

Artículo

Un acercamiento fenomenológico/descriptivo hacia el significado que presenta la participación en el taller artístico cultural de expresión corporal en los estudiantes de la Universidad de Santiago de Chile

Valentina Jorquera, Andrea Polanco, Natalie Guerrero, Constanza Mena & Nelly Reveco

Universidad de Santiago de Chile, Escuela de Psicología

Resumen

El taller artístico cultural de expresión corporal se caracteriza por desarrollar habilidades de expresión, creatividad y fluidez, las cuales en su mayoría, no están presentes en el desarrollo educacional estudiantil, donde impera la razón como medio directo para el conocimiento. Dentro de este marco, el taller promueve el desarrollo humano intrínseco a través de la comunicación no verbal, el juego y las relaciones con otro/a. Esta forma de comunicación, en la práctica conlleva a una dinámica que promueve el autoconocimiento, la noción de otro/a y de relaciones interpersonales. Sin embargo, para poder considerar esta posibilidad nos preguntamos ¿Cuáles son los significados que otorgan los/las estudiantes al proceso de participación en el taller de expresión corporal de la Universidad de Santiago de Chile? La relevancia de esta investigación es promover mediante la introspección, el desarrollo del potencial intrínseco que hay en cada ser humano por alcanzar y descubrir, a través de la expresión artística creativa ¿descubrir qué? ¿alcanzar qué?. Con el objetivo de describir dicho(s) significado(s) asociados a la participación en el taller, es que se realizaron cinco entrevistas semi-estructuradas como clave de acceso a los significados de los/as participantes para finalmente hacer un análisis de contenido emergente a través de categorías, adoptando una perspectiva teórica fenomenológica-descriptiva. En los resultados se recapitularon cinco categorías: implicancia de la participación en el taller, vínculos intragrupal, valoración de la experiencia, dinámicas del taller y modalidad de expresión, las cuales dan cuenta de una significación positiva en la participación del taller que permite un desarrollo de la autoconsciencia, mayor fluidez, mejora de autoestima, creatividad y espontaneidad, entre otros.

Palabras clave: Formación integral; Talleres artístico-culturales; Expresión corporal, Introspección.

Abstract

The artistic cultural workshop of body's expression is characterized by developing skills of expression, creativity and fluidity, which mostly are not present in educational student development, ruled by reason as a direct means of knowledge. Within this framework, the workshop promotes intrinsic human development through non-verbal communication, play and relationships with other. This form of communication in practice leads to a dynamic that promotes self-awareness, the notion of another and from relationships. However, to consider this possibility we ask What are the meanings that give students to the participation's process in the workshop of body's expression of Universidad de Santiago de Chile? The relevance of this research is to promote through introspection, developing the intrinsic potential in every human being to reach and discover, through the creative artistic expression. In order to describe that (s) meaning (s) associated with participation in the workshop, it is that five semi-structured and password to the meanings of participants to eventually make a content analysis of interviews were conducted popup across categories, adopting a phenomenological-descriptive theoretical perspective. Implication of participation in the workshop, intragroup links, assessment of experience, dynamic workshop and mode of expression, which account for a significant positive participation in the workshop allowing development of: five categories results are recapitulated self-awareness, greater fluidity, improved self-esteem, creativity and spontaneity, among others.

Keywords: Comprehensive training; Artistic and cultural workshops; Body language; Introspection.

(cc) 2016 Publicado por REC, plataforma de publicación de trabajos de investigación cualitativa, asociados al ramo de Metodología de Investigación Cualitativa II de la Escuela de Psicología de la Universidad de Santiago de Chile.



Este trabajo se encuentra bajo licencia Creative Commons Atribución-Nn Comercial 4.0 International License.

1. Problematización.

El tipo de enseñanza- aprendizaje predominante en la educación occidental es aquella que prioriza la razón como único medio para acceder al conocimiento, lo que repercute en la configuración de los sujetos tanto en su propia vida como relación con los/las demás. Una de las consecuencias de dicha posición de racionalidad como factor prioritario en el desenvolvimiento diario, es la dificultad para conectarse con otras realidades, como lo es el cuerpo, las emociones y la espiritualidad (Célis, 1992, citado en Aguila, 2003). Esta falta de conexión genera una sensación de vacío y alienación que caracteriza al ser humano moderno, lo que es denominado por Berman (1992, citado en Aguila, 2003) como un anclaje somático, el cual prioriza en sus actividades un análisis racional cotidiano que a la vez, crea una relación técnica de dominio en el ambiente, objetivando y por tanto, eliminando el cuerpo en la conciencia humana.

En un contexto así, Gil, García, Leon y Jarana (1992, citado en Aguila, 2003) plantean una serie de propuestas frente a una sociedad que debe integrar el conocimiento y dominio de un conjunto de habilidades específicas, en las cuales no solo se consideran aquellas cognitivas como los conocimientos técnicos, análisis y noción teórica acerca de los temas estudiados, o exclusivamente técnicas como el dominio de la instrumentación o establecimiento correlacional y causal en las

propuestas científicas, sino que también fomentar aquellas habilidades referentes a una observación de sí mismo/a y con ello, hacia una comunicación e interacción con los/las demás.

El autoconocimiento es una importante herramienta que permite una comprensión y acción diferente ante las problemáticas sociales (Van Dussen, 1977) y si bien, existen muchas formas de desarrollar aquella mirada interna, una de las formas que abordaremos en esta investigación, es la manifestación corporal individual y colectiva, las cuales se pueden llevar a cabo en un contexto artístico como lo es la danza y la expresión corporal, que permite aquella conexión perdida entre las personas y el sujeto mismo/a.

Según Kesselman (1985, citado en Aguila, 2003) el cuerpo es portador y testigo de los sucesos cotidianos de nuestras emociones y pensamientos, a la vez, en él se depositan una serie de procesos de control social político, por lo que existe un condicionamiento de los sujetos no solo en el ámbito racional del pensamiento sino que también es depositado en los cuerpos. En este caso, la expresión del cuerpo favorece el desarrollo de la autoconsciencia de los procesos del cuerpo que se encuentra atravesado de normas, etiquetas o posturas, que mediante la autoexpresión, el sujeto es incitado hacia una mirada sobre sí mismo/a, sanando y superando los obstáculos y condicionamientos que impiden el crecimiento personal y el conocimiento sobre sí mismo/a.

De esta manera, el cuerpo es aquel que emite mensajes mediante la comunicación, en la que aquellos elementos no verbales del hecho comunicativo como lo son el gesto, contacto físico y visual, tono de voz, distancia física entre las personas, son expresadas mediante lo corporal, pudiendo ser tanto en movimientos rígidos como fluidos, dependiendo del estado interno del sujeto y la relación que posee consigo/a mismo/a. Expresarse, mediante el movimiento, la fluidez, la espontaneidad y la creatividad corporal ayudan a captar más claramente las señales de los demás y enseña a significar mejor con el propio cuerpo (Aguila, 2003).

Por lo tanto, la expresión de movimientos corporales permiten una mayor fluidez en la comunicación verbal, mayor utilización de recursos expresivos no verbales, mejor relación con el espacio, los otros y con el propio cuerpo, mejorar el autoestima y la comunicación interpersonal, un conocimiento y observación de sí mismo y la relación con las diversas dinámicas sociales. En este caso, el incluir en la formación educacional, académica y profesional de la sociedad occidental en Chile y tomando el campo de los estudiantes de la Universidad de Santiago, el taller de expresión corporal, permitiría desarrollar en las personas el expresarse consigo mismo de forma coherente con los procesos internos, fomentar y desarrollar los aspectos creativos de las personas, una relación social desde otra perspectiva o enfoque, como una aceptación de la propia imagen corporal al ser consciente de aquello que se encuentra obstaculizado, desarrollando la auto conciencia y una percepción más positiva acerca de sí mismos/as.

Maitri (2011) lo explica de la siguiente manera:

"Dentro de cada uno de nosotros, está la voluntad de saber quiénes somos en realidad. Nuestra alma tiene el impulso de reestablecer el vínculo con nuestra naturaleza más íntima, conocerla y vivirla. Nosotros tenemos el impulso innato de llegar a la perfección, de vivir plenamente nuestro potencial humano, impulso que, cuando no se contradice, nos conduce a niveles de realidad cada vez más profundos, más allá del sujeto, de la personalidad, del yo separado".

De esta manera, nos planteamos la siguiente interrogante en nuestra investigación: ¿Cuáles son los significados que otorgan los/las estudiantes al proceso de su participación en el taller de la unidad artística vocacional expresión corporal en la Universidad de Santiago de Chile?

A través de lo anterior, podemos ser testigos de un desarrollo integral de la persona, no sólo en habilidades racionales, sino también las habilidades de expresión, creatividad, fluidez y

espontaneidad entre otras, por tanto, se alienta a un bienestar tanto físico como psicológico tomando consciencia del propio potencial a través de la corporalidad.

Asimismo, desarrolla un potencial intrínseco que hay en cada ser humano por alcanzar y descubrir a través de la expresión artística creativa un desarrollo personal con mayor fluidez en la comunicación verbal, mayor utilización de recursos expresivos no verbales, mejor relación con el espacio, los otros y con el propio cuerpo, mejor autoestima y comunicación interpersonal, como finalmente el hecho de hacer consciente aquello que se encuentra en tensión, conflicto o reprimido.

El ser testigos de los significados que otorgan los/las participantes del taller expresión corporal, nos puede llevar a una aproximación de sus vivencias en cuanto a la variedad de lo expuesto en el marco teórico.

2. Antecedentes teóricos.

La danza y movimientos corporales han sido desde siempre medios de liberación y de comunicación corporal, comenzando por aquella época donde la danza era un medio o trance para el contacto con los espíritus, la naturaleza o los dioses, hasta nuestra actualidad como puente para expresar aquello íntimo que llevamos dentro, ideas revolucionarias o simplemente aquello reprimido. Es por esta razón, que la corporalidad se convierte en un medio de comunicación con el cual se libera energía estancada del sujeto, y que a la vez, esto posibilita la expresividad del cuerpo, el cual en coherencia consigo mismo/a va generando una fluidez en los movimiento, gesto, sonido y palabra, elaborando manifestaciones genuinas, personales, compuestas por un fuerte contenido emocional íntimo del sujeto (Santiago, 1985, citado en Aguila, 2003).

Asimismo, se reconoce la importancia de ésta como la primera manifestación del ser en el mundo, en el propio cuerpo y a través de él lo que el hombre es aquí y ahora, y de su estilo peculiar de su relación con los otros y con el mundo, utilizando los movimientos, los gestos, las palabras, silencios, miradas, y en general, el lenguaje verbal y no verbal (Aguila, 2003).

En otras palabras, desde los movimientos corporales, el cuerpo, es concebido como un intermediario entre el mundo interno y externo, donde es percibido desde el exterior, constituyendo un lugar de encuentro en que se cruzan dos caminos o realidades, estableciéndose un diálogo que permite el autoconocimiento y el conocimiento de el/la otro/a, debido a que existe una escucha del cuerpo de el/la otro/a con la vasta información que transmite (Dropsy, 1982, citado en Aguila, 2003)

De este modo, el diálogo fisiológico que se genera, se sustenta bajo una imagen corporal, lo cual Dropsy (1982, citado en Aguila, 2003) lo denomina como una representación de lo inconsciente, mediante la expresión que cada persona hace de su propio cuerpo, siendo éste una realidad dual de lo material y lo ideado, aquello que pertenece a la anatomía y a lo interno representada por el cuerpo. En ese entonces, la consciencia de los movimientos que resultan ser liberadores de lo inconsciente, hace que la persona en tu autoanálisis comience a verse a sí misma y por tanto, a sanarse.

Esto permite una dinámica de misterio y un acceso a nuestro inconsciente mediante el cuerpo, viviendo desde una realidad biológica quien crea un puente a nuestros deseos, los cuales pueden ser conocidos y aceptados a través del trabajo corporal, en cuanto a postura, anatomía y emoción, haciendo que la imagen corporal sea cada vez más reconocida (Matoso, 1996, citado en Aguila, 2003).

Existe un consenso entre diversos autores en cuanto a la expresión del cuerpo como desarrollo de conciencia, que es básico para la aceptación y autoconocimiento personal. En ese sentido, es a través del cuerpo donde se vivencian dificultades acerca de la armonía del cuerpo, y con ello, la

consciencia sobre nuestra forma de ser y relacionarnos con los/las demás, nuestras reacciones y forma de actuar, las cuales mediante la danza y los movimientos corporales pueden ser reconocidas y trabajadas por una acción voluntaria, convirtiéndose en un trabajo consciente sobre sí.

En base a los postulados anteriores, es Whilhem Reich, quien inserta un cambio en el área corporal e inconsciente del sujeto, pues postula una vinculación entre ambos conceptos, siendo el cuerpo un área en el cual van quedando las huellas de nuestra historia personal, almacenando experiencias, sentimientos y pensamientos vivenciados y que principalmente no han sido aceptados o más bien, han sido inhibidos (Reich, 1987, citado en Aguila, 2003).

Por lo tanto, la relevancia de dicho autor, es que explica los términos del inconsciente relevado en el cuerpo mediante la existencia de una coraza muscular, siendo ésta es la suma total de las actitudes corporales y que surge a raíz de mecanismos de defensa como lo son la angustia, rabia, la rigidez del carácter, la falta de contacto y la insensibilidad, pero que pueden ser disminuidos, trabajados o sanados mediante la consciencia de la fisiología o los ejercicios corporales, que facilitan una comunicación con el/la otro/a y la auto expresión de sí mismo/a en cuanto a lo privado.

Reich (1989) llama "Orgón" a la energía que es vital del organismo y que es universal. La vida es producto del Orgón y la forma más compleja es la vida humana. El cerebro humano es la forma con mayor grado de consciencia, la complejidad en ese sentido, produce la vida emocional. En tanto, cuando la energía no fluye armónicamente se da las enfermedades. Es necesario un equilibrio flexible entre fuerza (contracción) y relajamiento (expansión) para que haya armonía, es decir, salud.

Lo que se opone a esta flexibilidad es la coraza corporal antes mencionada, lo cual no permite el proceso natural de expansión-contracción. Todo síntoma físico tiene una repercusión emocional-mental y viceversa. Para Reich no existe una dualidad mente-cuerpo, tanto los síntomas físicos como los mentales, son parte de un mismo sistema energético. La vida se mantiene saludable mientras se deja ir la energía ya gastada, dejando que todo salga para que se renueve. En ese sentido, el cuerpo es la memorización y expresión de las experiencias vitales de las personas. Toda expresión física del cuerpo tiene un significado: la calidad de un apretón de manos, la postura, la mirada, el tono de la voz, la forma de moverse. Cuando estas expresiones han quedado fijadas y son habituales, podemos leer en ellas la historia de una experiencia pasada (Nuñez, 2012).

El fenómeno de la represión por la contracción del organismo y el endurecimiento y rigidez de los músculos contraídos, tiene una influencia sobre la psique determinando, limitando o distorsionando las funciones psíquicas del individuo: las emociones, el pensamiento, las fantasías, las ilusiones y hasta los ideales del adulto, reforzando al mismo tiempo los mecanismos de defensa. El carácter, que quedará inscrito en la estructura muscular de modo que para modificarlo no basta analizar intelectualmente los mecanismo de defensa, sino que es preciso relajar las tensiones crónicas de la coraza muscular, a modo de restablecer la unidad dinámica del cuerpo y de la mente (Nuñez, 2012).

Lo anterior da paso al conocimiento de lo que ocurre dentro y fuera de las personas, de las reacciones de las vivencias, fomentando la autorrealización y auto-liberación (Santiago, 1985, citado en Aguila, 2003) De este modo, el movilizar el flujo de energía que ha estado obstaculizado por las tensiones es el fin para que todas las funciones –fisiológicas, emocionales, intelectuales y trascendentales- se efectúen adecuadamente.

Este proceso de autoconocimiento es complementado por diversas actividades corporales como lo son la actividad lúdica, es decir, el juego simbólico, que ha sido fuente de la niñez, y por tanto, de la creatividad. Al no discriminar la edad de los participantes, sus condiciones sociales o características personales, fomenta la aceptación grupal e individual lo cual permite desarrollar seguridad y capacidades de percepción, expresión, espontaneidad y creatividad, entrando en estados de placer, donde la censura no tiene cabida ya que en el proceso del juego existe un

desbloqueo de ansiedades, miedos y complejos. Por tanto, es justamente el dinamismo lúdico que permite la espontaneidad y creatividad como manifestación de la coherencia, equilibrio, bienestar y de la salud psíquica de las personas (Santiago, 1985, citado en Aguila, 2003).

En esta misma línea, Santiago (1985, citado en Aguila, 2003) plantea que la expresión de movimientos corporales, se da siempre en un aquí y ahora, es decir, que el individuo al auto expresarse mediante las relaciones que establece con su medio, siendo éste un espacio, objetos, naturaleza u otros individuos, llega un momento en que se enfrenta a la inmediatez del actuar, a diferencia de la vida cotidiana donde se prioriza la planificación de los hechos. En ese sentido, ocurre un proceso de espontaneidad frente a decisiones que se experimentan en el momento y que son respondidas desde ese ahora.

Finalmente, Salzer (1984, citado en Aguila, 2003) es un autor que ha logrado estructurar los objetivos que tiene la expresión del cuerpo en dos grandes ejes temáticos: el primero es la relación persona consigo mismo/a, y el segundo, la relación de la persona en relación con otros/as. En cuanto al primer eje, se pueden establecer diversos propósitos dentro de los cuales se encuentran: liberación de tensiones, oposición a un condicionamiento para modificarlo y elegir otro que el sujeto prefiere, aceptar el propio cuerpo y su imagen, abrirse a las sensaciones, encontrar la coordinación y armonía corporal, dominar el cuerpo y crear con él y finalmente comprender el sentido para sí mismo.

Por otra parte, los propósitos del segundo eje giran en torno a: percibir el cuerpo de los demás y descubrir como el propio cuerpo es percibido por los demás, reconocer la diferencia entre el sentido para sí y el sentido para los demás, aprender a significar con el cuerpo, captar el análisis de la dinámica del grupo o de una institución a través del cuerpo, evolucionar en las dificultades y posibilidades de relación, hacer surgir aquí lo que no puede decirse en otra parte o de otra manera y realizar una obra, un espectáculo ofrecido a los demás (Nuñez, 2012).

En ese sentido, el trabajo en sí mismo, posee un trabajo amplio tanto en la relación y crecimiento personal consigo mismo como también, sin excluir, el medio en el que vive, en la relación con los demás. Una unión entre ambos que solo puede ser coherente cuando el individuo es consciente de sí y trabaja en aquello.

Aumentar el conocimiento de sí mismos, integrando sensaciones, sentimientos, emociones y procesos mentales racionales es el objetivo mismo de los movimientos corporales, tomar contacto con el cuerpo por sensaciones originadas con ejercicios expresivos corporales, sentimientos y emociones propiciadas por ellos que a su vez despiertan recuerdos (como origen y significado de los problemas actuales), a la vez, por medio de movimientos especiales y de posiciones corporales, ayuda a los individuos a recuperar la respiración y la movilidad naturales, liberándose de las tensiones crónicas, que a la larga son la causa de muchos males, psicósomáticos y emocionales. A través de ello se mejora el contacto con la realidad física, emocional y espiritual (Nuñez, 2012).

En ese sentido, los aspectos físico y psíquico, son tratados conjuntamente, puesto que en base a la corporalidad, son las dos caras del mismo proceso. El cuerpo es la base para el funcionamiento en la realidad. Por lo tanto, cualquier mejora en el contacto con el mismo producía un cambio significativo para la persona en sí misma, en la calidad de sus sentimientos, en su creatividad y capacidad de trabajo, en sus relaciones interpersonales y en su disfrute de la vida.

3. Supuestos.

Las investigadoras nos encontramos desde un enfoque humanista, en el cual se concibe al ser humano como un ser íntegro, que está en constante auto actualización, lo que significa que desarrollan su máxima potencialidad de creatividad, cuyo propósito es la emancipación de sí mismos/as, es decir, una liberación de los condicionantes sociales y personales de supervivencia para vivir de forma coherente con lo que somos y así relacionarse con las dinámicas sociales desde aquella perspectiva. Una de las formas de llevarlo a cabo, es el constante autoanálisis, entendido como una introspección de vivencias conjunto con la interacción con otro (Martínez, 2006). En este caso, es el área de la danza y expresión de lo corporal como herramienta de introspección que fomenta una relación consigo/a mismo/a y otros/as.

Asimismo, en base al marco teórico, esperamos encontrarnos con un amplio mundo de significados que los/las participantes puedan otorgar a sus vivencias, como también a diversas vivencias desde las cuales tendrán lectura de dicha literatura y que sean de gran ayuda para su crecimiento personal. Por esta razón, utilizaremos técnicas metodológicas rigurosas y adecuadas a la investigación, como también una constante triangulación entre los integrantes de la investigación, evitando así sesgos o interpretaciones distorsionadas o lejanas al compromiso en cuanto a la responsabilidad en la recopilación de la información.

4. Objetivos.

En cuanto a ello, se propusieron los siguientes objetivos:

4.1. Objetivo general.

- Describir el significado que tiene el taller artístico-cultural expresión corporal para los/las estudiantes de la Universidad de Santiago de Chile.

4.2. Objetivo general.

- Describir a partir del relato entregado por las/los estudiantes que participan en el taller de expresión corporal, los diversos significados que asignan a su participación.
- Describir la relación existente entre los participantes y el taller artístico-cultural expresión corporal, de la Universidad de Santiago de Chile.
- Describir el proceso experiencial de las/los estudiantes que participan en el taller artístico-cultural de expresión corporal, de la Universidad de Santiago de Chile y conocer si hay alguna influencia de éste en sus propias vidas.

5. Metodología.

5.1. Paradigma de investigación: Fenomenológico.

Para fines de nuestra investigación se ha escogido usar el paradigma fenomenológico como metodología de investigación; con el fin de acceder a una definición nacida desde los propios participantes del taller de expresión corporal de la Universidad de Santiago.

De esta manera, concebimos como principales características de la investigación fenomenológica, el hecho de que "busca entender los fenómenos sociales desde la propia perspectiva del actor" (Hammersley y Atkinson, 1994 p. 16), examinando el modo en que el sujeto experimenta el mundo; la fenomenología intenta dilucidar el plano intersubjetivo en donde se puede acceder a los significados comunes, construidos por una comunidad.

A lo anteriormente planteado, hace referencia Martínez (1989, citado en Carreño, Lárez, Prieto y Rodríguez, 2014) al señalar que el método fenomenológico estudia los fenómenos como son experimentados y percibidos por el hombre y, por lo tanto, permite el estudio de las realidades cuya naturaleza y estructura peculiar sólo pueden ser captadas desde el marco de referencia interno del sujeto que las vive y experimenta.

En consecuencia, comprendimos como investigadoras que al emplear la metodología fenomenológica, solo tendríamos un acceso descriptivo e interpretativo a los "mundo de significados" construidos (en este caso) por los participantes del taller, en su proceso experiencial y particular. De esta manera, nos basamos en investigaciones fenomenológicas previas, que nos recomendaban emplear "la intuición reflexiva para describir la experiencia tal como se vive y, desde su punto de vista, todas las distinciones de nuestra experiencia deben carecer de presuposiciones y prejuicios" (Correa, Campos, Carvajal y Rivas, 2013). Por lo mismo, concebimos necesario reconocer y a la vez, desprendernos de presuposiciones, sesgos y prejuicios, que encontramos durante la realización de la investigación, para así, no influenciar los resultados de la misma.

De esta forma, trabajamos la aplicación metodológica fenomenológica de manera secuencial, partiendo desde la búsqueda de varios casos similares, que se pudieron describir minuciosamente cada uno de ellos y que permitieron elaborar una estructura común representativa de esas experiencias vivenciales (Martínez, 1989 citado en Carreño, et. al, 2014), desde donde se hicieron visibles, mediante las estrategias de análisis empleadas.

Cabe destacar que en todo momento se tuvo en cuenta un cuidado especial, con las formas de acceder a "la interioridad" de nuestros sujetos de estudio. Al igual, que su papel preponderante durante toda la realización de la investigación.

Asimismo, en base al marco teórico, esperamos encontrarnos con un amplio mundo de significados que los/las participantes puedan otorgar a sus vivencias, como también a diversas vivencias desde las cuales tendrán lectura de dicha literatura y que sean de gran ayuda para su crecimiento personal. Por esta razón, utilizaremos técnicas metodológicas rigurosas y adecuadas a la investigación, como también una constante triangulación entre los integrantes de la investigación, evitando así sesgos o interpretaciones distorsionadas o lejanas al compromiso en cuanto a la responsabilidad en la recopilación de la información.

5.2. Tipo de investigación.

Este trabajo para su realización requirió un tipo de investigación cualitativo, el cual es abierto y flexible, en cuanto a que las etapas que componen la investigación no son excluyentes unas de otras, más bien éstas pueden interactuar entre sí y darse simultáneamente, además de que no existe la "imposición de una estructura formal de aproximación metodológica" (Serbia, 2007, p.129) en este caso, otorgándole especial hincapié a la comprensión de ciertos aspectos de una realidad vivencial mediante una mirada y un sentir del otro interno (Quintana, 2006); además, este tipo de investigación posee un interés particular en la comprensión de los fenómenos, más que en la explicación.

Asimismo, para la realización de la investigación se utilizó un alcance de tipo descriptivo, ya que nos centramos en las características, detalles y significados que los participantes le otorgan a su experiencia y proceso vivenciado en el taller de expresión corporal. Se pretende posteriormente en los análisis profundizar en los contenidos de los datos recogidos, pudiendo sacar algunas generalizaciones y conclusiones del discurso de los entrevistados y finalmente poder categorizar.

5.3. Diseño de investigación.

El diseño elegido para acceder “estratégicamente”, al campo de significados en torno a la participación en el taller de expresión corporal de la Universidad de Santiago; corresponde al Fenomenológico (inmerso dentro de las diversas tipologías cualitativas). Este diseño, creemos que nos permite ajustarnos a las condiciones del campo a investigar, dado que, permite enfocarnos en “las experiencias individuales subjetivas de los participantes” (Salgado, 2007) y en consecuencia, a la elaboración de sus respectivos significados, en torno al fenómeno de estudio.

Basadas entonces en los fundamentos de este tipo de diseños, es que pretendemos describir y entender los fenómenos desde el punto de vista de cada participante y desde la perspectiva construida colectivamente (Salgado, 2007) en torno, a lo que “significa” participar del taller.

5.4. Campo.

El campo de investigación, es entendido como un proceso de mapeo en el que si bien se incluyen lugares físicos y concretos, tiene por finalidad generar una aproximación “a la realidad social o cultural del objeto de estudio, donde se tengan claramente identificados los actores o participantes, los eventos y situaciones en los que interactúan dichos actores, las variaciones de tiempo y lugar de las acciones que estos desarrollan” (Sandoval, 1996). En este sentido, la unidad de estudio de esta investigación correspondió a la sala 605 de la Universidad de Santiago de Chile, lugar en donde se desarrolla el Taller Artístico-Cultural de Expresión Corporal de la Universidad. Mientras que el fenómeno de estudio, fue la forma en que se relacionaban los integrantes (del primer semestre de 2015), con este taller. Más específicamente, nos dedicamos al estudio de la significancia que genera este taller en sus participantes, lugar donde se situó la unidad de análisis de nuestra investigación.

5.5. Criterios de selección y muestreo.

Los participantes fueron alumnos/as entre 18 y 29 años de la Universidad de Santiago de Chile que integraban el Taller de Expresión Corporal durante el primer semestre del 2015.

Para esta investigación, se utilizó un tipo de muestreo por conveniencia en el que los participantes fueron escogidos mediante criterios pragmáticos en cuanto a facilidad de acceso y contacto (Rodríguez, Gil & García, 1996). Asimismo, no se hizo distinción entre personas de sexo femenino o masculino, debido a que el taller es integrado por ambos sexos, y fueron ellos mismos los que eligieron voluntariamente participar de la investigación, destacando que lo relevante es comprender la significación que le otorgaron a su desenvolvimiento en el taller, en condición de seres humanos, que va más allá de una cuestión de sexualidad. Por otra parte, el número de participantes fue de cinco, pues de esta forma se pudo analizar con mayor profundidad el contenido de las entrevistas. Finalmente los participantes fueron de diversas carreras universitarias, edades y lugares de residencia.

5.6. *Técnicas de producción de información.*

En base a la coherencia de la investigación fenomenológica/descriptiva antes mencionada y dado que utilizaremos un campo acotado en nuestra investigación, utilizaremos la entrevistas semi-estructuradas, donde el investigador no solamente hace preguntas sobre los aspectos que le interesa estudiar sino que debe comprender el lenguaje de los participantes y apropiarse del significado que éstos le otorgan en el ambiente natural donde desarrollan sus actividades y flexibilizar su foco hacia lo que los mismos participantes le vayan respondiendo de su proceso vivencial. El investigador debe mantener un alto grado de atención en las respuestas del entrevistado para poder interrelacionar los temas y establecer dichas conexiones.

5.7. *Estrategias de análisis.*

Durante esta etapa nos ocupamos de construir la realidad de los entrevistados, sin embargo, debe tenerse claro que la percepción será indirecta, subjetiva y parcial, pues no es posible comprobar o comprender la experiencia del otro tal y como la ha vivido. El análisis es un proceso de reflexión donde “vamos más allá de los datos” donde se trata de acceder a la esencia del fenómeno de estudio, es decir, a su entendimiento y comprensión (González y Cano, 2010).

Por lo tanto, se revisará la transcripción de las entrevistas semi-estructuradas de los/las participantes del taller Expresión corporal, utilizando un Análisis de contenido emergente el que quedó establecido por contar con una codificación abierta y diferente con respecto a las clasificaciones establecidas en el análisis de contenido tradicional, ya que sus categorías no son meramente encasilladoras, permite abrirse a temas atingentes a los objetivos propuestos en la investigación que vayan surgiendo a partir de los datos (Cáceres, 2008).

Por último durante la etapa de codificación de los datos, se interpretó la información dentro del contexto en el que fueron obtenidos, se categorizó especificando los datos directos e indirectos, describiendo los contextos, eventos, situaciones trascendentes y significativas que los entrevistados mencionaron; para comprender y sistematizar mejor la información, y construir argumentos sólidos (Robles, 2011).

5.8. *Aspectos éticos.*

Para la realización de esta investigación fue necesario cumplir con los criterios del Código de Ética del Colegio de Psicólogos de Chile (1999) que permitieron resguardar los derechos y la seguridad de los participantes. Con este fin, se hizo entrega de un consentimiento informado a todos los participantes de las entrevistas en donde se dieron a conocer las características generales de la investigación con una breve descripción del estudio y de los objetivos esperados en la realización de entrevistas, el grado de confidencialidad de la información indicando las personas y/o instituciones que tendrán acceso a la información entregada por el(la) participante, y destacando que su uso es estrictamente académico para salvaguardar a las personas entrevistadas. Se les informó acerca de los riesgos o daños asociados, y beneficios reales (sin exageraciones) de la investigación, siendo nuestra responsabilidad como investigadores/as hacernos cargo de las posibles consecuencias negativas que los participantes puedan experimentar producto de su colaboración en nuestra investigación. Para ello contamos con la asesoría y supervisión del equipo docente del ramo Metodología Cualitativa, de la Escuela de Psicología de la Universidad de Santiago de Chile.

Se mencionó que la participación era voluntaria, pudiendo los participantes abandonar la investigación en cualquier etapa de ésta sin recibir ninguna sanción. Por otro lado, se les avisó que en caso de que se sientan incómodos(as) o molestos(as) durante la realización de la entrevista, estaban en todo su derecho a pedir que ésta finalice o a retirarse del proceso investigativo. Por último, se produjo un intercambio de contactos (viables y realistas) entre los participantes e investigadores (teléfono, correo electrónico, etc.) para cualquier pregunta o inquietud de los participantes en el proceso.

Tomando en cuenta lo anterior, existió un compromiso asociado al cuidado y resguardo del bienestar de los(as) participantes, donde cualquier incomodidad o disgusto podría ser mencionado y solucionado.

En el consentimiento informado se mencionó la solicitud de grabación de audio de la entrevista. Solo si la persona aceptaba y firmaba este documento, con todas sus dudas resueltas respecto a la investigación, se podría considerar como participante de la investigación.

Para finalizar fue de suma importancia agradecerles a los(as) participantes por su colaboración en el estudio, pues no era ninguna obligación participar en ésta. De este modo, como retribución de su colaboración se les envió a través de correo electrónico, una vez terminada la investigación sus entrevistas transcritas para que ellos se sientan parte del mismo proceso y reciban una posterior retribución.

Finalmente fue muy relevante que como investigadores nos desligáramos de los posibles prejuicios que teníamos respecto al taller de Expresión Corporal, ya que estos, podrían influir en el análisis de las entrevistas recabadas. De esta forma omitimos todo juicio de valor durante el proceso de entrevistas pues esto rompería con un principio ético fundamental que es el respeto por las personas.

6. Resultados y análisis.

A partir de la información recopilada de las entrevistas semi-estructuradas realizadas a 5 participantes del taller de expresión corporal de la Universidad de Santiago de Chile, se han elaborado 5 categorías, las cuales contienen cada una distintas subcategorías, las cuales serán representadas en un diagrama. Las categorías son Vínculos intragrupal, Valoración de la experiencia, Modalidad de expresión, Dinámicas del taller e Implicancias de la participación en el taller. En ellas se han agrupado 12 subcategorías. Tales, pueden visualizarse en la Figura 1.

A partir de la información recopilada, se han identificado cinco categorías que dan cuenta de las experiencias y manifestaciones de los significados que los participantes del taller artístico cultural asignan a su proceso, dentro de los cuales se encuentran: Vínculos intragrupal, Valoración de la experiencia, Modalidad de expresión, Dinámicas del taller, Implicancias de la participación en el taller.

De esta forma, la categoría “**vínculos intragrupal**” hace referencia la relación que se ha generado entre los integrantes del taller de formación integral Expresión Corporal, y como subcategorías se encuentran la *Creación artística grupal e individual* y el *Clima humano en el taller*. El primero, *creación grupal e individual*, alude a las vivencias dentro del taller en las cuales se generan improvisaciones y actividades grupales en la que se reconoce a un otro/a con el que se dialoga a través del cuerpo y de las emociones, caracterizadas por la diversidad de ideas y temáticas emergidas entre los y las integrantes que se sincronizan a la hora de realizar una performance o improvisación, así como del diálogo consigo mismo/misma, que se puede identificar en la siguiente cita:

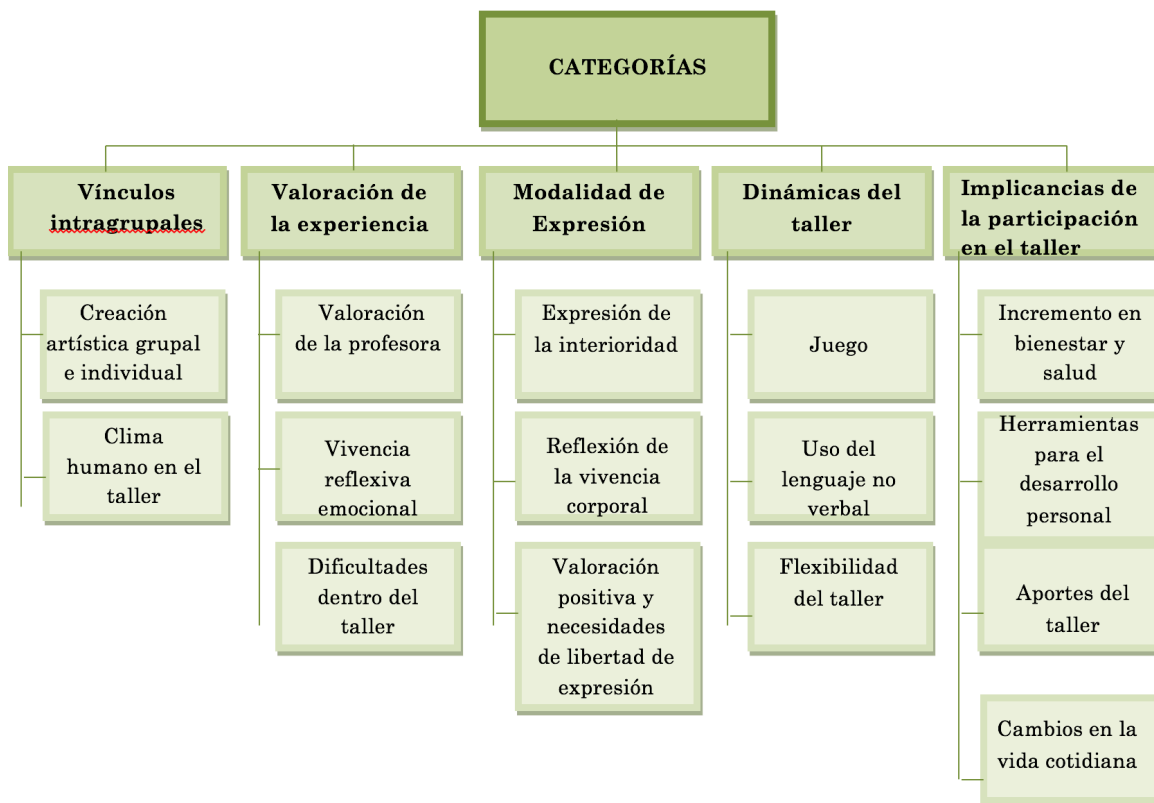


Fig. 1. Esquema categorial.

Sí, es que la primera clase nos hicieron hacer una interpretación, escuchando la música con una pareja, entonces justo me toco con una chica que después extrañamente nunca más volvió a ir y ella me dijo déjate llevar y yo le dije has que fluya si total tenemos que improvisar, y nos salió tan bonita la presentación como si ya nos hubiéramos conocido de antes, por eso la profe nos decía si antes nos conocíamos, pero le dije no, fue todo improvisado y la profe dijo ah maravilloso (Entrevistado 2, comunicación personal, 15 de mayo, 2015).

Por otra parte, la segunda subcategoría, *clima humano en el taller*, se refiere a la percepción del ambiente generado por los y las integrantes del taller, en cuanto a la atmósfera emocional en el que se lleva a cabo el curso, vislumbrado en los siguientes relatos:

Primero se preocupan por ti y después te preguntan si vas a participar, es como retroalimentativo, así como que, que te ¡quieren de verdad!, como si fuera una hermandad (Entrevistado 2, comunicado personal, 15 de mayo, 2015).

Nosotros llegamos en la mañana y... hasta tomamos desayuno, compartimos, algunos traen nueces, otros traen uvas, otros traen...no seh...arándanos y ese..ese.. es el clima que se genera (Entrevistado 3, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Son muy amables, muy agradables...o sea, si necesitas algo allí están, están apoyando las ideas... son un colectivo, trabajan en equipo también. No es gente independiente, o individualistas...más bien...sino que todos son como un colectivo, todos se apoyan entre sí (Entrevistada 4, comunicado personal, 26 de mayo, 2015).

La segunda categoría, “**valoración de la experiencia**” refiere a cómo los participantes que integran el taller, conciben su paso vivencial en las jornadas. De este modo se busca indagar en la percepción de los sujetos acerca de su propia experiencia, utilizando para esto subcategorías, tales como valoraciones y percepciones de la profesora del curso, juicios valorativos acerca de la experiencia vivida, alusión reflexiva a sus vivencias emocionales, y por último, las dificultades que han presentado a lo largo del proceso. Dentro de las subcategorías de la valoración de la experiencia, se encuentran: *Valoración de la profesora*, *Vivencia reflexiva emocional* y *Dificultades dentro del taller*. La primera, *valoración de la profesora*, hace referencia a cómo los integrantes del grupo perciben a la profesora. La caracterizan con diversas cualidades y aptitudes que favorecen un mejor clima grupal e incluso una invitación a participar del taller. Se muestra que los sujetos conciben a la profesora como una persona cercana, amable, acogedora, entre otras, de la cual se tiene registro en los siguientes testimonios:

La profe es tan amor, que recuerdo la primera clase que fui, cuando terminó la clase nos dijo ¡Chao, un abrazo comunitario, amor! Y nos dio corazones pequeñitos fosforescentes, también en muchas clases más, y dije ya, estos son pequeños gestos que marcan la diferencia (Entrevistado 2, comunicado personal, 15 de mayo, 2015).

(...) se te olvida todo porque la profe igual es súper, así como juguetona; ella inventa juegos, o te abraza si es que te ve triste (Entrevistada 5, comunicado personal, 8 de julio, 2015).

Ahora bien, la *vivencia reflexiva emocional* es un ejercicio reflexivo de los sujetos respecto de las emociones que han vivido en el taller, ya sea por aspectos afectivos relacionales, satisfacciones, experiencias identificadas como significativas, etc. Aquí manifiestan con qué se quedan de este proceso y cuáles son las sensaciones y sentimientos asociados a las jornadas (cómo se sienten), reflejada en las siguientes sentencias:

Yo me quedo con el recibimiento de todos los días, un recibimiento cálido, me quedo con el espacio de poder sentirse libre, sentir esa libertad de no haber ni represión ni juicios valóricos de lo que uno está expresando, (...) me quedo con esas ganas de escuchar al compañero y complementarse con lo que él también está sintiendo y si bien, puede ser que no es lo que yo mismo siento, en el momento de tocarlo o de sentirlo de verdad, de sentir su cuerpo, su respiración, su mensaje, se complementa también con mi idea y se forma una nueva idea, el saber escuchar sin oír nada es muy importante, con esas cosas me quedo, el entender, comprender y compartir (Entrevistado 2, comunicado personal, 15 de mayo, 2015).

Y están las vivencias, las reflexiones que tenemos individuales... pues cada quien, yo creo que... con... la vida que ha llevado, la vida que ha tenido, las experiencias que ha tenido...y luego las reflexiona...esa es como que, la oportunidad de poder... retroalimentarte a ti; todo lo que has hecho, o has vivido...eso...ese momento de reflexión es de verdad, lo que queda...y lo valoro (Entrevistada 4, comunicado personal, 26 de mayo, 2015).

Como última subcategoría de la valoración de la experiencia, se encuentran las *dificultades dentro del taller*, que alude a los obstáculos que se presentaron en el desarrollo del taller y que pudieron haber complejizado el proceso. Está asociado a dificultades físicas o motoras, como también formas de desenvolverse en público o de establecer cercanía y/o proximidad física con los compañeros. Lo anterior, se identifica en las siguientes oraciones:

Lo que pasa es que igual es difícil llegar a un punto en donde se pone un tema y nuestras expresiones individuales converjan a una misma expresión, como lo que se hace en danza donde todos van sincronizados, en expresión es difícil a veces sincronizar a las personas porque la expresión de uno no necesariamente es la expresión del otro (Entrevistado 2, comunicado personal, 15 de mayo, 2015).

El primer día yo creo que pa` mí fue muy incómodo, porque como... no, o sea los que estaban ahí...; yo entré..., hubo un sábado que yo no fui, el primer sábado, entonces entré al segundo y como que todos igual ya se conocían y como que, la mayoría yo creo que ya había experimentado el taller, porque hay hartos alumnos que van semestre, un semestre, el otro semestre; entonces que como ya estaban en eso y yo llegué y fue como: “¡qué raro!”, pero después como que lo superé, jejeje (Entrevistada 5, comunicado personal, 8 de julio, 2015).

En cuanto a la tercera categoría, “**modalidad de expresión**”, se puede decir que hace referencia a las formas y a las diversas capacidades de los participantes del taller de representar a través de sus palabras su interioridad referida al propio modo de expresión. Esta Modalidad de expresión a su vez quedo subdividida en: expresión de la interioridad, *reflexión de la vivencia corporal y valoración y necesidad de la libertad de expresión*.

Es así como su primera subcategoría *expresión de la interioridad* alude a la capacidad de los entrevistados de expresar sus sentimientos, impulsos y deseos durante su participación en el taller desde un nivel más profundo y personal, percibiendo muchas veces nuevas sensaciones a nivel corporal, a nivel emocional o en relación a otros, se descubre un nuevo mundo en su propio ser, que dicho en palabras de los/las entrevistados/as se cita:

Mi esencia entraba en mi cuerpo y era mi esencia la que se movía y después mi cuerpo y mi cuerpo estaba libre al moverse y era básicamente... era como estar ciego y expresar todo a través del movimiento... ver con las manos, ver con los gestos, con la kinésica y el haber presentado el solo, el no sentir sufrimiento en el pie al deslizarme por la madera ehhhh es genial, es algo que te deja como ahhhh (suspira)” (Entrevistado 2, comunicado personal, 15 de mayo, 2015).

Me di cuenta que me gusta abrazar a la gente, y antes quizás yo no lo hacía por miedo (Entrevistada 5, comunicado personal, 8 de julio, 2015).

Acá en expresión es yo quien envió un mensaje y quizás ni siquiera yo, son mis sentimientos o mi ser lo que está expresando un mensaje oculto hace muchos años y tal como dije, el estado que yo quise representar era la soledad y si bien, quería expresar solo ese sentimiento, al momento de expresarme, se manifestaron otros sentimientos al mismo tiempo que eran complementarios al sentimiento inicial o contrarios al sentimiento inicial, era como una explosión de expresiones que realmente a uno lo llenan por dentro y uno se

siente feliz de expresar algo, realmente no tiene palabras (Entrevistado 2, comunicado personal, 15 de mayo, 2015).

En relación a la *reflexión de la vivencia corporal*, se puede decir que se enmarca en la capacidad de los entrevistados de hacer una elaboración cognitiva sobre su propia corporalidad, su espacio, sus límites y sensaciones, en dónde hay una confección de ideas, pensamientos, de reflexiones y conclusiones propias las cuáles nacieron desde la propia experiencia de la participación del taller. Presente en las siguientes sentencias:

La expresión corporal habla de la corporalidad... ehm..., corporalidad completa. Qué signifi... a qué me refiero con esto --- no qué significa, a qué me refiero yo --- que habla de tu corporalidad, como persona, como ser vivo, como humano, como... como cuerpo latente. Habla de la corporalidad mental con subconsciente, como lo que toma posesión de tu cuerpo mientras duermes, ¿cachay?; cuando dormís empiezas, duermes así de cara... de cara al techo, y terminai de cara al piso, ¿cachay?; algo lo mueve, ¿qué es lo que lo mueve?; eso es lo que te permite "(Entrevistado 1, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

.... Está también la corporalidad auditiva, visual; puedes bloquear corporalidades también; y te permite manejar, trabajar fuera de esas corporalidades; por ejemplo si tu... si tu cubres la vista vas a poder escuchar más, vas a poder sentir más, vas a poder oler más; ¿por qué?, porque estás cegando como los conductos más activos que tiene el cuerpo, que es la vista. Entonces si tú te desubicas de ella, o te huyes de la audición, vas a tener otra... porque... corporalidades más... más latentes (Entrevistado 1, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Como quinta y última subcategorización, *valoración y necesidad de la libertad de expresión*, se puede decir que se refiere a la importancia y a la necesidad que tienen los participantes del taller de sentirse libres dentro del espacio del taller y sin el juicio ajeno, de sentirse sin las limitaciones típicas que se dan en todos los demás espacios que no corresponden al taller, de sentirse más ellos mismos y de expresarse como tal. Reflejándose en las siguientes aseveraciones:

Y acá en taller es como... puta weón, ¡háganlo!, nadie te mira raro por hacer eso, nadie te mira raro por tirarte al piso de repente y convulsionar, nadie se preocupa porque estay muriendo... porque creen que estas actuando" (se ríe) (Entrevistado 1, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Yo desde que entré ya sentía como la libertad de ser yo; entonces yo igual aproveché al tiro el taller, y tomar posesión de mi persona y me liberé (Entrevistado 1, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

No hay norma, no hay regla, no es algo que yo te diga, tu teni que hacer esto y si no, no ...no, no la hací no mah pocada uno hace el ejercicio a su ritmo, si teni una idea, la... la tirai, se acoje, cachai?, cualquier cosa que se te ocurra ...cualquier... yo se pintar , yo se cantar, me gustan los poemas, vay y lei un poema po...y todos ...y toos...todos participamos ...no es algo que se cierre ...todos participamos (Entrevistado 3, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

En una cuarta categoría, se encuentran las **dinámicas del taller**, aludiendo a la diversidad de formas o actividades en las cuales se desarrolla la rúbrica del taller. Las subcategorías que aquí se adscriben son: *juego, uso del lenguaje no verbal y flexibilidad en el taller*.

Como primera subcategoría de esta dimensión, se encuentra *el juego*, que hace referencia a que a través de la dinámica lúdica, se logra una variedad de manifestaciones corporales los cuales abren paso a la creatividad y espontaneidad. Se considera un proceso necesario que permite un desbloqueo de miedos y ansiedades. Esto se puede identificar en las siguientes opiniones:

Tú estiras tus brazos y: “mira, ahora soy un avión”. Yo ahora vuelo por el espacio, vuelo por toda la casa de mi abuela y vuelo por el campo, y soy libre. De repente yo pongo las manos así y soy un tiburón, te estoy atacando, te estoy buscando, soy un tiburón. O sea, no sé poh, soy un perro, juego con mi perro; puedo moverme, puedo crear un amigo imaginario, que no está ahí, pero que ahora para mí sí está, y está al lado mío” (Entrevistado 1, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Por otra parte, la subcategoría del *uso del lenguaje no verbal*, alude a la utilización de la kinésica como los gestos, la expresión facial y la mirada para la manifestación de diversos estados emocionales o ideas a través del movimiento corporal. Lo anterior se refleja en las siguientes sentencias:

En el momento de tocarlo o de sentirlo de verdad, de sentir su cuerpo, su respiración, su mensaje (Entrevistado 2, comunicado personal, 15 de mayo, 2015).

Lo que te salga no más, lo que tu...como tu sientas la música, como tu sientas no sé... la la...figura, el color, como lo sentí tu, pero corporalmente (Entrevistado 3, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Como subcategoría de *Flexibilidad en el taller*, se da cuenta de la existencia de una fluidez al expresarse fuera de toda pauta o estructura que limite opiniones o movimientos, así como una aceptación externa de proponer ideas, identificadas en los siguientes relatos:

Uno se puede sentir libre de hacer lo que uno piense y sienta hacer sin afectar la integridad del otro y donde es un taller tan bacán que termina en masajes o en abrazos, donde se entrega mucho cariño, entusiasmo, empatía y todos los aspectos positivos del ser (Entrevistado 2, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Entonces... como que... se acogen todo tipo de ideas ... yo llegó un día ... me.. me gustaría ... eh no se.. poner ese tipo de música, podríamos hacer unas pinturas ... eh... No se po, jugar tus malabares, incorporarlos y too es bienvenido, too es bienvenido (Entrevistado 3, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

En relación a las categorías, surge la quinta y última, las **“Implicancias de la participación en el taller”** que refiere a la trascendencia que tiene este taller, en otros ámbitos de la vida de los(as) participantes. En este sentido, entendemos que existen consecuencias funcionales y significativas, en torno a lo que los(as) participantes consideran como aportes del taller, a sus vidas. Las Subcategorías que conforman esta dimensión son: *incremento en el bienestar y salud, herramientas para el desarrollo personal, aportes o aprendizajes del taller y la profesora y cambios en la vida cotidiana*.

La subcategoría del *Incremento en el bienestar y salud* alude a los beneficios relacionados con sensaciones positivas, manifiestas en la salud mental y física de los participantes. Es así, como los(as) entrevistados(as) señalaron que el taller les ha brindado sensaciones de satisfacción, libertad, plenitud, tranquilidad, una mejora en el humor, liberación tensional, motivación a la actividad física, mayor expresividad, entre otras sensaciones, identificadas en las siguientes opiniones:

Ahora... me siento no se... pleno, eeh, todas mis áreas las tengo así bajo control, la vida me sonrío a carcajadas (Entrevistado 3, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Pues, ha mejorado en que...me siento más... como que te descargas o descargas toda la energía que tienes, en cambio, ya te hace como que más ligero el día, entonces ya estas más a gusto, estas como que... en un estado más receptivo de las cosas, puedes como que prestar más atención a tu clase, tal vez... o desarrollar mejores actividades, o sea poner una mejor cara, ponte de mejorar el humor por ejemplo (Entrevistada 4, comunicado personal, 26 de mayo, 2015).

Me ha liberado... me ha liberado más la expresión corporal. Yo soy de las personas que se guarda todo, me enoja contigo, nos peleamos y yo voy a guardarlo; entonces la expresión corporal me permite liberarlo, de a poco, bien poco todavía, no he podido descascararlo bien, estoy sacando la cáscara todavía; el núcleo sigue ahí, pero la cáscara se va a romper (Entrevistado 1, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Por otra parte se identifica la subcategoría de *Herramientas para el desarrollo personal*, ligada a la influencia significativa del taller en otros aspectos de la vida de sus integrantes, pudiendo ser estos, procesos o compromisos de evolución personal, además de valores o aptitudes que han sido adquiridos mediante una toma de consciencia efectuada por la realización del Taller. Puntualmente, los(as) entrevistados(as) han señalado que el taller les ha servido para expresarse de mejor forma, mediante el lenguaje corporal, teniendo esto un efecto en la comunicación interpersonal y la expresión corporal principalmente. Por otro lado, los(as) entrevistados(as) aluden a una apreciación de cambio personal, que da cuenta de la realización de “cosas que antes no se atrevían a hacer” y una motivación a la superación personal. Esto se refleja en los siguientes comentarios:

Por eso digo que para mí son como elementos, el de expresión corporal, taller de comunicación interpersonal, para mí son todos esos elementos que hacen una sinergia y me...me...me ayudan a mí...en el desarrollo profesional, el laboral, amoroso, hasta la misma salud po', porque el hecho de esta como sensación de bienestar y abundancia me siento bien (Entrevistado 3, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Nunca he tenido una autoestima alta ni nada de eso, entonces como que igual acercarme a la gente, o que me to... rocen, algo, igual pa' mí era como tema, pero como que ahora ya no es tanto tema, como que ya es como normal; sí, y creo que eso igual me ayuda harto como con mi autoestima, con todo; eso (Entrevistada 5, comunicado personal, 8 de julio, 2015).

Otro...herramienta que también me... me ha servido harto es...es...la creatividad...que siempre estamos... como te digo...innovando, creando cosas nuevas, variando, modificando...y toos' tienen que estar así creando po'... constantemente ,...no ...no es algo

que uno tenga que ...como un discurso que tu tení' que... ¿qué voy a decir ahora?...No... es como , simplemente... fluye po' , porque lo único que existe es el presente po'...pasado y futuro no existen..tay' ahora , aquí y ahora , lo que te salga no más, lo que tu...como tu sientas la música, como tu sientas no sé... la... figura, el color, cómo, como lo sentí tú, pero corporalmente (Entrevistado 3, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Otra de las subcategorías, alude a los *Aportes o aprendizajes del taller y la profesora*, dirigida a las facultades adquiridas o modificadas mediante la experiencia vivencial del taller, destacando también, los conocimientos adquiridos mediante la profesora y sus enseñanzas personales, visibles en su trato relacional y en las dinámicas que establece para el desarrollo del taller, tal como se expresa en las siguientes citas:

No esperaba una profesora como la de la clase...este... y ha sido muy ameno, ha sido muy cálida como que la clase, y nos ha enseñado cómo que, aparte de expresarnos...como que, a ser mejores personas dentro de todo esto (Entrevistada 4, comunicado personal, 26 de mayo, 2015).

El taller expresión corporal me ha permitido conocerme a mí mismo, saber qué es lo que yo pienso, así cómo puedo expresarlo a través de mi cuerpo; dejar que mi cuerpo solo actúe, no ser yo como mente, como persona racional que piensa todo lo que tiene que hacer; yo no actúo sino lo que actúa es mi cuerpo, ¿cachay'?, mis manos son las que se mueven, no soy yo quien las mueve ¿cachay'?. entonces le doy una abertura a mi subconsciente que toma en cuenta el cuerpo estando consciente, entonces el subconsciente es el que mueve mi cuerpo y no yo el que se concentra en cómo mover las manos ¿cachay? (Entrevistado 1, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

Finalmente, la subcategoría de *Cambios en la vida cotidiana* refiere a los beneficios manifiestos de la práctica del taller, trascendentes a la misma cátedra; mientras que por otro lado, esta temática alude también a la reproducción de las enseñanzas del taller en distintos ámbitos de la esfera cotidiana. En este sentido, los entrevistados(as) han señalado como efectos de las clases relevantes y trascendentes, las implicancias emocionales e intelectuales (creativas), expresadas en los siguientes testimonios:

Ya te hace como que más ligero el día, entonces ya estas más a gusto, estas como que... en un estado más receptivo de las cosas, puedes como que prestar más atención a tu clase, tal vez... o desarrollar mejores actividades, o sea poner una mejor cara”(Entrevistada 4, comunicado personal, 26 de mayo, 2015).

Me ha ayudado harto, así como pa' saberme yo, pa' sentir, pero también pa' lo que es conmigo mismo, así como pa' sentir... cosas pequeñas, pequeños detalles que tiene la vida (Entrevistado 1, comunicado personal, 20 de mayo, 2015).

7. Discusión.

En base a la categoría de los **vínculos intragrupales**, se ha podido dar cuenta de que las vivencias en el taller de expresión corporal, dan manifiesto por parte de los(as) integrantes un profundo sentimiento de hermandad con sus mismos(as) compañeros (as), en el cual se concibe al

ser humano como un ser libre de expresión, con un potencial creativo y artístico que se vislumbra en el momento de interactuar con otro/otra mediante la corporalidad como herramienta primordial de comunicación, en la que los sentimientos pueden ser expresados en conjunto a un grupo que se conecta sin el uso de la palabra hablada, sino, mediante miradas y juegos, que hacen concebir la experiencia de la existencia en el presente y en un contexto de armonía, sincronía, respeto, fluidez y participación que se traduce en una melodía improvisada mediante los sentidos.

Lo mencionado anteriormente, da cuenta de la importancia del cuerpo para relacionarse con otras personas, de la misma manera que lo ha mencionado Célis (1992, citado en Aguila, 2003), ya que explica que mediante el movimiento corporal se conecta con otras realidades que mediante la educación racional imperante, dificulta las formas de expresión ligadas a lo afectivo a través del cuerpo, así mismo tal como lo ha planteado Salzer (1984, citado en Aguila, 2003), la expresión del cuerpo logra una conciliación del propio ser, en el cual se liberan las tensiones, apertura a las sensaciones, desarrollar una coordinación y armonía corporal y a raíz de ello, comprender el sentido para sí mismo/a.

Por otra parte, se da cuenta de una enseñanza por parte de la profesora que promueve las muestras de cariño, las habilidades sociales y emocionales, esto se vislumbra en las **dinámicas de taller** promovidas por ella, en donde es frecuente presenciar que los abrazos sean el saludo por excelencia, generando confianza entre los participantes que cuentan mutuamente con el apoyo de sus pares; aquí las diferencias del ser como el sexo, la nacionalidad, raza étnica, morfología humana, creencias y prejuicios, se transforman en una unicidad de la cual todos y todas participan como un grupo de seres humanos interconectados. Junto a lo anterior, destacan las actividades lúdicas del taller los cuales hacen que se desplieguen procesos de liberación, espontaneidad y creatividad principalmente por la experiencia en juegos, siendo un factor relevante el tomar consciencia del cuerpo y moverlo sin rigidez u opresión.

Asimismo se da cuenta de la relevancia de la ausencia de pautas que puedan limitar movimientos o estructuras predeterminadas que no den paso a una expresión libre de propuestas al taller. El hecho mismo de que exista una aceptación y libertad por parte de los/las entrevistados/as de realizar actividades no planificadas en el taller, reflejando sus **valoraciones de la espontaneidad**, en cuanto a la espontaneidad, que conlleva a una postura relajada con menos ansiedades o miedos. Desde allí, la expresión kinésica como manifestación de estados internos toma sentido para los/las entrevistados/as, siendo esto además una de las **implicancias de la participación en el taller**.

Desde aquí, se puede pensar causalmente que las dinámicas efectuadas, podrían ser las que permiten el desarrollo de adquisición de habilidades emocionales, sociales y expresivas, bajo un clima de confianza y afectuosidad, que permite su desarrollo libremente con el resto de los(as) integrantes.

Ahora bien, desde el propio discurso de los entrevistados se puede hablar de una constatación de los antecedentes teóricos expuestos anteriormente, en base principalmente al tema de la corporalidad, en donde el cuerpo se convierte en un medio sumamente valorado e importante para la propia auto-realización y desarrollo de nuevas habilidades. A la vez, este se transforma desde un simple medio mecánico material y superficial a un medio de comunicación con uno mismo y principalmente con un otro. Existe una interacción simbólica en ese espacio que se da en el taller como lo son el gesto, sonidos, contacto y distancia física, lo cual se relaciona con el florecimiento de la creatividad, fluidez y espontaneidad, características principales que plantea Santiago (1985, citado en Aguila, 2003) para expresar el propio estado interno.

De esta manera, el taller se convierte en un espacio en donde los participantes se sueltan y se liberan, principalmente de esa energía que tienen estancada que no fluye en los otros contextos en

los cuáles los entrevistados se mueven. Es así, como algunas subcategorías nos señalaron que los(as) integrantes entrevistados(as) asimilaban que mediante la realización del taller existían efectos manifiestos, que sobrepasaban a la misma clase y cobraban sentido en su empleabilidad, en distintas esferas de la vida cotidiana. De esta forma, ellos(as) nos señalaron que el taller les permitió una mejor disposición a sus actividades en general, una ejercitación de la creatividad y de la improvisación (vinculada a un actuar sensitivo espontáneo), además de una ejercitación introspectiva del ser, que ha conllevado a un reconocimiento identitario, relevante para los integrantes en el ámbito personal.

Algunos han llegado a señalar que en el taller se caen las máscaras que deben cargar por culpa de la sociedad, en todo momento de sus vidas. En este sentido, la consciencia de los movimientos resultan ser liberadores de lo inconsciente, se empieza a aceptar tanto la luz como la sombra interna. Se permite que la imagen corporal sea cada vez más reconocida, ya que ésta cargaría las huellas de la historia personal de cada uno, incluso lo que siempre se ha inhibido, como se ha dado cuenta en lo que respecta a la categoría **de modalidad de expresión**, donde surgen muchas opiniones personales y profundas sobre lo que ha sido y significado para los participantes del taller de expresión corporal su vivencia en él. Se expresa desde una interioridad propia un pensamiento más o menos en común entre los entrevistados de una necesidad que se tiene como personas más allá de ser estudiantes de una liberación, de un rompimiento de esquemas que la sociedad impone cada día a través de normas, reglas e ideas fijas de cómo se debe actuar. Aunque no necesariamente los entrevistados manifiestan que era una de las razones para entrar al taller el hecho de liberarse de imposiciones sociales, es algo que se descubre en el taller, esa especie de necesidad que tienen de llegar a un espacio en el que no hayan reglas ni haya que actuar de una manera predeterminada.

En base a lo anterior, se ha podido dar cuenta de un reconocimiento en general del despertar de un autoconocimiento y una visión nueva de ellos(as) mismos(as), manifestando un miedo de expresar sentimientos que ahora pueden dar a conocer sin problemas e incluso reconocer, ya que antes no había una consciencia del sentimiento. Hay un redescubrimiento del cuerpo, de cómo éste se mueve, de cómo este siente, de cómo utiliza el espacio, de cómo reconoce su propio límite, hay una nueva forma de expresión, haciendo eco a lo que postulaba Reich, quien insertó el vínculo entre área corporal e inconsciente del sujeto (Reich, 1987, citado en Aguila, 2003).

Existiría una especie de coraza muscular, como mencionamos anteriormente según plantea Reich, que surge a raíz de mecanismos de defensa como lo son la angustia, rabia, la rigidez del carácter, la falta de contacto y la insensibilidad, pero que pueden ser disminuidos, trabajados o sanados y ese es el rol que juega de modo general el taller de expresión corporal para sus participantes, los cuales reconocen que hay un cambio en sus vidas principalmente en su forma de expresarse por ejemplo mediante el lenguaje corporal, al cual se alude como una herramienta beneficiosa que permite la exteriorización de emociones y pensamientos en el ámbito comunicacional. De igual forma, los(as) integrantes del taller entrevistados(as), notaron un cambio en la manera en que se relacionan comunicacionalmente y expresiva o emocionalmente, lo que ha tenido un efecto en el autoestima, en la expresión de emociones y facetas reprimidas y en suma, en diversas herramientas sociales, que les han permitido apreciar una superación personal. Lo anterior, se puede relacionar también con un redescubrimiento del cuerpo, de cómo este se mueve, de cómo este siente, de cómo utiliza el espacio, de cómo reconoce su propio límite, pues hay una nueva forma de expresión. La vida se mantiene saludable mientras se deja ir la energía ya gastada, dejando que todo salga para que se renueve. Como dice Nuñez (2012) el cuerpo es la memorización y expresión de las experiencias vitales de las personas y con un taller como éste, la consciencia se va desarrollando, por lo tanto el cuerpo hace una especie de tregua con su propia historia.

8. Conclusión.

En base a la investigación se puede vislumbrar que los/as participantes dan cuenta de una diversidad de significados en cuanto a su experiencia en el taller, los que hemos recapitulado en cinco categorías: implicancia de la participación en el taller, vínculos intragrupales, valoración de la experiencia, dinámicas del taller y modalidad de expresión.

Aquellas categorías dan cuenta de una significación positiva en cuanto a la influencia del taller en los ámbitos de la vida personal y social, tales como bienestar físico y mental, el cual se hace visible en las diversas sensaciones beneficiosas como la felicidad, incremento de vitalidad, mejora de humor en sus disposiciones y en el bienestar social, así como la libertad relacionada con sensación aliviadora, expresión de la interioridad y de aquello reprimido socialmente. Esta última sensación, es señalada incluso como la razón por la que algunos entrevistados(as) asisten al taller.

A la vez, los(as) participantes dan cuenta de herramientas adquiridas para su desarrollo humano el cual significan con índole personal, valórico, e inclusive procesual, en cuanto a cambios, aptitudes y promesas, establecidas a largo plazo. En ese sentido, se destaca la importancia con la que variados(as) entrevistados(as) manifiestan que el taller les ha permitido desarrollar “la expresión”, mediante el lenguaje corporal; se alude a esta herramienta como beneficiosa para la exteriorización de emociones y pensamientos en el ámbito comunicacional.

Más aún, los(as) integrantes del taller entrevistados(as), han notado un cambio en la manera en que se relacionan comunicacional y expresivamente, lo que ha tenido un efecto en el autoestima, en la expresión de emociones, facetas reprimidas y en suma, en diversas herramientas sociales, que les han permitido apreciar una superación personal.

A la vez, se señala la incidencia significativa de la profesora en el taller en cuanto a las enseñanzas impartidas. Se destaca de ella reiterativamente, habilidades sociales y emocionales que la hacen sentir “más cercana”, carismática y comprensiva. Asimismo, se recalca las dinámicas de las clases como entretenidas, lúdicas y socialmente activas; desde aquí, se puede pensar causalmente, que la dinámica efectuada, podría ser la que permite el desarrollo de adquisición de habilidades emocionales, sociales y expresivas, que trascienden al mismo taller.

En su conjunto, existe un profundo sentimiento de hermandad con sus mismos(as) compañeros(as), en la que los sentimientos pueden ser expresados en conjunto a un grupo que se conecta sin el uso de la palabra hablada, sino, mediante miradas y juegos, que hacen concebir la experiencia de la existencia en el presente y en un contexto de armonía, sincronía, respeto, fluidez y participación que se traduce en una melodía improvisada mediante los sentidos.

Es así como también los(as) participantes del taller son capaces de reflexionar acerca de las distintas emociones, sensaciones y sentimientos que han emergido en el transcurso su experiencia, reiterándose la sensación de cariño, conexión con los sentimientos propios y de los(as) demás, acogida y apoyo de parte de todos(as), instancias de reflexión que consideran fructíferas para su desarrollo. Por otro lado, valoran la oportunidad de sentirse libres y poder expresarse, como también la posibilidad de compartir y comprender a los(as) demás.

Manifiestan que se sienten a gusto en un ambiente ameno y cálido. Además valoran significativamente sus experiencias en la ausencia de pautas o estructuras preestablecidas.

En efecto, el taller tiene un efecto manifiesto que sobrepasa a la misma clase y cobra sentido su participación en distintas esferas de la vida cotidiana. El taller ha permitido desarrollar mayor fluidez en la comunicación verbal, promoción del lenguaje no verbal que facilita la comprensión de un mensaje, una relación más íntima consigo mismo(a) lo que ayuda a mejorar el autoestima y la comunicación interpersonal, una mejor disposición a sus actividades en general, una ejercitación de

la creatividad y de la improvisación (vinculada a un actuar sensitivo espontáneo), además de una ejercitación introspectiva del ser, que ha conllevado a un reconocimiento introspectivo, relevante en el ámbito personal, argumentando para esto que les ha permitido expresarse e incluso ser mejores personas.

De esta forma, se ha dado cuenta de cómo la expresión corporal es un factor que incide positivamente en el desarrollo de la autoconsciencia, ayudando a la persona en cuanto a las barreras que imponen las normas y etiquetas que son interiorizadas a lo largo de la experiencia personal, desintegrándolas en el tiempo y espacio en los cuales se interactúa con un/a otro(a), respetando sus límites y promoviendo la integridad tanto personal como colectiva. Es así como mediante la danza y la manifestación artística colectiva del cuerpo, se interactúa desde la humanidad misma en cuanto a su potencial creativo y como sujetos sociales.

Para terminar, en cuanto a las limitantes de esta investigación, se puede mencionar el reducido número de entrevistados(as) puesto que alude a una base movediza para la generalización. Asimismo, se considera que las entrevistas semi-estructuradas fueron una técnica coherente con nuestra metodología, sin embargo, no logramos profundizar en términos claves, lo que queríamos conseguir de los(as) participantes. Por esta razón, se presenta una proyección de investigaciones que abarquen objetivos ambiciosos tales como “comprender” y que impliquen por tanto, un mayor tiempo de investigación y otras técnicas coherentes con aquello, como por ejemplo, entrevistas en profundidad. A la vez, se propone incluir un antes/después de participación en el taller a fin de dar un análisis exhaustivo de los cambios propiamente establecidos. De igual forma, el promover mayor cantidad de estudios sobre los beneficios del desarrollo de la corporalidad en el ser humano, englobando otros tipos de talleres, actividades o dinámicas que la propicien, puede dar pie para una base rigurosa de investigaciones, siendo el objetivo llevar a las políticas públicas los resultados obtenidos, a modo de vislumbrar los efectos de una educación no únicamente imperante, como lo ha sido la razón a modo directo para acceder al conocimiento, sino que mediante la experiencia y movimiento del cuerpo, la vivencia de emociones e inclusive la práctica del juego en el desarrollo de habilidades de expresión, creatividad, fluidez y espontaneidad.

Referencias

- Aguila, C. (2003). *La Expresión Corporal en el Desarrollo de la Autoestima y las Habilidades Sociales: Evaluación de un taller de Expresión Corporal para estudiantes universitarios y su efecto en los niveles de autoestima y habilidades sociales*. (Tesis para doctoral). Universidad de Santiago de Chile, Facultad de humanidades: Escuela de Psicología. Santiago, Chile.
- Ayala, R. (2008). La metodología fenomenológico-hermenéutica de m. Van manen en el campo de la investigación educativa. Posibilidades y primeras experiencias. *Revista de Investigación Educativa*, 26(2) 409-430. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=283321909008>.
- Blumer, H. (1982). *El Interaccionismo Simbólico. Perspectiva y método*. Barcelona: Hora
- Cáceres, P. (2003). Análisis cualitativo de contenido: Una alternativa metodológica alcanzable. *Psicoperspectivas*, 2, 53-82.
- Carreño, A., Lárez, A., Prieto, D. y Rodríguez, J. (2014). *Investigación Cualitativa*. Universidad Fermín Toro. Sistema de Aprendizaje Interactivo. Asignatura Ciencias Sociales: Venezuela. [En línea]. Recuperado el 18 de Junio de 2015, de: http://issuu.com/jarp0001/docs/investigaci_n_cualitativa_2ce5b1244912aa.
- Colegio de Psicólogos de Chile. (1999). *Código de Ética Profesional*. [En línea]. Recuperado el 17 de enero de 2013, de: <http://dl.dropboxusercontent.com/1/view/rowcdu62fb9rm2f/Apps/Wix%20website/Dropbox%20folder%20App/Codigo%20de%20Etica.pdf>.
- Correa, S., Campos, H., Carvajal, A. y Rivas, K. (2013). *Investigación cualitativa. Tipo fenomenológica*. República Bolivariana de Venezuela. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Diplomado Metodología de la Investigación Cualitativa. [En línea]. Recuperado el 17 de Junio de 2015, de: <http://hilanasuskys.blogspot.com/2013/06/investigacion-cualitativa-tipo.html>.

- González, T. & Cano, A. (2010). *Introducción al análisis de datos en investigación cualitativa: concepto y características*. Nure Investigación, (44).
- Hammersley, M., & Atkinson, P. (1994). *Etnografía. Métodos de investigación*. Barcelona: Paidós.
- Hernández, R., Fernández-Collado, C. & Baptista, P. (2006). *Metodología de la Investigación* (4º ed.). México, D.F.: McGraw-Hill.
- Maitri, S. (2011). *The Enneagram & the Diamond Approach: The Map and the Territory an Experiential Workshop*. Extraído de: <http://www.sandramaitri.com/pdfs/2015Conference.pdf>
- Martínez M. (2006). Fundamentación Epistemológica del Enfoque Centrado en la Persona. *Polis*, 5(15), ¿páginas? Recuperado de <http://redalyc.org/articulo.oa?id=30517306009>
- Menéndez, S. (2010). Opción, registro y contexto. El concepto de significado en la lingüística sistémico-funcional. *Tópicos del Seminario*, (23) 221-239. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=59415631007>.
- Núñez, A. (2012). *Integración cuerpo, emoción y mente: el enfoque bioenergético de A. Lowen*. Madrid: Universidad Pontificia Comillas.
- Ortí, A. (1986). La apertura y el enfoque cualitativo o estructural: la entrevista abierta semidirectiva y la discusión de grupo, en García M., Alvira F. y Ibáñez J. (eds.), *El análisis de la realidad social*. Madrid: Alianza Universidad. <http://redalyc.org/articulo.oa?id=30517306009>
- Quintana, A. y Montgomery, W. (Eds.) (2006). *Psicología: Tópicos de actualidad*. Lima: UNMSM.
- Robles, B. (2011). *La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropológico*. *Cuicuilco*, 18(52), 39-49.
- Rodríguez, G., Gil, J. & García, E. (1996). *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Aljibe.
- Ruiz, J. (2009). Análisis sociológico del discurso: métodos y lógicas. *Forum: Qualitative social research*. 10(2).
- Ruiz, O., & Ispizua, J. (1989). *La descodificación de la vida cotidiana*. Ciudad: editorial
- Salgado, A. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*. (13), 71-78. [En línea]. Recuperado el 18 de Junio de 2015, de <http://www.scielo.org.pe/pdf/liber/v13n13/a09v13n13.pdf>.
- Sandoval, C. (1996). *Investigación cualitativa*. Bogotá: Instituto colombiano para el Fomento de la Educación Superior. Extraído el 12 de Abril, 2013, de <http://panel.inkuba.com/sites/2/archivos/manual%20colombia%20cualitativo.pdf>
- Serbia, J. (2007). Diseño, muestreo y análisis en la investigación cualitativa. *Hologramática*, 4(3), 123-146
- Ulin, P., Robinson, E. & Tolley, E. (2005). *Investigación aplicada en salud pública métodos cualitativos*. Washington: FamilyHealth Internacional:
- Van Dussen, W. (1977). *El análisis. El autoanálisis. La existencia se beneficia de sí misma*. Santiago: Cuatro Vientos.
- Wilhem, R. (1989). *Materialismo dialectico y psicoanálisis*. Editorial Siglo XXI: México.