

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

INTRODUCCIÓN

El-hombre-que-no-quiere-morir
Busco el país donde no se muere.

El guardián
Lo encontraste. Aquí ya no existe el tiempo.
Porque esto es un teatro.
Y como sabes,
en el teatro manipulamos el tiempo a voluntad,
como una armónica.

Odin Teatret (1993)

La aparición del paradigma de la complejidad en el escenario de las ciencias sociales ha permitido replantear algunos temas de investigación, profundizar en otros e incorporar nuevos procedimientos en el estudio de diversos fenómenos del comportamiento humano. Este paradigma constituye la base del estudio expuesto en estas páginas, en el cual se exploran ciertos aspectos complejos —no linealidad, fractalidad, borrosidad— del tiempo libre y el sí mismo (*self*).

I

La investigación del tiempo libre suele situarse próxima al estudio del ocio; sin embargo, un análisis profundo de dicha proximidad permite observar tanto divergencias como convergencias entre ambos. Entre otras diferencias, los conceptos de ocio y tiempo libre enfatizan en distintos aspectos del comportamiento: el ocio tiende a referirse a conductas relacionadas con actividades que socialmente se ha convenido en llamar actividades de ocio (Codina, 1999a); en cambio, el tiempo libre contempla el comportamiento en general (no sólo el vinculado a los ocios) desde la perspectiva de los condicionamientos; esto es, si en la actividad humana predomina un condicionamiento desde la propia persona —autocondicionado—, o desde fuera de ésta —heterocondicionado— (Munné, 1980). Respecto a los elementos comunes, algunos análisis sobre el ocio y el tiempo libre coinciden al señalar los efectos positivos que algunas actividades tienen para la persona; y en particular, en ciertos aspectos del sí mismo y su sistema de autorreferencias (autoconcepto, autoestima, autoimagen y autorrealización, entre otras).

Por lo que se refiere al estudio del sí mismo, en los últimos años algunos investigadores han llamado la atención sobre las manifestaciones de complejidad en la configuración y comportamiento de las autorreferencias; por ejemplo, se han observado aspectos borrosos y fractales en la estructura del autoconcepto, y se han señalado dinámicas no lineales en el funcionamiento de la autoestima y la autorrealización. Por nuestra parte, en este trabajo consideramos las relaciones entre las autorreferencias y un comportamiento más libre —en el cual predomine el autocondicionamiento sobre el heterocondicionamiento.

La investigación del sí mismo en condiciones de mayor libertad ha puesto de manifiesto las posibilidades de las actividades artísticas para favorecer la autoexpresión y

el desarrollo de la persona. Dentro de las actividades artísticas, el teatro destaca por tres motivos. En primer lugar, la idea de representación (de un papel o personaje) es consustancial a autorreferencias como la autoimagen (Goffman, 1959), la automonitorización (Snyder, 1974) y a los roles en general (Moreno, 1946). En segundo lugar, los ejercicios teatrales —que sirven de base a la formación en interpretación— son actividades que intentan estimular la liberación y el autoconocimiento en quienes los llevan a cabo (Stanislavski, c.1922/1967, 1928, 1936). Y en tercer lugar (que no menos importante), tenemos que en la práctica de ciertos ejercicios teatrales se han observado manifestaciones de complejidad tales como la no linealidad, la borrosidad y la fractalidad (Barba, 2000; Pradier, 1998).

A partir de los resultados previos sobre las relaciones entre los ejercicios teatrales, la libertad en el comportamiento, las autorreferencias y la complejidad, investigamos la no linealidad, la fractalidad y la borrosidad del tiempo libre y el sí mismo mediante los ejercicios teatrales. En particular, esta exploración permite valorar los ejercicios teatrales como actividad predominantemente autocondicionada: sus implicaciones fundamentales con respecto a cuestiones teóricas, metodológicas y aplicadas en el análisis del comportamiento.

II

El desarrollo de los temas que fundamentan esta investigación se organiza en tres partes. La primera considera las principales orientaciones en la investigación del tiempo libre y el sí mismo; en la descripción de ambos fenómenos, se atiende especialmente a sus aspectos complejos, y a las posibilidades de los ejercicios teatrales como una aproximación empírica a la no linealidad, la borrosidad y la fractalidad. En la segunda parte se expone el trabajo empírico realizado. La tercera contiene las conclusiones del estudio, y siguen a este apartado las referencias consideradas para el desarrollo de este trabajo y sus anexos —que incluyen los instrumentos utilizados para la recogida de la información, y figuras que complementan los resultados descritos en la segunda parte.

La PRIMERA PARTE integra cuatro capítulos. En el Capítulo 1 se analiza el comportamiento en el ocio y el tiempo libre. En concreto, se mencionan algunas manifestaciones del ocio en distintos modelos de sociedad, y se plantean las principales tradiciones en el estudio de este fenómeno. A continuación, se describen las ideas

básicas de autores influyentes en la investigación de las relaciones entre el ocio y diversos aspectos psicológicos y sociales del comportamiento humano. Así, se expone el desarrollo de la persona propuesto por J. Dumazedier; la libertad percibida y la motivación en el ocio de J. Neulinger; la socialización en el ocio de S. Iso-Ahola; y los beneficios de los ocios serio y casual de acuerdo con R. A. Stebbins.

Las aportaciones de estos cuatro investigadores clarifican una parte de las implicaciones de la libertad en el comportamiento, dado que se refieren a conductas vinculadas a unas actividades consideradas como ocios. Las limitaciones que se advierten con la restricción de las actividades estudiadas quedan superadas con la propuesta crítica de F. Munné conocida como Psicología del Tiempo Libre, la cual permite valorar los (auto, hetero)condicionamientos presentes en todo comportamiento humano. Para nosotros, la perspectiva del tiempo libre posibilita un análisis más global del comportamiento; consecuentemente, el mayor alcance de esta perspectiva nos sugiere considerar el sí mismo desde una perspectiva más integral, esto es, sin limitarnos a las contribuciones que relacionan autorreferencias y actividades de ocio.

El Capítulo 2 comienza con una mención a dos cuestiones básicas en la definición del sí mismo: la diversidad de autorreferencias y la distinción entre sí mismo e identidad. A continuación, se describen las principales ideas de W. James, C. H. Cooley y G. H. Mead. A partir de estos autores, y considerando el modelo de las cuatro caras del *self* propuesto por F. Munné, atendemos fundamentalmente a cuatro autorreferencias: autoconcepto, autoestima, autorrealización y autoimagen; en cada caso, nos centramos en las contribuciones que señalan la presencia de aspectos complejos en estas autorreferencias.

De las características o manifestaciones que suelen estudiarse dentro del llamado paradigma de la complejidad, en el Capítulo 3 contemplamos la no linealidad, la fractalidad y la borrosidad, como parte de las dinámicas que caracterizan a un sistema alejado del equilibrio. La descripción de estas características da paso a los principales análisis sobre el tiempo libre y el sí mismo realizados desde la complejidad. Específicamente, hacemos referencia a los principales argumentos del debate sobre la libertad como fenómeno complejo; asimismo, describimos algunas aproximaciones en la investigación de aspectos complejos de las autorreferencias.

Por lo que respecta al estudio empírico de fenómenos complejos, mencionamos algunas recomendaciones para aprehender manifestaciones de complejidad en el comportamiento, con especial énfasis en la Metodología Cualitativa Secuencial de N. Codina, orientación que entronca con una visión del tiempo libre y el sí mismo como fenómenos complejos. En líneas generales, la Metodología Cualitativa Secuencial considera los presupuestos básicos para una recogida de la información en la cual se evite reducir la complejidad de los fenómenos objeto de estudio. Con respecto a la investigación de aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo, esta metodología ha reformulado instrumentos como la técnica del Presupuesto de tiempo (PT) y el *Twenty-Statement Test* (TST). Por nuestra parte, la Metodología Cualitativa Secuencial constituye la orientación a partir de la cual se investigan los ejercicios teatrales como actividades que pueden permitir aproximarse a aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo.

Con el propósito de situar los ejercicios teatrales en relación con el tiempo libre y el sí mismo, el Capítulo 4 comienza con una descripción del teatro como heurístico del comportamiento; en concreto, nos referimos a la utilización de las actividades teatrales en: la intervención clínica (el psicodrama de J. Moreno y prácticas afines); el análisis del comportamiento social (fundamentalmente, desde la perspectiva dramática de E. Goffman); y la formación de intérpretes (con el sistema de C. Stanislavski como propuesta central). Estas tres modalidades se consideran de acuerdo con sus (auto, hetero)condicionamientos potenciales (siguiendo a Casas y Codina, 1998); el resultado de este análisis sugiere instrumentalizar los ejercicios teatrales como actividad de tiempo libre (i. e., predominantemente autocondicionada), orientación desde la cual valoramos las posibilidades de los ejercicios teatrales en la exploración de aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo.

La SEGUNDA PARTE contiene el estudio empírico realizado, cuyo objetivo general es explorar aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo mediante ejercicios teatrales. Este objetivo se concretó en un taller de ejercicios teatrales impartido a estudiantes de primer año de carrera de la Facultad de Psicología (Universidad de Barcelona); el taller se ofertó al margen de la actividad docente, esto es, sin incidencia en la evaluación de asignaturas, obtención de créditos o retribuciones económicas. En la organización y puesta en práctica de los ejercicios se favoreció la libre participación de los sujetos.

Además de los ejercicios teatrales, en el transcurso de las sesiones del taller los participantes cumplieron una serie de instrumentos siguiendo la Metodología Cualitativa Secuencial. Los instrumentos se elaboraron a partir de la prueba *Twenty-Statement Test* (TST) y la técnica del Presupuesto de tiempo (PT): los instrumentos con base en el TST recogieron autodescripciones generales y referidas al teatro; los PT hicieron referencia a actividades cotidianas realizadas en un periodo de 24 horas y a los ejercicios llevados a cabo durante el taller. En un tercer tipo de instrumentos, que denominamos PTST, se relacionaron las actividades mencionadas en los PT con las autodescripciones registradas en las versiones del TST. La información recogida en los instrumentos se complementó con una entrevista semiestructurada con cada participante tras finalizar el taller.

En la Discusión de los resultados, se analizan los aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo, y su investigación mediante ejercicios teatrales. Sobre la complejidad en el tiempo libre se consideran, principalmente, la no linealidad y borrosidad en la percepción de libertad al llevar a cabo actividades cotidianas. Por lo que se refiere al sí mismo, se destacan las fractalidades observadas entre las autodescripciones obtenidas y las actividades realizadas. En lo que respecta a los ejercicios teatrales, se corroboran los aspectos no lineales y borrosos observados en las actividades cotidianas; en este caso, al realizar ciertas actividades del taller; asimismo, se ponen de manifiesto las fractalidades entre las autodescripciones referidas al teatro y los ejercicios del taller.

La TERCERA PARTE comprende las conclusiones del estudio, en las cuales se valora: el tiempo libre como fenómeno complejo en la cotidianidad; el sí mismo como sistema alejado del equilibrio; y las posibilidades de los ejercicios teatrales en la aproximación a las manifestaciones de complejidad del tiempo libre y el sí mismo. Más específicamente, se relacionan los hallazgos de la investigación con cuestiones de carácter teórico, metodológico y aplicado (según el caso); en conjunto, estas consideraciones finales constituyen el epílogo de la presente contribución, y al mismo tiempo sugieren sendas posibilidades de estudio para futuros trabajos.