

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 III



Més lluny, sempre aneu més lluny,  
més lluny de l'avui que ara us encadena.  
I quan sereu deslliurats  
torneu a començar els nous passos.

L. Llach (1975)



## 9. CONCLUSIONES

### 9.1. El tiempo libre como fenómeno complejo en la cotidianidad

- Los resultados obtenidos muestran un predominio de la libertad por sobre la obligación al valorar las actividades realizadas en la cotidianidad, con independencia de si dichas actividades están socialmente consideradas o no como ocios. Estos resultados corroboran la idea del tiempo libre como fenómeno potencialmente presente en el comportamiento humano en general.
- Al valorar la libertad y la obligación presentes en las actividades cotidianas, se observaron manifestaciones de no linealidad y borrosidad. Este hallazgo contribuye con la idea sobre la complejidad del tiempo libre, la cual encontramos, explícitamente, en la dinámica compleja entre los procesos de auto y heterocondicionamiento.
- En un sentido más aplicado, la complejidad de la libertad en actividades como la interacción social y la formación podrían sugerir la profundización, por una parte, en las relaciones entre los distintos procesos psicosociales presentes en la cotidianidad; y por otra parte, en las estrategias necesarias para una formación autocondicionada en los conocimientos, habilidades y actitudes que requieren los futuros profesionales de las ciencias humanas y sociales.
- El tiempo libre como fenómeno complejo en el conjunto del comportamiento abre nuevas vías para la incorporación futura de planteamientos que permitan aumentar la capacidad explicativa de los procesos de auto y heterocondicionamiento. En este sentido, pueden mencionarse los conceptos de apropiación del espacio (Pol, 1996) y del tiempo (Codina, 2005c, 2006); las implicaciones psicosociales de ambas modalidades de la apropiación, en las dimensiones espacial y temporal del comportamiento, pueden enriquecer la posibilidad de explicar la complejidad de libertad y obligación en el ser humano.

## 9.2. El sí mismo: un sistema alejado del equilibrio

- Los hallazgos con respecto a las autodescripciones y sus relaciones con las actividades cotidianas evidencian las propiedades fractales de invariancia escalar e iteración. En el primer caso, se observaron autodescripciones presentes en todas las ocupaciones de una jornada; en el segundo caso, la repetición de ciertas actividades apareció como un elemento de importancia en la potenciación de diversas autodescripciones. En conjunto, ambas manifestaciones de fractalidad ilustran la permeabilidad en la configuración de las autodescripciones y sus aspectos borrosos.
- La fractalidad y borrosidad de las autodescripciones ilustran la multiformidad del sí mismo y de sus relaciones con la cotidianidad. Esta multiformidad permite señalar que el sí mismo sería susceptible de manifestar modalidades de no linealidad según las cuales: pequeños estímulos producirían grandes cambios en las autorreferencias; se requiriesen niveles muy distintos de perturbación para producir ciertos cambios en el sí mismo; o bien, que éste necesitase distintos períodos de tiempo para que sucedieran ciertas modificaciones en la configuración de las autorreferencias. En síntesis, la citada multiformidad aparece como evidencia del sí mismo como un sistema alejado del equilibrio.
- La noción del sí mismo como sistema alejado del equilibrio puede profundizarse mediante un análisis de las distintas caras del modelo complejo del *self* (Munné, 1997a, 2000). Más allá de servir como orientación teórica, el modelo propuesto por F. Munné resulta útil para contrastar empíricamente las relaciones entre la configuración compleja del sí mismo y las estructuras jerárquicas y multidimensionales de diversas autorreferencias.
- La aplicación en sucesivas investigaciones de la Metodología Cualitativa Secuencial desarrollada por N. Codina (Codina, 1998; 1999b; 2000; 2002; 2004b y c), permitiría complementar pruebas distintas al TST y al presupuesto de tiempo en el estudio de aspectos complejos del comportamiento; específicamente, nos referimos a los distintos instrumentos utilizados para el análisis y la intervención, en diversas situaciones de la vida cotidiana, de procesos como la influencia social, la atracción o las actitudes (Durrheim y Foster, 1995; Hesketh, Pryor y Gleitzman, 1989).

### 9.3. Los ejercicios teatrales

en la investigación de aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo

- La puesta en práctica de ejercicios teatrales como actividad de tiempo libre, permitió observar no linealidad y borrosidad en la libertad percibida al realizar los ejercicios; además, se pusieron de manifiesto las fractalidades entre las actividades del taller y las autodescripciones referidas al teatro. Unas y otras manifestaciones de complejidad fueron semejantes a las interacciones entre ocupaciones cotidianas y autodescripciones generales. Estos hallazgos evidencian las posibilidades de los ejercicios teatrales como estrategia para aproximarse a los aspectos complejos del tiempo libre y el sí mismo en la cotidianidad; por ejemplo, estudiando —mediante improvisaciones— las autorreferencias que se ponen de manifiesto ante los distintos grados de libertad presentes en diversas interacciones sociales.
- Al situar las autodescripciones en el contexto del teatro se manifiestan características del sí mismo próximas, por una parte, a autorreferencias como la autorrealización (cf. Kohut, 1977; Maslow, 1962, 1971; o Rogers, 1951, 1961); y por otra parte, a la autoexpresión y la espontaneidad a que se aspira desde distintas teorías sobre el tiempo libre y el ocio (Lanfant, 1972). En uno y otro caso se advierte la importancia del teatro predominantemente autocondicionado como actividad que permite instrumentalizar los procesos orientados al desarrollo de la persona.
- Los hallazgos sobre las actividades teatrales desde la perspectiva de la Psicología del Tiempo Libre, podrían complementar las aplicaciones del teatro en el entorno clínico, como metáfora de la vida en sociedad, o en el ámbito pedagógico a que remite la formación en interpretación. Esta perspectiva podría utilizarse, además, como soporte empírico para valorar los auto y heterocondicionamientos en las distintas orientaciones sobre el trabajo del actor, además de la propuesta por C. Stanislavski.
- En un sentido más general, los ejercicios teatrales como actividades predominantemente autocondicionadas ofrecen nuevas posibilidades en la investigación de fenómenos básicos del comportamiento que subyacen al tiempo libre y al sí mismo: fundamentalmente, la libertad, la interacción, la complejidad y la representación. El sentido profundo de estos fenómenos y sus

implicaciones para la persona pueden enriquecer los análisis actuales sobre el ser humano como ser social.