreto, el análisis de las correlaciones —significativas y no significativas— y sus correspondientes representaciones gráficas permite distinguir entre actividades cuya percepción de libertad es lineal, y actividades que responden a patrones no lineales. Dado que, en todos los casos, el rango de valoraciones iba desde 0 hasta 100, un resultado lineal en los motivos de las actividades resultó de combinaciones como 50 de elección propia y 50 de obligatoriedad, 60 y 40 ó 70 y 30; en cambio, un resultado no lineal provino, por ejemplo, de la suma de 100 de elección propia y 50 de obligatoriedad, o bien 70 y 50, 30 y 100, etc.

Entre las actividades que responden a patrones lineales encontramos, por ejemplo, la higiene o la interacción social por teléfono. En ambos casos las valoraciones de elección propia y obligatoriedad suman 100, lo que se traduce en una correlación estadísticamente significativa de signo negativo (a más libertad, menos obligación y a la inversa); en consecuencia, la representación gráfica de las puntuaciones de todas las participantes adquiere la forma de una diagonal descendente. Esta representación reproduce la Figura 3 descrita en la primera parte de la investigación (p. 25, a partir de Codina, 1986, 1990): una relación lineal entre auto y heterocondicionamientos.

El caso contrario lo encontramos en las relaciones no lineales entre elección propia y obligatoriedad: fundamentalmente, en actividades como la interacción social

personal y las clases en la Facultad, y en casos puntuales, al valorar el descanso, el arreglo personal, el cuidado de la salud, las comidas, el estudio, los traslados, las tareas domésticas, las responsabilidades familiares y ver la televisión. Al sumar las valoraciones asignadas a la elección propia y la obligatoriedad percibidas al llevar a cabo estas actividades, el resultado fue ser mayor de 100; esto se tradujo en correlaciones no significativas, cuya representación gráfica es semejante a la concepción compleja de los procesos de auto y heterocondicionamiento (Codina, 2004c —Figura 5, p. 28).

Finalmente, el solapamiento observado entre las valoraciones no lineales de elección propia y obligatoriedad señala la presencia de borrosidad en la percepción de libertad al llevar a cabo las actividades citadas; en otras palabras, al realizar ciertas ocupaciones se perciben simultáneamente libertad y obligación.

### **8.1.3. *La complejidad del tiempo libre***

El predominio de la libertad observado en las actividades cotidianas, corrobora la potencialidad del tiempo libre en el conjunto del comportamiento propuesta desde la Psicología del Tiempo Libre (Munné, 1980; y entre las aportaciones posteriores, Casas y Codina, 1998; Codina, 1986, 1990, 1999a, 2002, 2005c; Munné y Codina, 1996, 2002). Asimismo, la presencia de aspectos no lineales y borrosos en la percepción de libertad en la cotidianidad, confirman el carácter complejo del tiempo libre (Munné, 1993, 1997c); y en particular, de los procesos de auto y heterocondicionamiento (Codina, 2004c).

La dinámica de estos condicionamientos pone de manifiesto, además, la necesidad de reflexionar sobre las aportaciones del paradigma de la complejidad en el análisis del ocio. En particular, cabe destacar las ventajas que comportaría la noción de tiempo libre como sistema alejado del equilibrio en modelos como la socialización en el ocio de Iso-Ahola (1980), propuesta ésta más próxima a la idea de sistema cerrado o en equilibrio. Asimismo, pudiera incorporarse la Teoría de los Conjuntos Borrosos (Zadeh, 1975) en el análisis de las categorías del paradigma de Neulinger (1981). Finalmente, las nociones de linealidad y no linealidad podrían contribuir en la investigación de las manifestaciones y particularidades de los ocios serio (Stebbins, 1992, 1997a) y casual (Stebbins, 1997b).

## 8.2. Aspectos complejos del sí mismo

La investigación del sí mismo como fenómeno complejo suele ser puntual en el conjunto de estudios sobre las autorreferencias. En la mayoría de los casos, estas investigaciones se restringen a unas autorreferencias concretas, o bien a unas manifestaciones de complejidad en desmedro de otras. Como ejemplos, valga recordar las descripciones del sí mismo como un sistema alejado del equilibrio (Góis y Ximénez, 1998; Holdstock, 1993; Masterpasqua, 1997; Sampson, 1985; Schwalbe, 1991), o la asunción de características fractales en las autorreferencias (Bütz, 1992a y b, 1995; Marks-Tarlow, 1995; Young, 1995).

Una alternativa a estas investigaciones sobre la complejidad del sí mismo se encuentra en el modelo complejo del *self* propuesto por Munné (1997a, 2000), conjuntamente con las posibilidades que ofrece la Metodología Cualitativa Secuencial de Codina (1998, 1999b, 2000, 2002, 2004b y c). Basándonos en estas aportaciones, hemos explorado la complejidad del sí mismo atendiendo a tres cuestiones: la diversidad de orientaciones en el estudio de las autorreferencias, la elaboración de las participantes sobre sus propias autodescripciones y un análisis de las respuestas obtenidas que evite los reduccionismos (que aparecen, por ejemplo, cuando se utilizan acríticamente sistemas de categorías preestablecidos para ordenar y clasificar las autodescripciones).

### 8.2.1. *La multiformidad en la configuración de autodescripciones*

La configuración de respuestas a la pregunta «¿Quién soy yo?» permitió observar una tendencia general a la no linealidad entre la emisión de autodescripciones y su posterior organización, según la relevancia percibida por la propia persona. En concreto, las primeras respuestas no fueron necesariamente las más importantes, ni a la inversa; antes bien, hubo diversidad y pluralidad en la configuración de las autodescripciones. Esta permeabilidad de límites sugiere una propiedad fractal en la configuración del sí mismo.

En relación con los contenidos de las autodescripciones, pudimos observar distintos grados de elaboración en las respuestas, es decir, la convivencia de autodescripciones más explícitas, junto a otras cuyos significados pueden ser accesibles sólo tras las correspondientes aclaraciones por parte de sus autores. Esto permite ilustrar

los riesgos que implica la utilización de esquemas previos en la clasificación de las autodescripciones: por una parte, la adscripción de respuestas a categorías con las que pueden no guardar una relación estrecha; y por otra parte, las pérdidas que comporta no considerar la elaboración de los participantes sobre la información que han suministrado.

En conjunto, la permeabilidad de límites en la configuración de las autodescripciones y la diversidad de sus contenidos sugieren el carácter multiforme del sí mismo como fenómeno complejo (N. Codina; comunicación personal, 11 de diciembre, 2006).

### **8.2.2. *Fractalidades entre el sí mismo y el tiempo libre***

Al señalar el grado en que las actividades cotidianas estaban vinculadas con las autodescripciones, pudo observarse que algunas de éstas estaban relacionadas con todas las ocupaciones de una misma jornada. Este comportamiento es semejante a la invariancia escalar, propiedad según la cual una configuración se mantiene en las distintas escalas en las que se observa un objeto fractal.

Paralelamente a esta invariancia escalar, ciertas actividades aparecieron como especialmente sensibles por la diversidad de autodescripciones vinculadas a ellas; esto es, la iteración (repetición con variaciones) de una misma actividad parece estimular, favorecer o potenciar determinadas características del sí mismo.

La invariancia escalar y las iteraciones entre las autodescripciones y las actividades cotidianas —por lo general, percibidas como libres— indican la presencia de relaciones fractales en la interacción entre el sí mismo y el tiempo libre.

### **8.2.3. *El sí mismo como fenómeno complejo***

Las propiedades fractales del sí mismo, en la configuración de autodescripciones y en las relaciones entre éstas y las actividades cotidianas, contribuyen con la idea del sí mismo como fenómeno complejo. Profundizando en los resultados obtenidos, la sensibilidad observada entre el sí mismo y el tiempo libre permite señalar la importancia para las autorreferencias de ciertas actividades realizadas en el día a día (Pestana y Codina, 2005). Más específicamente, cabría pensar que en el sí mismo: pequeños

estímulos produzcan grandes cambios; se requieran niveles muy distintos de perturbación del sistema para producir un cambio determinado; o bien, que se necesiten distintos períodos de tiempo para que se sucedan ciertas modificaciones del sí mismo. En síntesis, el sí mismo y su sistema de autorreferencias serían susceptibles de manifestar las distintas modalidades de no linealidad que caracterizan a los sistemas alejados del equilibrio (Lorenz, 1993; Prigogine y Stengers, 1986).

A la no linealidad característica de los sistemas alejados del equilibrio, cabe añadir una noción complementaria: la linealidad. Ambas pueden ser útiles para profundizar en la cuestión del cambio y la estabilidad en el sistema de autorreferencias. En este sentido, considerar la diversidad y simultaneidad de tradiciones y procesos psicológicos que contempla el modelo complejo del *self* (Munné, 1997a, 2000), pudiera contrastarse con las estructuras jerárquicas y multidimensionales del sí mismo (Marsh, 1990a; Shavelson y Bolus, 1982).

Con respecto a la investigación empírica del sí mismo como fenómeno complejo, los resultados obtenidos con nuestro trabajo ilustran las ventajas que ofrece la Metodología Cualitativa Secuencial (MCS; Codina, 1998; 1999b; 2000; 2002; 2004b y c); en especial, por permitir superar los estudios sobre la complejidad del sí mismo en los que predomina un análisis más especulativo que empírico (Marks-Tarlow, 1995; Schwalbe, 1991; Young, 1995), o que consideran unas manifestaciones de complejidad en desmedro de otras (Bütz, 1992a y b, 1995; Góis y Ximénez, 1998). Asimismo, la puesta en práctica de las pautas y los instrumentos de la MCS posibilita contar con un procedimiento que profundiza en una característica consustancial al sí mismo como lo es la autorreflexión; ésta, al tener en cuenta la vinculación entre los aspectos personales y la percepción de libertad en la cotidianidad, puede ser útil en el campo aplicado o la intervención en las autorreferencias.

### **8.3. Los ejercicios teatrales.**

Una aproximación a los aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo

La proximidad entre los ejercicios teatrales y el estudio de los aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo comprende diversas posibilidades de análisis, no siempre vinculadas entre sí, o bien con evidencias empíricas desiguales —como apuntamos al exponer las contribuciones previas consideradas para esta tesis.

Las investigaciones en el tiempo libre y el ocio consideran a las actividades artísticas —el teatro, entre ellas— como favorecedoras del desarrollo de la persona (en sintonía con lo planteado por Amigo, 2000; Burden, 2000; Funk, 1987; Hutchinson y Samdahl, 1999; Leif, 1984; Moreno, 2000; Waichman, 1993 y Weber, 1963 —entre otros); incluso, estas actividades permitirían aproximarse a la autoexpresión y la espontaneidad a que se aspira desde distintas teorías sobre el tiempo libre y el ocio (Lanfant, 1972). Por lo que se refiere al sí mismo, los ejercicios teatrales se sitúan en una especie de encrucijada entre representación y autenticidad; dicho de otro modo, entre las aportaciones de quienes señalan la importancia de la representación o interpretación en la vida social (Goffman, 1959; y por extensión, las propuestas de Snyder, 1974; Gangestad y Snyder, 2000 —entre otros), y quienes abogan por la autenticidad como consustancial al sí mismo y al desarrollo de la persona (como ocurre en los trabajos de Kohut, 1977; Maslow, 1962, 1971; Rogers, 1951, 1961; y Rogers y Kinget, 1965).

Con el análisis de las actividades teatrales como heurístico del comportamiento pudo dilucidarse la orientación del teatro que posibilita superar la contradicción entre representación y autenticidad; específicamente, y a partir de Casas y Codina (1998), la descripción de los (auto, hetero)condicionamientos del teatro —en sus modalidades de intervención clínica, metáfora de la vida en sociedad y formación de intérpretes—, puso de manifiesto su potencialidad como actividad de tiempo libre (Pestana, 2005). En concreto, nos referimos a la práctica, predominantemente autocondicionada, de ejercicios teatrales de uso común en las primeras etapas de la formación de actores y actrices; y en especial, atendiendo a aquellos ejercicios con los cuales se han observado manifestaciones de complejidad en el comportamiento (Crossan, Lane, White y Klus, 1996; Sawyer, 1999; Strasberg y Hethmon, 1968).

### **8.3.1. *La libertad percibida en los ejercicios teatrales. Aspectos no lineales y borrosos***

La libertad y la satisfacción percibidas al poner en práctica las actividades del taller presentaron similitudes con respecto a las valoraciones de las actividades cotidianas. Por una parte, predominan la elección propia y la satisfacción por sobre la obligatoriedad y la insatisfacción; y por otra parte, se observan manifestaciones de no linealidad y borrosidad en la percepción de libertad de los ejercicios teatrales.

Las actividades del taller cuya realización se percibió como más libre fueron las improvisaciones, los ejercicios con objetos cuya pauta favorecía más el autocondicionamiento y las discusiones en grupo; en contraposición, los menores grados de elección propia se observaron al valorar los ejercicios con objetos en los cuales había mayor directividad por parte del investigador, las relajaciones realizadas al inicio de cada sesión y la aplicación de instrumentos. Por lo que se refiere a la percepción de satisfacción, ésta fue mayor en las improvisaciones, las discusiones en grupo y las relajaciones; la insatisfacción se observó especialmente al valorar la aplicación de instrumentos.

Del conjunto de actividades del taller de ejercicios teatrales, la no linealidad y la borrosidad se observaron en 4 de las 6 improvisaciones realizadas; en 3 de estos 4 casos las valoraciones fueron realizadas por una misma participante. Asimismo, durante la realización de entrevistas con que finalizó la recogida de la información, se señaló el papel de las actividades del taller como favorecedoras o catalizadoras de procesos de cambio, procesos éstos percibidos por las participantes como sorprendentes e inesperados.

A estas manifestaciones de complejidad puede añadirse el que las valoraciones de las improvisaciones, los trabajos con objetos y la aplicación de instrumentos correlacionaran con buena parte del resto de ejercicios del taller. Este hecho nos sugiere atender en sucesivos estudios a la centralidad de ciertas actividades en el conjunto de una investigación aplicada; en particular, y tal como sugerimos para el análisis de la cotidianidad, cabría incorporar el fenómeno complejo de los atractores al valorar las implicaciones de las diversas actividades que comprende un programa de intervención psicosocial.

### **8.3.2. Relaciones complejas entre el sí mismo y los ejercicios teatrales**

La presencia de manifestaciones de complejidad entre autodescripciones y ejercicios teatrales comprende dos aspectos. En primer lugar, las relaciones entre autodescripciones generales y autodescripciones referidas a la actividad teatral; esto es, entre las respuestas a las preguntas «¿Quién soy yo?» (TST-G) y «¿Quién soy yo cuando hago teatro?» (TST-T). En segundo lugar, las vinculaciones establecidas por las participantes entre las autodescripciones del TST-T y los ejercicios del taller. Según el



caso, se observan características como la permeabilidad de límites, la invariancia escalar y la iteración, propiedades fractales que, como pudimos ver, están asimismo presentes en las relaciones entre autodescripciones generales y actividades cotidianas.

Con respecto a las relaciones entre autodescripciones generales y autodescripciones situadas en el contexto del taller de ejercicios teatrales, se observaron cambios en el contenido y la organización de las respuestas. Al responder al TST-T aparecen referencias al hecho de actuar y a la presencia de aspectos lúdicos, liberadores y de creación; asimismo, se alude al ser original o único y a la capacidad de relacionarse y/o descubrirse ante los demás. Estos contenidos, distintos de las autodescripciones generales, sintonizan con rasgos característicos del tiempo libre, y resultan próximos a los procesos de liberación y autoconocimiento a que se aspira con los ejercicios teatrales.

Además de las diferencias en los contenidos de las autodescripciones, se observaron cambios entre la organización de respuestas del TST-G y del TST-T. En el grupo estudiado, sólo en 3 de los 8 casos se mantuvieron configuraciones prácticamente idénticas; las 5 participantes restantes organizaron sus respuestas al TST-T de manera distinta —y en 2 casos, diametralmente opuesta— a la observada al responder al TST-G.

En conjunto, estas diferencias de configuración y contenido apuntan relaciones complejas entre las autodescripciones (generales y situadas en el contexto del taller de ejercicios teatrales): por una parte, interacciones no lineales entre la emisión de respuestas y su organización; y por otra parte, propiedades fractales como la invariancia escalar, según la cual algunas autodescripciones aparecen en las dos versiones utilizadas del TST.

La fractalidad del sí mismo también manifestó en las vinculaciones entre las autodescripciones referidas a la actividad teatral y los ejercicios del taller. Específicamente, hubo autodescripciones presentes en todos los ejercicios teatrales, y recíprocamente, ejercicios cuya puesta en práctica favoreció diversas autodescripciones; en líneas generales, estas fractalidades fueron semejantes a las observadas entre autodescripciones generales y actividades cotidianas.

Del conjunto de respuestas obtenidas con el TST-T presentes en todos los ejercicios teatrales, están las referidas al nombre propio, ser persona, parte de un grupo,

estudiante de Psicología y participante en el taller. Sobre las actividades relacionadas con diversas autodescripciones, destacaron las relajaciones activas, las improvisaciones y las discusiones en grupo. Así, a las relajaciones activas se asocian libertad, concentración y autopercepción del cuerpo; las improvisaciones tendieron a vincularse fundamentalmente con diversión, creatividad, extroversión y versatilidad; con las discusiones en grupo, algunas participantes manifestaron sentirse ellas mismas, escuchadas, receptivas y tolerantes.

### **8.3.3. *La exploración de aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo. Contribución de los ejercicios teatrales***

Los resultados obtenidos muestran las potencialidades de los ejercicios teatrales, en tanto actividades predominantemente autocondicionadas, en el estudio de la complejidad del tiempo libre y el sí mismo. Con respecto al tiempo libre, los ejercicios teatrales permiten observar la no linealidad y la borrosidad, aspectos complejos presentes en la cotidianidad, con el valor añadido que comporta una intervención orientada a fomentar el autocondicionamiento característico del tiempo libre (Munné y Codina, 1996). En relación con el sí mismo, la utilización del teatro como actividad autocondicionada, favorece la manifestación de autodescripciones próximas a las contribuciones en el campo de las autorreferencias orientadas al desarrollo de la persona (Kohut, 1977; Maslow, 1962, 1971; Rogers, 1951, 1961; y Rogers y Kinget, 1965), ofreciendo un registro sistemático de las autodescripciones que atiende a la importancia de las mismas y sus relaciones con actividades específicas.

A esta contribución de los ejercicios teatrales puede añadirse una consideración sobre el tipo de participantes y el contexto en que ha sido aplicado el taller. Nos referimos a las implicaciones que puede comportar, para estudiantes de Psicología, la experiencia del tiempo libre y el sí mismo. Esta experiencia puede complementar las ventajas que comporta la utilización del teatro en el aula de clase (Scheibe, 2000); los presupuestos teóricos y metodológicos de nuestra investigación pueden ser útiles, además, para profundizar en los procesos de liberación y autoconocimiento a que se aspira en las primeras etapas de la formación en interpretación, así como en los aspectos complejos de la actuación teatral (Barba, 2000; Pradier, 1998; Varley, 1997). En general, el procedimiento empleado en este estudio permite ofrecer un tipo de formación que posibilita distinguir y articular la complejidad de la libertad presente en actividades

cotidianas y ejercicios teatrales, y de las manifestaciones autorreferenciales vinculadas a contextos o situaciones diversas.