



**Universidad**  
Zaragoza

**Trabajo Fin de Grado**  
**Magisterio en Educación Primaria**

**La influencia de la interacción visual en el  
alumnado de Expresión Corporal**

**The influence of the visual interaction in  
students of body language**

Autor/es

**Gema Miralbés Muzás**

Director/es

**Inmaculada Canales Lacruz**

FACULTAD DE EDUCACIÓN

2017/2018

## **Agradecimientos**

A mi familia por todo el apoyo que me ha dado, en especial a mi madre por inculcarme que con esfuerzo y dedicación cualquier sueño se consigue.

A Inma, por dirigirme este trabajo, por haber estado dispuesta a dedicar su tiempo en ayudarme y sobre todo por la forma en la que transmite y enseña su asignatura, que me ha llevado a ver esta disciplina desde otra perspectiva pedagógica.

Y, por último, a todos los que han colaborado con sus testimonios para que se haga posible este estudio.

## **Resumen**

El objetivo principal de este trabajo trata de mostrar los resultados que se han obtenido a partir de la investigación que se ha llevado a cabo con los alumnos de la asignatura de Expresión Corporal de la mención de Educación Física en la Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza. En estos resultados se manifiestan las consecuencias que la interacción visual provoca en la emotividad de los alumnos en estas sesiones.

El Diario de Prácticas ha sido el instrumento de investigación que se ha utilizado, donde los alumnos han relatado sus experiencias vividas a lo largo de las sesiones prácticas. Lo cual ha permitido poder realizar un análisis y profundización en sus testimonios para la obtención de los resultados.

La conclusión más relevante que se ha obtenido de dicha investigación es que uno de los aspectos que más condiciona el comportamiento del sujeto observador y objeto observado es la interacción visual que se da entre ellos.

### **Palabras clave:**

Expresión corporal; interacción visual; vivencias; emisor/observado; receptor/observador; inhibición.

## Índice

1.	Introducción .....	6
2.	Marco teórico.....	8
2.1	La influencia de la historiografía de la educación física en la expresión corporal.....	8
2.2	De cuerpo/movimiento a corporeidad/motricidad .....	10
2.3	La construcción social del cuerpo .....	10
2.4	La expresión corporal como desarrollo de la singularidad y la creatividad motriz.....	11
2.5	La comunicación no verbal como contenido de la expresión corporal .....	12
2.6	La mirada y la interacción visual en expresión corporal .....	13
2.7	Propuesta del presente estudio .....	14
3.	Método.....	15
3.1	Participantes.....	15
3.2	Variables.....	16
3.3	Instrumentos .....	18
3.4	Procedimiento .....	24
4.	Resultados .....	26
4.1	Resultados generales .....	26
4.2	Resultados específicos .....	28
4.2.1	Fase exploración.....	28
4.2.1.1	Observado en tareas con ausencia visual. (1.1.1).....	28
4.2.1.2	Observador en tareas con ausencia visual. (1.1.2) .....	31
4.2.1.3	Observado en tareas con ausencia visual del observado. (1.1.3) .....	31
4.2.1.4	Observador en tareas con ausencia visual del observado. (1.1.4).....	35
4.2.1.5	Observado en tareas con presencia visual. (1.1.5) .....	38
4.2.1.6	Observador en tareas con presencia visual. (1.1.6).....	41
4.2.2	Fase de expresión.....	42
4.2.2.1	Observado (1.2.1).....	42
4.2.2.1	Observador (1.2.2) .....	44
4.2.3	Fase de comunicación.....	45
4.2.3.1	Observado. (1.3.1).....	45
4.2.3.2	Observador. (1.3.2) .....	48
5.	Discusión .....	50
6.	Conclusiones.....	53
6.1	Planteamiento pedagógico .....	53
6.2	Acción de mirar desde la perspectiva del observado .....	54
6.3	La acción de mirar desde la perspectiva del observador .....	55

6.4	Síntesis final.....	56
7.	Referencias Bibliográficas .....	57
8.	Anexos.....	60
	Anexo I.....	60
	Anexo II.....	63
	Anexo III.....	64
	Anexo IV .....	69
	Anexo V .....	71
	Anexo VI .....	79
	Anexo VII .....	82
	Anexo VIII .....	84
	Anexo IX.....	85
	Anexo X.....	95
9.	Figuras .....	98

## **1. Introducción**

El presente trabajo es un estudio que parte de las investigaciones que Canales, Táboas y Rey (2013) realizaron sobre la desinhibición, espontaneidad y expresión en el alumnado de expresión corporal. Uno de los resultados obtenidos reflejó como la interacción táctil y la interacción visual influyen en el comportamiento del sujeto observador/ar y objeto observado/a en las tareas de expresión.

En las situaciones pedagógicas que se proponen en las clases de expresión corporal, los alumnos tienen que mostrar su expresividad corporal ante la mirada de los demás, provocando normalmente que se sientan observados y con ello, todos los sentimientos que derivan, incomodidad, vergüenza, etc. La causa principal que provoca este sentimiento es la mirada, la cual posibilita una interacción visual entre una persona observador y una observada (Canales, 2006).

De ahí que esta investigación se centre en analizar el compromiso emocional que la interacción visual ha provocado en los alumnos matriculados en la asignatura de expresión corporal de la mención de Educación Física de la Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza. En las sesiones prácticas de esta asignatura, los alumnos han protagonizado diferentes sensaciones y experiencias provocadas por esta acción de mirar. Estos testimonios han sido narrados en primera persona por el propio alumnado en forma de diario, el cual va a ser el principal instrumento de esta investigación para la obtención de los resultados.

Lo que me ha llevado realizar el Trabajo de Fin de Grado en relación con este aspecto es que, a lo largo de la mención de Educación Física, el contacto a nivel teórico y práctico que hemos tenido con la asignatura de expresión corporal me ha despertado un mayor interés del que tenía por esta disciplina. Por ello me pareció interesante la propuesta que mi tutora Inmaculada Canales Lacruz me hizo en cuanto al tema de estudio.

Además, como ex alumna de la asignatura, he vivido las diferentes tareas expresivas que se proponen y, por tanto, los sentimientos que han relatado los alumnos en sus diarios, los he podido experimentar en persona, así como observar como mis compañeros lo experimentaban. Aspecto que ha facilitado el estudio, así como la interpretación de datos.

Por lo que el objetivo de esta investigación se centra en analizar como la interacción visual influye en la emotividad del alumnado de expresión corporal y como este hecho condiciona su comportamiento práxico.

De esta manera el trabajo está dividido en 7 apartados. El primero de ellos hace referencia al marco teórico, donde se realiza una revisión teórica de los diferentes autores que han investigado sobre la expresión corporal escolar, así como la interacción visual.

En el segundo apartado, el método, se van a explicar en cuatro subapartados los sujetos participantes del estudio, las variables a tener en cuenta, los instrumentos utilizados, así como el procedimiento para la realización del estudio.

En el tercer apartado se van a exponer los resultados obtenidos en el estudio, los cuales se van a explicar a través de dos subapartados, el primero de ellos, resultados generales y el segundo, resultados específicos.

En el cuarto apartado se desarrolla la discusión, en el que se ha constatado los resultados obtenidos con el estado de la cuestión.

En el quinto apartado, las conclusiones, se incluyen los principales resultados, así como una valoración personal del trabajo.

En el sexto apartado se referencia la bibliografía utilizada para la realización del estudio.

Y, por último, en el séptimo apartado, los anexos, se incluyen las referencias categorizadas que se han utilizado para los resultados obtenidos de la investigación.

## **2. Marco teórico**

La expresión corporal como contenido de la educación física tienen un gran potencial educativo, por ofrecer unos conocimientos diferentes a otras áreas del currículo oficial, siendo el lenguaje corporal el contenido más distintivo (García, Bores, Martínez, 2007).

No obstante, los contenidos que se ofrecen en el contexto educativo distan mucho de este potencial. Esto es debido a que la expresión corporal es un término indefinido que le lleva a ser un concepto ambiguo. Como consecuencia los profesionales de la educación física se encuentran con la dificultad de estructurar su aprendizaje para su enseñanza (García et al. 2007).

De ahí que sea un concepto necesario de dotar de claridad para que pueda desarrollarse en profundidad en el contexto educativo. Pero antes de ello, es necesario realizar un recorrido por la historiografía de la educación física, para ver las causas que han llevado a que la expresión corporal sea un concepto ambiguo.

### **2.1 La influencia de la historiografía de la educación física en la expresión corporal**

La educación física actualmente se caracteriza por un dominio de contenidos que se centran en la eficacia motriz (Barbero, 1996).

Esta eficacia motriz tiene sus consecuencias en las concepciones que ha habido sobre el cuerpo y el movimiento en la práctica pedagógica de la Educación Física (Beacker, 1997). Con el paradigma cartesiano, el cuerpo se comparó con una máquina (Canales y Rey 2008), como un cuerpo físico aislado de su contexto. Así como el movimiento solo se concebía como desplazamiento en un tiempo y un espacio, que puede ser representativo analíticamente a través de un registro de resultados relacionados con la eficacia (Baecker, 1997).

Como resultado, la educación física pasó a concebir el cuerpo desde esta concepción mecanicista, centrándose en el resultado y en la eficacia motriz (Canales y Rey, 2008). Razón por la cual, en el contexto escolar, se generó un etilismo motriz que provocó un sentimiento de frustración y fracaso en aquellos sujetos frágiles (minusvalía, cualidades, género, etc.) (Barbero, 1996).

Además, otra consecuencia a destacar es que la educación física española se nutrió de diferentes movimientos y corrientes pedagógicas del resto de Europa, debido a su escaso corpus teórico, lo cual le causó una evolución irreflexiva (Canales, 2006).



Como expone Crespán (1984) el fenómeno deportivo no se puede quedar al margen de los puntos de vista políticos de una sociedad. Esto explica que tras la Guerra Civil la educación física sufriera una influencia paramilitar que convirtió al deporte en un producto del capitalismo, siendo esta aún más vulnerable por su escaso corpus teórico (Canales, 2006). Esto le llevo a que compartiera valores de este sistema como la secularización, igualdad, especialización y cuantificación entre otros (Canales y Rey, 2008).

Un aspecto ligado a esto es el expuesto por Lagardera (1995) a través de un concepto que denomina el proceso deportivizador. Este hace referencia a que el deporte se convierte en un estilo de vida en las sociedades, tanto por sus beneficios económicos como sociales, que como resultado provocó una popularización del deporte. Esto hizo que los contenidos de la educación física se centraran en un completo dominio de los deportes mayoritarios (Baloncesto, fútbol, atletismo, etc.) sobre el resto, como por ejemplo los de la expresión corporal (Canales y Rey, 2008).

Aportándole por lo tanto a la educación física, aspectos del sistema deportivo, como son la reproducción mimética de estereotipos motrices y lo que esto lleva, una homogeneización de los individuos y así como el carácter competitivo de estas prácticas. Siendo estos rasgos opuestos a los que aporta la expresión corporal a la educación física, ya que estas se basan en una producción y lo que esta conlleva una creatividad motriz. Instigando por lo tanto a una singularidad motriz, así como la colaboración (Canales, 2006).

Así, la expresión corporal tampoco se quedó al margen de este proceso deportivizador ni a las consecuencias negativas de este novel corpus teórico, que le sometió a una aculturación deportiva (Canales,2006). Repercutiendo por lo tanto en el amplio contenido de la expresión corporal, que le ha llevo a que diste mucho de su potencia educativo que tiene y por lo tanto a un desconocimiento por parte de los profesionales de la educación física de este potencial (Canales, 2006).

Por tanto, mientras la educación física española se caracteriza por el predominio de contenidos que se centran en el desarrollo de la eficacia motriz (Sierra, 2002; Canales, 2006), la expresión corporal se centra en el descubrimiento de las posibilidades motrices (Stokoe, 1988; Canales, 2006). De ahí que esta quede en un segundo plano, a pesar de su potencial educativo.

## **2.2 De cuerpo/movimiento a corporeidad/motricidad**

Como se ha expuesto en el apartado anterior, la concepción del cuerpo como una máquina y el movimiento como desplazamiento, influyó en la educación física llevándole a una educación mecanicista.

Pero esta concepción cartesiana, fue desplazada por el epistemólogo portugués Manuel Sergio, al proponer una ciencia que tuviera como objeto de estudio la motricidad (Canales y Rey, 2008). Planteamiento que fue recuperado en España por Rey y Trigo (2000) desde el que la motricidad se relaciona con movimiento intencionado, como el que nos une con el mundo y donde nuestro modo de ser en el mundo es la corporeidad. Por lo que el cuerpo de la motricidad es la corporeidad del humano. “Un cuerpo que se emociona, se hace y se siente” (Canales, 2006).

En este sentido, es necesario centrarse en la corporeidad desde las teorías existencialistas que la sitúan como centro de la existencia. Si vemos es gracias a que estamos instalados en un cuerpo, y, dado este fenómeno, podemos decir que percibimos los objetos (Mercado, 2016). Por lo tanto, somos cuerpo, un cuerpo que vive, que es expresión (Rey y Trigo, 2000). Pero también a través de nuestro cuerpo somos vistos (Mercado, 2016), es decir, el otro percibe nuestra corporalidad, por lo que necesitamos al otro para existir.

Esta idea nos lleva a concebir el cuerpo como un mensaje, un texto que puede ser leído, donde se inscriben las relaciones sociales (Bourdieu, 1986). Es decir, el cuerpo se entiende como un medio de comunicación entre nosotros y el mundo (Mercado, 2016), este comunica movimiento y el otro interpreta nuestra existencia, realiza juicios sociales.

## **2.3 La construcción social del cuerpo**

En toda cultura y por tanto sociedad, existe un canon corporal el cual es anhelado por la mayoría de sus integrantes (Canales, 2006). Este canon corporal en cada sociedad es distinto y por tanto pueden cambiar a lo largo de la historia. Como expone, Flora Davis en su libro “La comunicación no verbal”:

*“En la generación anterior a la nuestra, un muchacho que midiera más de un metro ochenta era considerado extremadamente alto y se suponía que era desgarbado. Las expectativas han variado y en nuestros días, los jóvenes altos se consideran atrayente” (Davis, 1976: 46).*

A través de este canon social se realizan juicios sociales, los cuales son posibilitados por la acción de mirar, ya que esta es la que nos ofrece información sobre la corporalidad del sujeto, para comparar su corporalidad con ese modelo corporal existente en la sociedad (Canales, 2006). De esta manera ante la mirada de los demás no somos indiferentes, provocándonos una turbación emocional y un sentimiento de incomodidad (Canales, 2006).

De ahí que la mirada tenga un poder social (Bourdieu, 1986) que someta al individuo a ser juzgado por los ojos de los demás (Canales, 2006).

Por lo tanto, nuestro cuerpo se convierte en un producto social construido y condicionado por las relaciones sociales, y atravesado por la cultura, las relaciones de poder, de dominación y de clase. (Bourdieu, 1986).

El cuerpo se muestra como portador de la posición social (Bourdieu, 1986). Es decir, la situación social influye en el cuerpo, y es lo que le ciñe a actuar de una forma concreta. Así el cuerpo es un medio de expresión restringido por las culturas, que transmite información sobre la sociedad en la que vive, de modo que cuanto más tradicional sea el lugar, más restricciones y presiones se ejerce sobre él (Martínez, 2004).

Por lo tanto, la manera de interactuar, de conformar nuestro cuerpo y uso, pertenece a la cultura en la que vivimos. De manera que de todo lo que podemos hacer con nuestro cuerpo se van formando unas acciones que son normales y otras que no. De ahí que cuando se expone nuestro cuerpo a una situación que no es la habitual, nos sentimos inseguros y fuera de nuestra zona de confort (García et al. 2007).

#### **2.4 La expresión corporal como desarrollo de la singularidad y la creatividad motriz**

En apartados anteriores, hemos visto como el término expresión corporal tenía una variedad conceptual debido a que sus definiciones son muy dispersas (García, Pérez, Calvo, 2013).

En el presente estudio, la expresión corporal se concibe como un vehículo para el desarrollo de la creatividad y la singularidad motriz (Canales, 2006). En la que, por lo tanto, la corporalidad que se propone es una corporalidad singular en la que cada individuo acepta la suya, y donde no hay un modelo a imitar (Canales, 2006).

Este planteamiento pedagógico desde el que se aborda la expresión corporal tiene sus raíces en la filosofía de Stokoe (1988) la cual propone una expresión corporal subjetivizada que permita desarrollar las capacidades expresivas del individuo (Canales, 2006). Pero para que se convierta en un medio para desarrollar el potencial expresivo de cada uno, lo que Stokoe (1988) considera Educación por el arte, es necesario superar la reproducción mimética de patrones de ejecución (Canales, 2006).

Por tanto, la expresión corporal pretende que, en primer lugar, el individuo realice un proceso de autoconocimiento de su expresividad, para que posteriormente pueda profundizar en sus rasgos distintivos y propios que le lleven a crear un modelo en el que se refleje su identidad (Canales, 2006).

Esta idea se relaciona con el concepto de la emotividad, ya que es la que va a provocar que cada individuo se exprese de manera individual. De ahí que se pueda admitir que existe una relación entre emotividad y expresión, debido a que la mayoría de las veces, las emociones que van a sentir, les va a influir en la manera de expresarse (Canales, 2006). Como expusieron Torrents, Mateu, Planas y Dinusova (2011) en su investigación donde analizaron las respuestas emocionales del alumnado y su influencia en el tipo de tarea de expresión corporal, el estado anímico influye en la creatividad, las emociones positivas se relacionan con la creatividad, flexibilidad e innovación, en cambio las negativas con un razonamiento más conservador.

## **2.5 La comunicación no verbal como contenido de la expresión corporal**

Como hemos nombrado al principio, el lenguaje no verbal es uno de los contenidos a enseñar en expresión corporal, pero si analizamos los otros tipos de comunicación humana dentro del currículo, podemos ver como el lenguaje no verbal, es el menos referenciado (García et al. 2007). Esto se puede explicar con que la expresión corporal se le relaciona con un “cajón desastre” debido a su ambigüedad conceptual, que por lo tanto hace que este lenguaje no verbal a la hora de enseñarlo sea un contenido difícil de ser estructurado en unas reglas a seguir para todos, sirviendo esto de justificación para su escasa utilidad en el currículo (García et al. 2007).

Expuesto esto, volvemos a retomar que, en expresión corporal se enseña la comunicación no verbal, es decir, el lenguaje corporal, siendo la apariencia física la fuente de información de esta comunicación, así como la mirada de los demás (García, 1995). Por tanto, retomando la idea de cuerpo como texto de Bourdieu (1986) nuestro cuerpo habla

y revela información, aunque no sea de manera intencionada, debido a que nuestro cuerpo en sí es expresivo (Martínez, 2004).

Esto lleva a que nuestra corporalidad nos convierta en emisores de la información y a su vez nuestros sentidos, nos permiten convertirnos en receptores de la información. (García et al. 2007).

Por tanto, la mirada es la que posibilita una interacción visual entre un emisor y un receptor. Entendiendo por emisor, la corporalidad que esta siento observada y por receptor la mirada del observador (Canales, 2006).

## **2.6 La mirada y la interacción visual en expresión corporal**

Partiendo de la idea que acabamos de exponer, la mirada se concibe como una de las acciones sociales con mayor transcendencia comunicativa (Canales, 2006). De este modo, las clases de expresión corporal se convierten en escenarios de corporeidades donde la mirada es un gran condicionante (Canales, 2006), en la que los alumnos se van a convertir en observadores de estas corporeidades a través de esta interacción visual.

Así las tareas expresivas, como exponen Canales et al. (2013) van a desencadenar diferentes emociones en el alumnado fruto de esta interacción visual. Uno de los pocos estudios sobre como la mirada provoca diferentes emociones en el alumnado es el de Canales (2009) en el que se afirma que cuando el alumno se siente observado, siente una influencia en su praxis, siendo el bloqueo en su respuesta motriz, lo más común entre estos cuando son observados por otra persona.

En este mismo estudio, también se destaca que el sentimiento más sufrido por los alumnos es el de sentirse enjuiciados y ridículos en la realización de las tareas. Así como relaciona que aspectos hacen que el alumnado se sienta cómodo o incomodo, siendo los aspectos que le hacen sentir cómodo el ser observado por un compañero con confianza o no ser observado directamente a los ojos. En cambio, cuando son observados por alguien desconocido y el número de observadores es mayor se sienten incomodos. Además, esta incomodidad también es provocada cuando les miran algunas zonas corporales (Canales,2009). Esto estaría relacionado con lo que hemos explicado en el apartado de la construcción social del cuerpo, donde la cultura de las sociedades son las que marcan lo que está correcto o no, y esto ha llevado a que algunas zonas del cuerpo se han “tachadas” de mirar.

En el estudio realizado por Canales et al. (2013) también destacan que otro de los aspectos que produce este sentimiento de comodidad es la ausencia visual en los alumnos, debido a que le facilita la concentración y fluidez motriz.

Otros estudios, como los que expusieron Torrents et al. (2011) en su investigación, pudieron observar como las emociones negativas más comunes que les provocaban las tareas, era sentir vergüenza al intentar exponerse con su cuerpo, especialmente en la fase de iniciación.

En cuanto a las emociones relacionadas con la persona que realiza el rol de observador en esta interacción visual, en el estudio de Canales (2009) se expone que el observador siente una supremacía cuando observa a sus compañeros. Así también se destacan aspectos que el observador ve de la praxis de sus alumnos, entre los que se destacan la singularidad motriz y el mimetismo, así como también la inhibición y la desinhibición en el alumnado y diferencias de género en cuanto a la praxis, destacando que el género femenino tiene más recursos para desenvolverse en estas tareas.

Además, en este estudio, también se han clasificado ciertos factores que hacen que este observador se sienta cómodo, destacando entre ellos, observar con alguien de confianza, observar a alguien de su mismo sexo, así como observar acompañado (Canales,2009).

En el estudio de Canales et al. (2013) otro aspecto que destacan del observador es que este siente empatía cuando observa una restricción motriz en su compañero. Además, de que este siente más libertad para observar cuando en la tarea no existe una reciprocidad visual, debido a que el observado lleva los ojos tapados.

Por lo tanto, como expusieron Torrents et al. (2011), la percepción subjetiva de la tarea y las emociones que desencadenan estas, dependen de la relación del alumnado con sus compañeros, con el tiempo, espacio y objetos. Siendo la interacción visual, el gran factor desencadenante de estas emociones.

## **2.7 Propuesta del presente estudio**

En este trabajo se pretende conocer como la interacción visual influye en el compromiso emocional del alumnado en las clases de expresión corporal. Las tareas que vivencian los alumnos parten de la propuesta pedagógica de Canales (2010a, 2010b).

Por tanto, la hipótesis que se plantea es: La interacción visual condiciona el comportamiento práxico del alumnado en las clases de expresión corporal.

### **3. Método**

#### **3.1 Participantes**

Los 35 alumnos participantes de la asignatura de expresión corporal incluida en la mención de Educación Física del curso académico 2016/2017 que se imparte en la Facultad de Educación de la Universidad de Zaragoza, han sido el objeto de estudio de esta investigación.

La muestra se ha seleccionado a partir de dos criterios, el grado de participación y la expresión escrita. El primero de ellos hace referencia a la asistencia a las sesiones prácticas de la asignatura de expresión corporal, donde solo las personas que asistieron a más del 80% de las 13 sesiones, podían tener una visión general de la asignatura (Canales et al. 2013). El segundo de ellos, la expresión escrita, hace referencia a una adecuada redacción que permitiese ahondar en las descripciones de las vivencias de los alumnos, así como conocer su percepción sobre las tareas expresivas (Canales et al. 2013).

Por tanto, la muestra seleccionada es de carácter no-aleatorio, ya que fueron excluidos 5 sujetos por no cumplir con el primer criterio, el grado de participación, formando por lo tanto un total de 30 sujetos, de los cuales 13 son hombres y 17 mujeres, con una medida de 23,26.

Hay dos aspectos de nuestros participantes que van a influir en los resultados de esta investigación. El primero de ellos es la cohesión del grupo clase y el segundo sus experiencias con la expresión corporal.

Con el primero de ellos nos referimos a que los alumnos llegan el primer año a la universidad sin conocer a nadie, creando sus primeras amistades en el grupo que han elegido ese año. Esto lleva a que la mayoría en el resto de los años de la carrera se matriculen en el mismo grupo, y ya no solo por sus amistades, sino porque a lo largo de ese primer año, las otras personas de esa clase se convierten en gente conocida con el que ya tienen un grado de confianza y comodidad. De ahí que en los alumnos se va creando el sentimiento de pertenecer a un grupo en concreto, como el que por ejemplo se tenía cuando en primaria pertenecías siempre a la clase A. En cambio, esto en cuarto de carrera cambia, debido a que los grupos se crean por menciones y, por lo tanto, ya no son los mismos de los años anteriores, creándose una nueva clase. Esto es importante, porque en las sesiones de expresión como vamos a ver, el grado de confianza y comodidad entre los alumnos es muy importante y al ser un nuevo grupo formado por alumnos que la mayoría

no se conocen entre ellos, va a hacer que, sobre todo se en las primeras sesiones, se sientan más incómodos e inhibidos.

Y el segundo aspecto también importante, es que la mayoría de los alumnos las primeras experiencias que han vivido con la expresión corporal han sido en la asignatura anual obligatoria de Educación Física de tercero de carrera. Donde los contenidos prácticos tratan sobre los dominios de acción motriz de Parlebas (1999), en el que la expresión corporal es uno de ellos y con los que se tuvo un mínimo de contacto en las sesiones prácticas, pero sin llegar a profundizar sobre estos. Por tanto, exceptuando las pocas sesiones sobre la expresión corporal que han tenido en esta asignatura y lo que hayan podido trabajar de expresión en Secundaria, el perfil del alumnado que participó tuvo sus primeras experiencias con la expresión corporal en estas sesiones.

### 3.2 Variables

La variable independiente es una propuesta de intervención didáctica de expresión corporal (Canales, 2010a;2010b), que la concibe como vehículo de desarrollo de la desinhibición, la creatividad y la singularidad motriz. (Canales et al. 2013). La propuesta se estructura en tres fases de actuación (Canales, 2010a;2010b): exploración, expresión y comunicación.

FASES	CONTENIDOS	OBJETIVOS
EXPLORACIÓN	Conciencia corporal	Explorar las posibilidades motrices
EXPRESIÓN	Movimiento Espontáneo	Expresarse de forma espontánea
COMUNICACIÓN	Código	Codificar el gesto

*Figura 1: propuesta pedagógica Canales(2010a:2010b)*

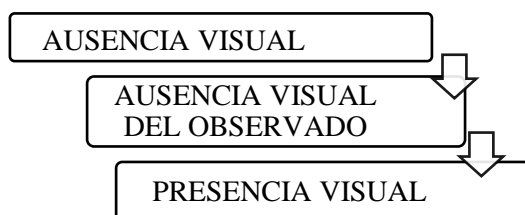
La primera fase, exploración, tiene como objetivo desarrollar aquellos aspectos que contribuyen a la consolidación de la conciencia corporal, es decir, se pretende que el alumno alcance un exhaustivo conocimiento de las posibilidades y limitaciones corporales imprescindibles para conseguir los objetivos de las siguientes fases (Canales, 2010a ;2010b).

Los contenidos de esta fase se organizan en tres bloques, aquellos que hacen referencia a las funciones perceptivo-motrices, que dentro de este bloque los objetivos serían que los alumnos tomarán el control de la respiración, del tono muscular, de la conciencia corporal (imagen corporal y esquema corporal (referencia) para explicar que es cada cosa), la



estructura espacial y la coordinación. Siguiendo con las funciones físico-motrices, que hacen referencia a la movilidad articular, es decir, a explorar los rasgos de movimiento de las articulaciones. Y, por último, el bloque de las funciones cognitivas, donde estarían la mirada y el tacto.

Dentro de esta fase, las tareas se organizan según las posibilidades de interacción visual, así nos encontramos con tres unidades que tienen una progresión de menor a mayor compromiso:



*Figura 2: elaboración propia*

Las primeras tareas que se proponen son con ausencia visual, donde todos los alumnos en el desarrollo de las tareas de expresión permanecen con los ojos tapados, como son las primeras tareas, el hecho de llevar los ojos tapados va a facilitar que el alumno se sienta más cómodo. Las segundas tareas que se proponen son con ausencia visual del observado, es decir, se propone situaciones en las que se van a trabajar durante toda la sesión en pareja o en grupo, y uno o varios de ellos van a llevar los ojos tapados, mientras otros no. Esto va a facilitar tanto a los alumnos que llevan los ojos tapados, ya que se puedan concentrar en la tarea, como a los otros, ya que pueden sentirse libres para mirar a su compañero. Y, por último, las terceras tareas que se proponen ya son con presencia visual por parte de todos los alumnos, quizás estas sean las que mayor compromiso social tienen, ya que hasta ahora, no se han tenido que exponer por completo a la mirada de los demás debido a que existía algo de ausencia visual que facilitaba esta exposición.

La segunda fase, expresión, tiene como objetivo principal descubrir la necesidad de expresarse motrizmente, de manera espontánea. En esta fase, se presentan al alumno una serie de estímulos que desencadenen en un movimiento espontáneo. Estos estímulos pueden ser imágenes, textos, sonidos, música... (Canales, 2010a; 2010b).

Y por último la tercera fase, comunicación, tiene como objetivo la codificación del gesto, es decir, se pretende que el alumno transmita un mensaje a través de su cuerpo. Por lo que el contenido de esta última fase será el código, y en las tareas propuestas, el alumnado

tendrá que organizar la espontaneidad del gesto expresivo para convertirlo en un gesto comunicativo para que sea comprensible por el receptor (Canales, 2010a; 2010b).

Esta propuesta fue llevada a cabo a través de 13 sesiones prácticas, aplicadas en dos sesiones semanales con una duración de una hora, donde estas fases se distribuyeron de la siguiente manera:

	Sesión 1	Tareas con ausencia visual
	Sesión 2	Tareas con ausencia visual y tacto con objetos
Fase exploración	Sesión 3	Tarea con ausencia visual y tacto interpersonal
	Sesión 4	Tarea con ausencia visual del observado
	Sesión 5	Tarea con presencia visual
Fase expresión	Sesión 6	Tarea estímulos cromáticos
	Sesión 7	Tareas de codificación del gesto
	Sesión 8	Tarea de codificación con sonido
	Sesión 9	Tarea de codificación técnica clown
Fase comunicación	Sesión 10	Match de improvisación
	Sesión 11	Ritmo
	Sesión 12	Baile
	Sesión 13	Representación

*Figura 3: Distribución de las sesiones según Canales (2010a;2010b)*

Por tanto, la variable dependiente es la interacción visual, experimentada en las sesiones prácticas de la asignatura.

### **3.3 Instrumentos**

El instrumento de recogida de datos que se ha utilizado ha sido los diarios de prácticas que realizaron los alumnos. Estos diarios han dado la posibilidad de conocer las vivencias de cada alumno de una manera más personal, ya que en él han reflejado las sensaciones y emociones que han tenido a lo largo de las sesiones prácticas de expresión corporal.

Para analizar estos testimonios, se utilizó un sistema de categorías, el cual se elaboró partiendo de un modelo teórico sobre el objeto de estudio propuesto por Canales et al. (2013). Este sistema de categorías cumple los requisitos planteados por Heineman (2003), ya que, refleja las intenciones de la búsqueda, por lo que se adecua al objeto de estudio (Canales, et al. 2013). El sistema de categorías elaborado fue el siguiente:

DIMENSIÓN	CATEGORIAS	INDICADORES
1.Interacción visual	1.1 Fase exploración	1.1.1 Observado en tareas con ausencia visual. 1.1.2 Observador en tareas con ausencia visual. 1.1.3 Observado en tareas con ausencia visual del observado. 1.1.4 Observador en tareas con ausencia visual del observado. 1.1.5 Observado en tareas con presencia visual. 1.1.6 Observador en tareas con presencia visual.
	1.2 Fase expresión	1.2.1 Observado en tareas con presencia visual. 1.2.2 Observador en tareas con presencia visual.
	1.3 Fase comunicación	1.3.1 Observado en tareas con presencia visual. 1.3.2. Observador en tareas con presencia visual.

*Figura 4: Sistema de categorías*

A continuación, se va a explicar la dimensión con las tres categorías propuestas y los indicadores que pertenecen a cada una de ellas.

#### 1. Dimensión: Interacción visual.

La dimensión de este sistema de categorías es la interacción visual, ya que el objetivo de este estudio es ver como esta interacción visual influye en la emotividad de los alumnos. Esta es posibilitada por la acción de mirar, la cual permite que haya una interacción entre el observador y la persona observada.

A lo largo de las sesiones, esta interacción visual que van a experimentar los alumnos, esta desglosada en tres categorías que siguen una progresión de menor a mayor compromiso. Como estas fases se han explicado extensamente en el apartado variables, se van solo a recordar brevemente:

1.1 Fase de exploración: el objetivo de esta fase es que el alumno tome conciencia de su cuerpo, con tareas que le permitan explorar sus posibilidades corporales, como, por ejemplo, el control de la respiración, del tono muscular, la conciencia corporal, etc.

Por lo que, dentro de esta categoría, los indicadores que se han analizado siguen una progresión en sus tareas, proponiendo primero tareas con ausencia visual, posteriormente tareas con ausencia visual del observado y, por último, tareas con

presencia visual. Y dentro de estas tareas se han distinguido entre el papel de observado y papel de observador ya que son los protagonistas de la interacción, dando lugar a un total de 6 indicadores para esta fase:

*1.1.1 Observado en tareas con ausencia visual:* este indicador hace referencia a aquellos testimonios en los que los alumnos explican cómo se han sentido bajo este rol, al realizar las tareas con los ojos tapados. La mayoría de estas tareas se realizan de manera individual. Por ejemplo, una de las tareas que pertenecen a este indicador cuyo objetivo es explorar la movilidad de las articulaciones se llama la “Secuencia de segmentos”. Esta consiste en que el alumno se encuentra de pie y tiene que ir realizando en un orden diferentes movi­lidades de las articulaciones, primero las falanges de los dedos, muñecas, brazos, hombros... así hasta llegar a los tobillos y desde ahí vuelta hacia las falanges de los dedos.

Una referencia categorizada en este indicador, ya que nos explica cómo se ha sentido bajo el rol de observado en esta tarea sería la de Víctor: *“me he sentido como liberado a la hora de mover las diferentes partes del cuerpo ya que estábamos con los ojos cerrados y me sentía menos intimidado porque nadie me veía.”*

*1.1.2 Observador en tareas con ausencia visual:* este indicador engloba las mismas tareas que el anterior, pero en él, se recogen las referencias desde el punto de vista del observador, aspectos que ha podido percibir de sus compañeros o sensaciones que ha sentido desde este rol.

Un ejemplo de otra tarea de ausencia visual es la “Posturas estáticas exploradas” donde se realiza en parejas y los dos con los ojos tapados. Esta tarea consiste en que uno de la pareja hace de “muro” colocándose en una postura y el otro, el “explorador”, tiene que ir echando el peso de diferentes maneras sobre el “muro”. El que hace de “muro” se tiene que ir moviendo.

Así una referencia relacionada con este rol se encuentra en el diario de Martín, el cual relata: *“Cuando mi rol pasa a ser el de “explorador” tomo consciencia de cierta incomodidad, vergüenza quizá.”*

1.1.3 *Observado en tareas con ausencia visual del observado:* Este indicador hace referencia a los testimonios procedentes de cómo se han sentido desde el rol de observado con ausencia visual, mientras los observadores podían verlos.

“El espejo ciego” es un ejemplo de tarea de este indicador que consiste en que, por parejas, la persona que realiza el rol de observado con ausencia visual tiene que ir realizando movimientos que el observador tiene que imitar.

Así Luis nos explica cómo se ha sentido en esta tarea: *“Me resultó cómodo el ejercicio al hacerlo al comienzo con un compañero con el que tengo confianza de otros años. Al cambiar de parejas y tener que hacer movimientos con los ojos tapados tuve más pudor y vergüenza al no saber a quién tenía enfrente. En el cambio de pareja me sentí incomodo y tenía la curiosidad de saber qué persona tenía enfrente imitándome”*.

1.1.4 *Observador en tareas con ausencia visual del observado:* En cambio, este indicador hace referencia a como los alumnos se han sentido desde el rol de observador en las mismas tareas. Es decir, como se han sentido al tener a un compañero delante con los ojos tapados, así como lo que han percibido de sus compañeros, tanto los que tenían su mismo rol, como los que realizaban el rol de observado.

Vamos a ver un ejemplo de una referencia que trata sobre la misma tarea del indicador anterior “El espejo ciego”, pero las sensaciones son explicadas desde el rol de observador.

*“Cuando soy yo el que imita también me lo paso bien. Me gusta analizar el repertorio de movimientos de mis compañeros y valorar que tal se les da la expresión corporal. Descubro que hay compañeros que lo hacen bastante bien y otros no tanto.”* (Martín)

1.1.5 *Observado en tareas con presencia visual:* En este indicador se categorizan aquellas referencias en las que los alumnos relatan cómo se han sentido desde el papel de observado en tareas con presencia visual, donde ya no existe la ausencia visual.

“El pasillo visual” es una de las tareas que pertenecen a este indicador. Consiste en que se hacen dos filas enfrentadas, dejando un hueco en

medio, donde se va pasando de uno en uno hasta llegar al final, donde te vuelves a colocar en la fila.

Un ejemplo de cómo se han sentido en esta tarea en el rol de observado, lo relata Verónica *“dos filas enfrentadas dejando un hueco en medio. Por el pasillo van pasando todos de uno en uno. Cuando lo realicé no sabía qué hacer si saludar, si andar normal, si bailar, ... Me sentí muy observada y me dio un poco de vergüenza, tanto que ni yo misma me lo esperaba.”*

*1.1.6 Observador en tareas con presencia visual:* Este indicador al igual que el anterior, también hace referencia al mismo tipo de tareas, pero en él se encuentran testimonios relatados desde el rol de observador, en el que nos cuentan lo que han sentido o han percibido de sus compañeros.

Con la misma tarea del apartado anterior, “El pasillo visual”, encontramos una referencia de una alumna que sería un ejemplo de este indicador, ya que está relatando cómo se ha sentido desde el rol de observador: *“En el rol del observador me he sentido muy cómoda porque solo tenía que mirar a un compañero que recorría el pasillo y todos mis compañeros realizaban el mismo rol que yo.”* (Esther)

1.2 Fase expresión: en esta fase se busca el movimiento espontáneo. Las tareas de esta categoría se centran en presentar estímulos al alumnado como sonido, colores, textos para que exprese con su cuerpo lo que le suscita ese estímulo.

A diferencia de la anterior fase, aquí no hay una progresión en cuanto a la interacción visual, ya que todas las tareas se realizan en presencia visual, de ahí que solo haya dos indicadores en esta fase:

*1.2.1 Observado en tareas con presencia visual:* Este indicador se referencian aquellas vivencias que tratan sobre cómo se han sentido al tener que expresar lo que les suscita un estímulo delante de sus compañeros.

Así podemos ver un ejemplo en esta referencia, que trata sobre la tarea “Coreografía cromática” la cual consiste en que por parejas tienen que pensar rápidamente tres posturas que les suscite cada color y luego representarlo a la clase.

*“En el momento de representar las posturas delante de la clase, no siento vergüenza porque ya lo han hecho antes todos mis compañeros y además pienso que no están muy atentos en mí.”* (Andrea)

1.2.2 *Observador en tareas con presencia visual:* En cambio en este, se referencian aquellos testimonios que relatan cómo se han sentido observando como un mismo estímulo suscita diferentes sensaciones a sus compañeros, así como también observar el comportamiento práctico de sus compañeros al tener que exponerse a unos observadores.

De la misma tarea del indicador anterior, podemos ver un ejemplo de una referencia que nos expresa como se ha sentido desde el otro rol, el de observador:

*“He disfrutado tanto representando como viendo las representaciones de los demás”* (Alicia)

1.3 Fase de comunicación: esta fase el objetivo es la codificación del gesto, es decir, en las tareas de esta fase el alumno tiene que transmitir un mensaje, por lo que aparecen el rol de actor y el rol de público.

Al igual que en la fase anterior, todas las tareas se realizan en presencia visual, de ahí que solo haya dos indicadores para esta categoría:

1.3.1 *Observado en tareas con presencia visual:* Este indicador recoge aquellos testimonios de cómo los alumnos se han sentido al tener que transmitir un mensaje a través del cuerpo a sus compañeros, es decir, sensaciones relacionadas con el rol de actor.

Un ejemplo de una tarea de la fase de comunicación es la “Representación facial”, la cual consiste en que los alumnos se organizan en grupos y tienen que representar una historia utilizando solo la cara, es decir, a través de la expresión facial y utilizando alguna onomatopeya.

Un ejemplo de una referencia que se categoriza dentro de este indicador, ya que nos está explicando cómo se ha sentido desde el rol de actor, es la siguiente: *“Por último, con la “representación facial” me asusté un poco porque hacerlo delante de toda la clase me daba de nuevo vergüenza.”* (Manuel).

1.3.2 *Observador en tareas con presencia visual*: Al contrario que el anterior, se categorizan aquellas referencias que tienen que ver con el rol de público, es decir, de cómo se han sentido en este rol y lo que han podido percibir de la praxis de sus compañeros.

Si tomamos de ejemplo la misma actividad del indicador anterior, una referencia que pertenecería a este indicador debido a que nos está expresando como se ha sentido desde el rol de público es la expuesta por Marta: *“Tan sólo hemos podido llevar la actividad usando el rostro y ruidos onomatopéyicos. Cuando he sido observadora he disfrutado mucho de las representaciones de los compañeros”*

Por lo tanto, las categorías e indicadores de este sistema nos permiten poder realizar un análisis de los diarios de la manera más exhaustiva posible, así como adecuarlos al objetivo de estudio.

Para analizar el contenido se ha utilizado el programa QSR-NVIVO 11 diseñado para el análisis de datos en investigaciones basadas en métodos cualitativos. Esta herramienta te permite crear tu sistema de categorías para ir codificando los fragmentos según este. Además, te posibilita un registro cuantitativo de cada uno de los indicadores, donde aparece el número de codificaciones de ese indicador, el porcentaje con respecto a los otros indicadores, etc.

### **3.4 Procedimiento**

Para la realización de los diarios de cada sesión práctica, se les dejaba a los alumnos cinco minutos al final de la sesión, para que pudiesen anotar los aspectos experimentados en las diferentes tareas. Aunque la redacción final de estos fue fuera del aula.

En la elaboración del diario no se exigió ninguna estructura a seguir, de ahí que el contenido y la forma se realizará libremente por los alumnos. Solo se les pidió que las descripciones fuesen lo más fieles posible a la realidad vivenciada.

El diario formó parte de la evaluación de la asignatura, valorando la profundidad de las descripciones y excluyendo la valoración de las tareas o de los procedimientos pedagógicos (Canales et al. 2013).

El procedimiento de análisis de contenido tuvo diversas fases:



En un primer momento, el sistema de categorías se centró en la interacción visual y tacto, pero solo de una dimensión, la fase de exploración.

Al realizar una primera lectura de los diarios, nos dimos cuenta de que se podía introducir dos dimensiones más, la fase de exploración y la fase de comunicación, pero centrándonos solo en la interacción visual, debido a que sino el objeto de estudio sería muy amplio. Así pues, el resultado final, fue el sistema de categorías expuesto en el apartado anterior.

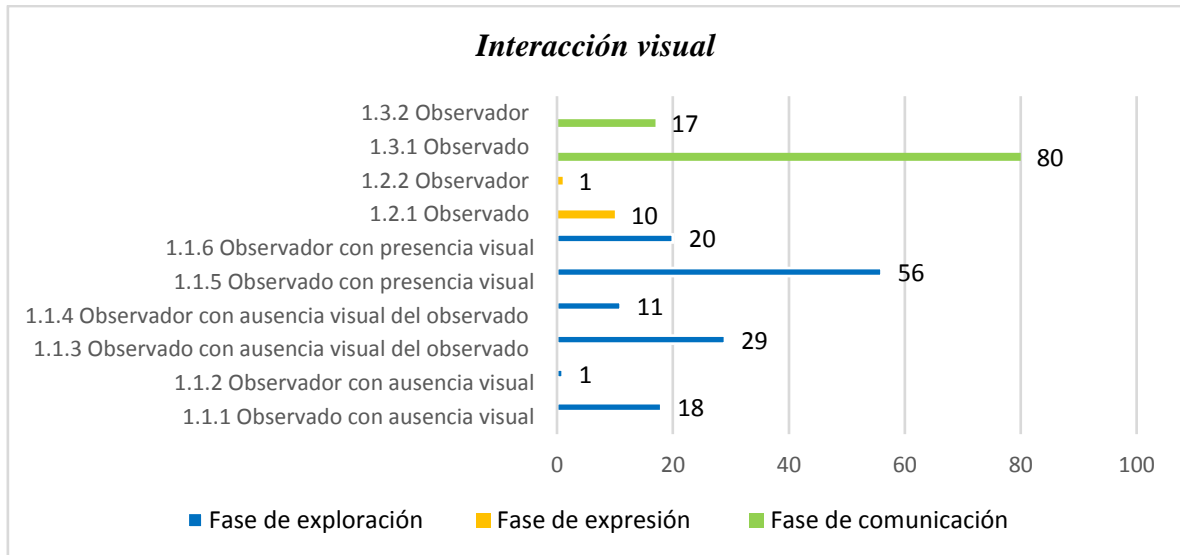
Se paso a una segunda lectura, que en un primer momento fue una prueba piloto con diez diarios, para posteriormente pasar a la lectura de todos. Además, para facilitar el análisis se realizó una leyenda asignando un color a cada indicador. De esta manera, cada referencia encontrada se subrayaba según el color del indicador.

Por último, se introdujo los datos en el programa QSR-NVIVO 11, que te permite crear un sistema de categorías a partir de nodos, y codificar la información a través de un fácil sistema que te da la opción de seleccionar y arrastrar al nodo correspondiente, la referencia del alumnado seleccionada. Además, te agrupa en un documento todos los testimonios encontrados de cada nodo, así como el total de referencias que se han codificado. Esto permitió la creación de gráficos para facilitar la interpretación de los resultados, proceso que se realizó lo primero, debido a que era una versión de prueba de 15 días.

## 4. Resultados

### 4.1 Resultados generales

Se han categorizado en los diarios un total de 131 referencias relacionadas con las categorías de análisis de investigación.



*Figura 5: Número de referencias por indicador*

Como podemos comprobar en la figura 1 los indicadores con un porcentaje más alto, es decir, aquellos que tienen un mayor número de referencias son el 1.3.1 y 1.1.5. Ambos están relacionados con testimonios en los que los alumnos relatan cómo se han sentido en el papel de observado en tareas con presencia visual. En concreto, el porcentaje más alto, 1.3.1 pertenece a la fase de comunicación, siguiéndole el 1.1.5 que pertenece a la fase de exploración.

Por el contrario, los indicadores con una única referencia y por lo tanto con el porcentaje más bajo, han sido el 1.1.2 y 1.2.2. Además, podemos ver que la fase de expresión (1.2.1 y 1.2.2) es de la que menos testimonios se han encontrado en comparación con las otras dos fases, esto es debido a que de esta solo se realizó una sesión.

A continuación, se presentan tres gráficos circulares individuales de cada fase con los indicadores pertenecientes a cada una de ellas.

En primer lugar, la figura 6 hace referencia a los indicadores de la fase de exploración. Podemos observar como hay un indicador que sobresale sobre los demás, en concreto con un 56% de referencias. Este es el 1.1.5, que hace referencia al papel de observado

en tareas con presencia visual. Sin embargo, encontramos un indicador con una única referencia, el 1.1.2 observador en tareas con ausencia visual.

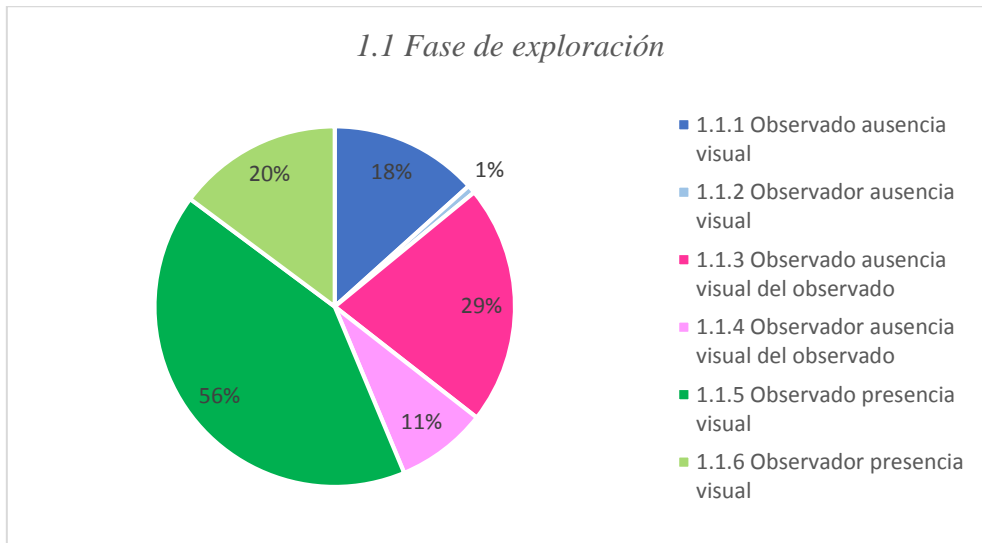


Figura 6: Porcentaje de referencias en la fase de exploración

Siguiendo con la fase de expresión, como he nombrado anteriormente, es la que menos referencias tiene en comparación con las otras debido al escaso número de sesiones realizadas. En esta fase se categorizan dos indicadores el de observador (1.2.1) con un porcentaje de un 1% y el de observado (1.2.2) con un porcentaje de un 10%.

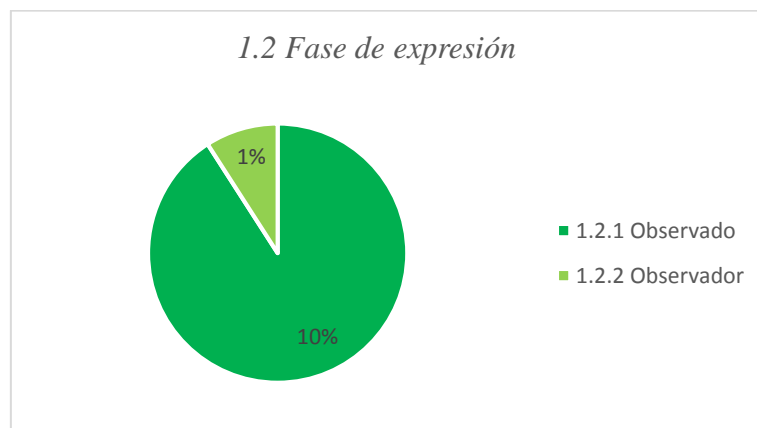
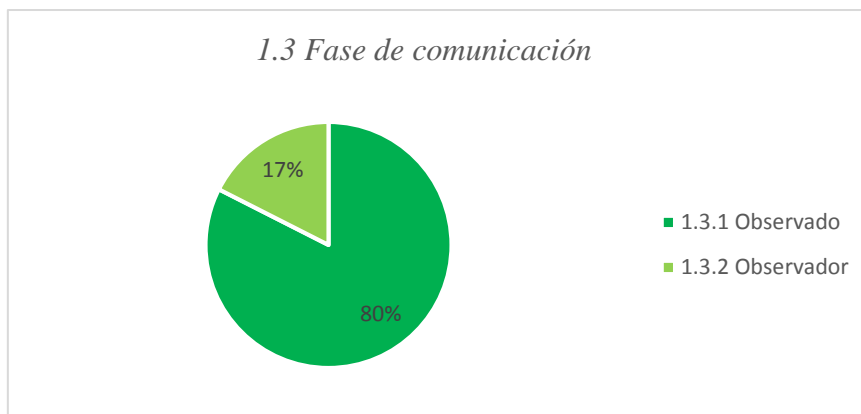


Figura 7: Porcentaje de referencias fase de expresión

Y, por último, en la fase de comunicación también tenemos solo dos indicadores, aunque en estos sí que encontramos más referencias, como se muestra en la figura 8 donde podemos ver que el indicador 1.3.1 es el porcentaje más alto encontrado de todas las fases, con un 80% de referencias. Aunque también está el indicador 1.3.2 con un 17% de referencias, un resultado parecido a otros indicadores.



*Figura 8: Porcentaje de referencias fase comunicación*

## **4.2 Resultados específicos**

Una vez vistos los resultados generales, pasamos a analizar uno por uno cada indicador de cada fase.

### **4.2.1 Fase exploración.**

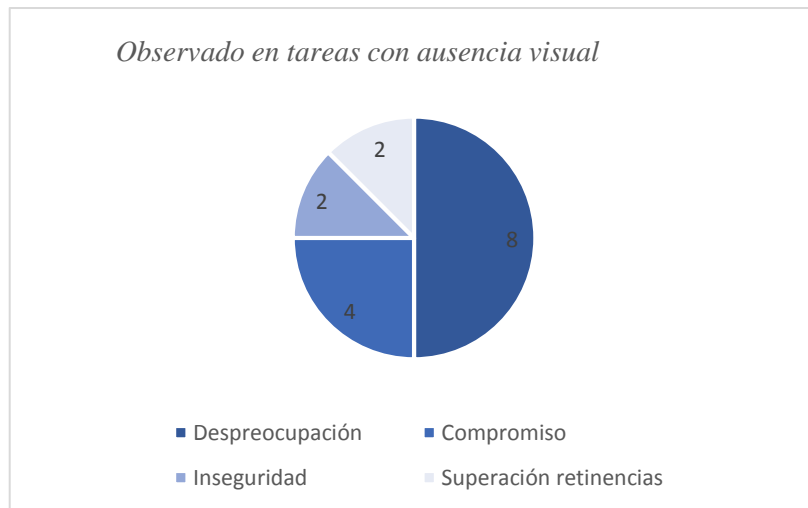
Las tareas de esta fase tienen como objetivo la conciencia corporal, presentando tareas en las que los alumnos tienen que tomar conciencia de la respiración, del tono muscular, espacial, explorar los movimientos de las articulaciones, así como que comenzar a experimentar con los roles de emisor/ receptos a través de la mirada.

#### ***4.2.1.1. Observado en tareas con ausencia visual. (1.1.1)***

En este indicador quedan recogidas las experiencias que los alumnos han experimentado tras sentirse observado en tareas con ausencia visual, es decir, donde todos estaban con los ojos tapados.

El total de referencias que se han obtenido han sido 18. En dichas referencias los alumnos hacen una valoración de cómo se han sentido en las diferentes tareas, destacando experiencias tanto positivas como negativas, donde han sentido compromiso, despreocupación, inseguridad, relajación, etc.

Como se muestra en la figura 9, las referencias recogidas se centran en la despreocupación del que dirán, compromiso, inseguridad, y una superación de las reticencias que los lleva a un impedimento de poder disfrutar en la realización de las tareas.



*Figura 9: Gráfico resultado indicador observado en tareas con ausencia visual*

*Despreocupación.*

Algunos alumnos valoran de manera positiva la ausencia visual, ya que de esta manera no te sientes enjuiciado y sientes más libertad para poder realizar las tareas: “Gracias a que los ojos estén cerrados es mucho más sencillo, ya que no te sientes observado y puedes moverte con más libertad.” (Esther), así también lo manifestaba Lorena: “Me gusta el realizar una progresión en el movimiento y poder hacer lo que yo quiera sin sentirme juzgada y por primera vez sentir libertad.”

A otros también les hacían sentirse relajados y cómodos a la hora de realizar las tareas como es el caso de Ana: “A lo largo de la sesión me he sentido muy cómoda ya que todos los compañeros teníamos los ojos tapados por lo que no existían miradas que me cohibieran en cierto modo el movimiento.” Así como también de Mariló: “Además, he estado muy relajada en el desarrollo de esta tarea ya que era una tarea individual que se realizaba con los ojos vendados por lo que mis compañeros no podían observar cómo me movía.” (Mariló).

Además, en algunos alumnos esta ausencia visual les proporcionaba seguridad como le pasa a Elena: “En secuencia de segmentos en ciertos momentos he sentido vergüenza puesto que realizar movimientos, los cuales no tenían que ser estéticos sino como un “engrasamiento de las articulaciones”, me sentía algo extraña, sin embargo, el hecho de llevar los ojos tapados me ha dado una mayor seguridad a la hora de llevar a cabo la actividad y también para conseguir centrarme”

### *Compromiso.*

Hay testimonios que reflejan valoraciones negativas ante la ausencia visual, ya que a pesar de que nos los ven, algunos afirman sentir vergüenza como Martín: “podíamos mover las zonas corporales que quisiéramos para que no se cayera. Al principio me costó bastante realizar el ejercicio porque no llegaba a imaginarme la situación, además de la vergüenza que me daba hacerlo, por mucho que fuéramos con los ojos tapados. Conforme se iba desarrollando el ejercicio fue haciéndolo, pero sin llegar a realizarlo plenamente. Aunque estuviéramos con los ojos vendados pensaba no me daba confianza el hacerlo, pensaba que podía haber alguien viéndome.” Aunque esta vergüenza también cambia según la tarea propuesta como le pasa a Luis, donde en una tarea afirma no sentir vergüenza: “Soy consciente de que mis compañeros tienen los ojos tapados y no siento vergüenza por realizar este ejercicio, cierto es que tampoco me muevo mucho” en cambio en otras expresa: “En este ejercicio pese a la ausencia de visión de todos los compañeros, no puedo evitar sentir algo de vergüenza. Me creo un poco estúpido por moverme con gestos tan torpes y poco estéticos. No obstante, a medida que avanza el ejercicio y se van activando los segmentos de movilidad voy olvidando las reticencias”

Esta ausencia visual hace que también haya alumnos que se sientan retraídos, que no puedan moverse libremente como es el caso de Macarena: “Algunas veces me consideraba retraída a la hora de mover el cuerpo a pesar de que mis compañeros no podían verme.”

### *Inseguridad.*

Siguiendo con valoraciones negativas, encontramos a alumnos que a diferencia de otros sienten una gran inseguridad al tener los ojos tapados como es el caso de Sonia: “El tener los ojos cerrados me provoca inseguridad, sí que es verdad que puede evitar en cierto modo la vergüenza, pero por otro lado esa vergüenza que aparece por un lado es esa falta de seguridad que crea el no ver.” u otros como le pasa a Julia que sienten una confrontación ya que por un lado la ausencia visual le ayuda a sentirse libre y no juzgada, pero por otro no se siente cómoda: “También hemos trabajado con los ojos vendados que, por una parte me agrada, ya que los compañeros no pueden ver lo que hago y puedes hacer lo que te plazca, pero por otro, me desorienta un poco y no me siento segura conmigo misma "¿Estará bien lo que hago?"

### *Superación de las reticencias.*

Si es cierto que ha habido alumnos que la ausencia visual les ha producido inseguridades, vergüenza, compromiso...etc., estos al ir avanzando en la realización de las tareas han empezado a sentirse más cómodos, a olvidarse de estas reticencias que les estaban impidiendo moverse libremente: “En este ejercicio pese a la ausencia de visión de todos los compañeros, no puedo evitar sentir algo de vergüenza. Me creo un poco estúpido por moverme con gestos tan torpes y poco estéticos. No obstante, a medida que avanza el ejercicio y se van activando los segmentos de movilidad voy olvidando las reticencias.” (Luís). Lo mismo le pasa a Martín, donde al principio le suponía un gran compromiso estar delante de la clase, pero: “poco a poco iba soltándome y siendo consciente de que no podían verme mis compañeros.” o como le pasa también a Macarena “conforme avanzaba la sesión fui cogiendo más confianza y empecé a sentirme más cómoda y a apreciar más la clase.”

#### ***4.2.1.2 Observador en tareas con ausencia visual. (1.1.2)***

Como se ha podido ver antes en los resultados generales, hay dos indicadores con un porcentaje muy bajo, apenas con una sola referencia. Este es uno de ellos, en él se presentan las mismas tareas del apartado anterior, pero se pretende que los alumnos las vivencias desde el otro rol, el rol del observador. Probablemente al ser tareas que se caracterizan por la ausencia visual, los alumnos se centran más en explicar cómo se han sentido ante esta ausencia que como han sentido a sus compañeros, ya que al llevar los ojos tapados quizás el rol de observador es más difícil.

La única referencia que se ha encontrado de este indicador es la expuesta ahora: “Cuando mi rol pasa a ser el de “explorador” tomo consciencia de cierta incomodidad, vergüenza quizá.” (Luís)

#### ***4.2.1.3 Observado en tareas con ausencia visual del observado. (1.1.3)***

En este indicador quedan recogidas aquellas vivencias en las que los alumnos tienen el rol de observado con ausencia visual mientras les están observando compañeros que no tienen los ojos tapados. Es decir, las referencias encontradas que han sido 29, expresan lo que han sentido al llevar los ojos tapados y no ver a la persona que tenían delante.

En los diferentes testimonios hay valoraciones en las que la ausencia visual les ha hecho sentir sensaciones positivas, en cambio a otras sensaciones negativas. Por lo

que las referencias extraídas de los diferentes diarios como se pueden ver en la figura 10 se centran en sensaciones de comodidad y sensaciones de intimidación.

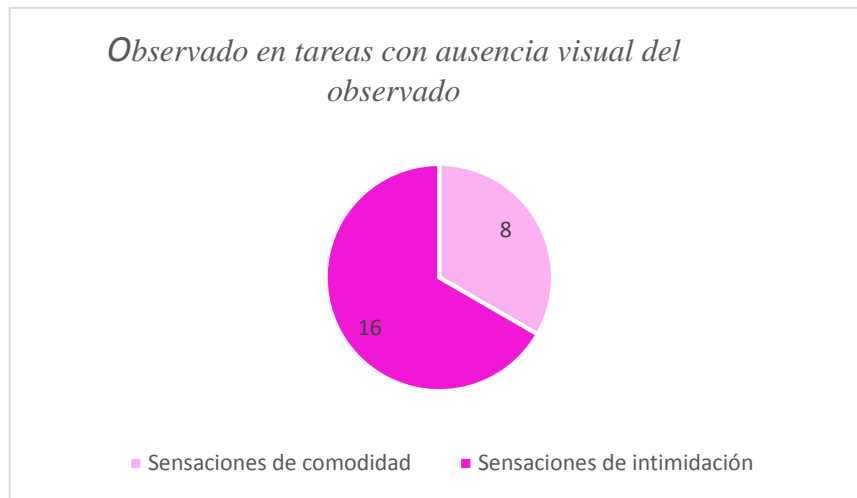


Figura 10: Gráfico de resultados observado en tareas con ausencia visual del observado

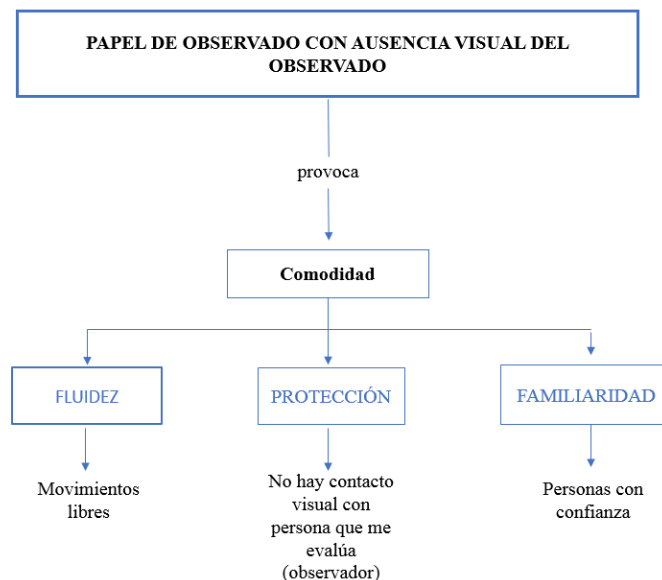
#### *Sensaciones de comodidad.*

Hay alumnos que han valorado las tareas de hacer el papel de observado con ausencia visual de manera positiva, algunos han expresado que la ausencia visual les ha ayudado a liberarse, ya que como no estaban viendo a la persona que tenían delante, esto les permitía moverse al ritmo de la música, como ha sido el caso de Esther: “En esta sesión, hemos trabajado la desinhibición mirando, pero sin ser vistos. De esta manera ha sido muy cómodo trabajar ya que cuando te tocaba hacer de ciego te movías según el cuerpo te llevaba o sentía” o como también el de Abel: “en el rol con ojos tapados e improvisar movimientos me he sentido liberado de realizar movimientos cotidianos pudiendo hacer gestos que no me habría planteado realizar en ningún otro contexto. Ciertamente, que el tener los ojos tapados me ha ayudado mucho, pues si hubiese estado visualizando a la persona que tenía que repetir mis movimientos me habría cohibido considerablemente.”

A otros alumnos el hecho de llevar los ojos tapados les ha hecho sentirse protegidos ante la mirada de los compañeros como ha sido el caso de Fernando: “Es una sensación diferente en cuanto a realizar una actividad con ausencia visual ya que te cohibes menos porque no estás observando a la otra persona que te está copiando lo que tú estás haciendo, y por tanto te sientes más protegido a la hora de expresarte corporalmente.”



Un aspecto importante que destacar de estas referencias es que el testimonio de los alumnos sobre estas tareas cambia dependiendo de la persona que hacia el papel de observador. Cuando ese compañero era una persona de confianza para el observado, las sensaciones que han tenido han sido de comodidad como es el caso de Martín: “Me resultó cómodo el ejercicio al hacerlo al comienzo con un compañero con el que tengo confianza de otros años” y de Andrea: “al principio me he sentido cómoda con mi compañera ya que tengo mucha confianza con ella y me han salido bastantes movimientos diferentes y creativos”. Pero estas sensaciones cambian cuando se realiza un cambio de pareja, y la persona que tienen enfrente ya no saben quién es o no es una persona de confianza, como vamos a ver en el siguiente apartado, “sensaciones de intimidación”.



*Figura 11: Elaboración propia. Resumen sensaciones de comodidad*

*Sensaciones de intimidación.*

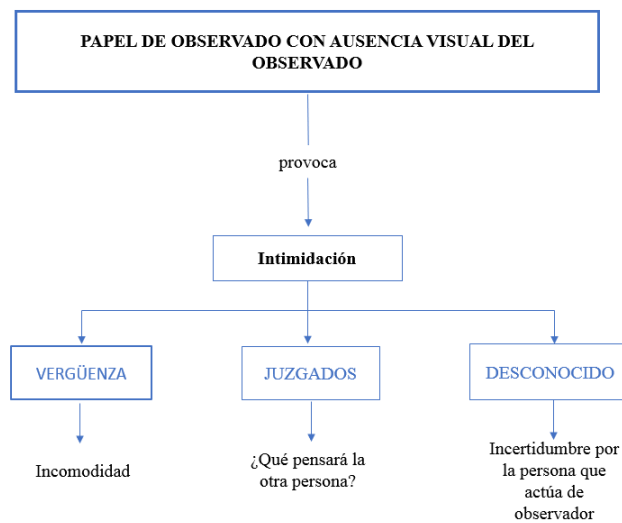
Aunque haya alumnos que la ausencia visual les ha ayudado a olvidarse de la presencia del otro compañero, la mayoría como se muestra en el gráfico figura 10 han tenido sensaciones negativas. En los testimonios las palabras que más se repiten son las de incomodidad y vergüenza, como le pasa a David: “con la actividad “espejo ciego” Durante la sesión anterior comenté que en una actividad introduciría el cambio de pareja, por lo que las variantes introducidas han sido muy buenas, de hecho, cuando

actuaba con los ojos cerrados, aun no viendo quien me hacía el espejo, estaba nervioso y con cierta vergüenza.” O a Laura: “La sensación que tuve durante esta práctica fue extraña, debido a que lo normal creo que sería tener más vergüenza a la hora de realizar los ejercicios sin los ojos tapados, y en mi caso, fue completamente al revés. La sensación de no estar haciendo los movimientos con total libertad debido al bloqueo mental producido por la timidez que me daba el saber que el resto de los compañeros me veía y yo a ellos no.”

También hay testimonios de alumnos, que ante la mirada de los compañeros se sentían juzgados, sentían una constante evaluación que les llevaba a pensamientos sobre qué pensará la otra persona y por lo tanto un bloque en sus movimientos, como ha sido el caso de Jesús: “cuando cambias de rol y te toca ser el observado sin contacto visual, tu percepción cambia, sabes que otra u otras personas te miran e imitan tus movimientos, sientes una autoevaluación constante, ser observado sin recibir feedback, realizas movimientos y otra persona (Sin saber quién es...) te copia, la vergüenza y el qué pensarán de cómo lo estoy haciendo comienza a fluir... en” o el de Laura: “Al principio ese retraimiento en mis movimientos fue muy incómodo porque notaba como el nuevo y desconocido compañero me juzgaba por mis movimientos, aunque no fuese así. El no saber quién es el que tienes enfrente y que te está acompañando en los movimientos me daba una cierta inseguridad tanto en mí misma como hacia el exterior. Aunque después de varias actividades ese temor e inseguridad, se iba convirtiendo en una risa floja que me producía una desconocida seguridad en mí misma.”

Como he comentado anteriormente, dependiendo de la persona, cambiaba la percepción de la tarea, así cuando la persona que tenían delante era un compañero de confianza, se sentían cómodos y desinhibidos, en cambio cuando no sabían quién tenían delante, esa incertidumbre les llevaba a sentir una intimidación e incomodidad en la realización de la tarea como le ha pasado a Esther: “En el momento que más inseguridad he pasado, ha sido cuando estaba en el rol de ciega en el momento de las actividades “espejo ciego” y “generador espacial” ya que había un cambio de pareja y no sabías en que momento tenías ya a alguien observándote y más cuando ese nuevo compañero no te decía algunas palabras para indicar que ya estaba ahí y que podías empezar, y un poco al principio también el no saber a quién tenías delante, que eso en el momento que empezaba a moverme se” o el de Víctor: “me daba vergüenza ser observado por un extraño mientras yo tenía los ojos tapados.” Aunque también ha

habido algún caso de superación de esta intimidación, es decir, a medida que avanzaban las tareas, y como había una progresión, ha habido alumnos que la vergüenza o incomodidad que sentían al principio por la mirada de los demás, iba desapareciendo como le ha ocurrido a Víctor: “Sin embargo, tras un par de cambios y de pasar por el rol de observador en actividades como “espejo ciego”, fui dándome cuenta de que lo importante de la actividad era imitar y que en cierto modo el que tiene los ojos tapados es el que está controlando al observador.”



*Figura 12: Elaboración propia. Resumen sensaciones de intimidación*

#### **4.2.1.4 Observador en tareas con ausencia visual del observado. (1.1.4)**

Los testimonios de este indicador han quedado recogidos en 11 referencias, en las que los alumnos relatan diferentes sensaciones que les ha producido estar en el papel de observador en las diferentes tareas propuestas.

En esta categoría encontramos tanto tareas en las que han tenido que observar a su pareja e imitar sus movimientos, como otras en las que el grupo clase ha tenido que observar a dos compañeros que tenían que pasar por un pasillo con los ojos tapados. Las sensaciones que han sentido han llevado a que las referencias extraídas la mayoría se centren en tres conceptos, alumnos que se han sentido confortables, alumnos que han hecho comparaciones, y otros que han empatizado con sus compañeros. Así se muestra en el siguiente gráfico.



*Figura 13: Gráfico resultados observador en tareas con ausencia visual del observado*

### *Sensación de Confortable.*

Las referencias agrupadas en este concepto tienen que ver con alumnos que se han sentido a gusto en su papel como observadores. Quizás este rol es más fácil que el anterior, ya que solo se tienen que limitar a imitar los movimientos de sus compañeros, así lo detallan Ana o Jesús, “En el “Espejo ciego” el grado de exigencia ha sido mucho mayor a lo que estaba acostumbrada hasta ese momento ya que además de estar emparejada, mi compañera ha podido observarme. Como en el ejercicio anterior hemos realizado el rol de ejecutante y el de alumno-espejo. Cuando he sido la alumna espejo observa a mi compañera sus movimientos sin ningún problema, me he sentido muy cómoda ya que tan solo tenía que imitarla.” (Ana) “observador-imitador es más sencillo y relajado ya que la visión te permite observar al otro, realizar sus movimientos y seguir sus pasos...” (Jesús)

Hay alumnos que han sentido esta comodidad cuando han pasado del rol de observado al rol de observador y se han dado cuenta que todos sus compañeros estaban pasando por lo mismo y que los bloqueos en los movimientos era algo normal en la mayoría de ellos. Esto les ha hecho sentirse aliviados y confortables con la tarea, como ha sido el caso de Lorena: “cambio de rol y puedo ver, empiezo a estar mejor ya que veo que los demás están haciendo lo mismo y que no soy la única que ha tenido bloqueos.”

### *Comparación.*

Hay alumnos que en su papel como observador lo han aprovechado para observar no solo a su pareja sino al resto de parejas y poder analizar lo que hacían como ha sido el caso de Luís que ha descubierto como había compañeros que disfrutaban y lo hacían bien: “Cuando soy yo el que imita también me lo paso bien. Me gusta analizar el repertorio de movimientos de mis compañeros y valorar que tal se les da la expresión corporal. Descubro que hay compañeros que lo hacen bastante bien y otros no tanto.”

Además, también se han hecho comparaciones con otras tareas o roles, ha habido alumnos que al experimentar los dos roles han comparado cual les resulta más sencillo, así como que tareas tienen más compromiso. Así lo ha hecho Lidia, que después de realizar todas las, la tarea del “espejo ciego” es la que produce: “más intimidad en el espejo, porque había dos roles muy claros, el del observador y el del observado, y era una mirada muy directa, pues debía imitar los ejercicios que se realizasen;” o Abel que al ser observador y no participé de la tarea: “Paseo ciego” ha expresado las sensaciones que ha tenido “he podido observar de las otras parejas ha sido un tanto confuso el recibir distintas informaciones de diferentes personas ya que eso les ha hecho dudar de si podían seguir caminando o se encontraban con un obstáculo. Además, por lo que he visto, el ir paseando aún con los ojos tapados, pero con un compañero creaba una sensación de mayor seguridad que si esta actividad se hubiera realizado de manera individual”.

### *Empatía.*

Y por último en este indicador también encontramos referencias que expresan empatía hacia sus compañeros, ya que muchos de ellos han pasado por el rol de observado y comprenden como se puede estar sintiendo, como le ha pasado a Daniel: “yo de observador, he intentado no interactuar de forma alguna con el observado, para que su gestualidad no estuviera condicionada”.

También esta empatía se ha producido cuando en la tarea “Paseo ciego” solo eran dos alumnos los que tenían que ir con los ojos tapados mientras todos observaban como se desenvolvían, esto también ha hecho que compañeros como Martín se hayan puesto en su lugar: “Fue divertido verlos, aunque no me hubiera gustado ser ellos ya que me hubiera agobiado que todo el mundo me estuviera mirando y me liara.”

#### **4.2.1.5 Observado en tareas con presencia visual. (1.1.5)**

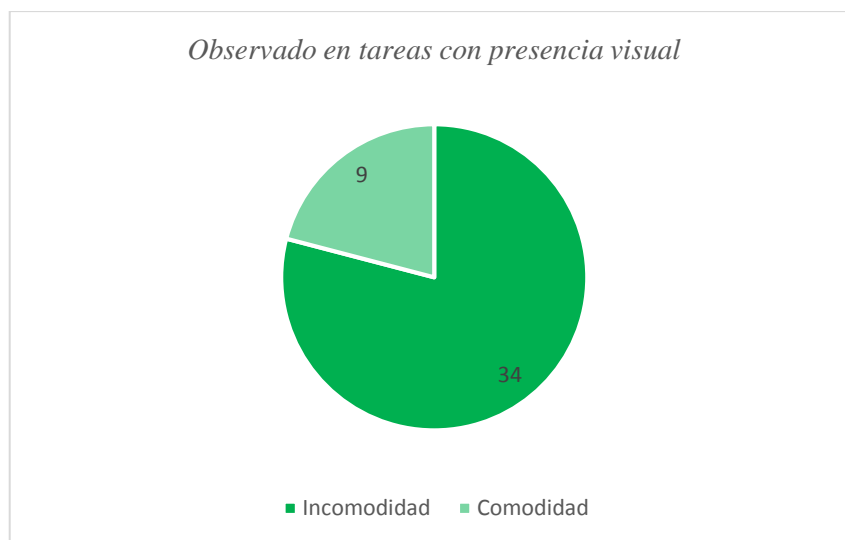
El indicador que se va a analizar es uno de los que más referencias ha tenido, reuniendo un total de 56 comentarios.

Las tareas relacionadas con este indicador se centran en el papel del observado en tareas donde hay presencia visual, es decir, donde ya no existe ausencia visual y empiezan a exponerse a la mirada de sus compañeros.

La mayoría de los alumnos a la hora de expresar las sensaciones que han tenido en estas sesiones, se han ayudado de tres tareas, que quizás son las que mayor desinhibición requieren de las expuestas hasta el momento, “El Pasillo Visual”, “El Espejo Múltiple” y “Miradas”. Así mismo, vamos a ver como la mayoría de las valoraciones coinciden en que todos han sentido incomodidad o miedo a exponerse ante la mirada de un gran grupo.

En menor medida, también se han encontrado comentarios de alumnos que se han sentido cómodos ante estas tareas. Es posible que el grado de desinhibición de estos, este por encima del resto.

De modo que las referencias de este indicador las podemos agrupar en tres conceptos, dos de ellos muy relacionados entre sí, incomodidad y miedo a exponerse y, en contraste con estos, la comodidad. En el siguiente gráfico se muestran los resultados:



*Figura 14: Gráfico resultados observado en tareas con presencia visual*

Vamos a analizar cada uno de estos conceptos:

### *Incomodidad.*

Esta incomodidad es producida por varios factores que desencadena todos en una única causa la acción de ser mirado. Hay alumnos que han expresado esta incomodidad por el hecho de que la persona que les estaba observando estuviera mucho tiempo mirándolos, así relata Jesús: “La sensación de ser observado en un periodo largo de tiempo comienza a generar incomodidad surgiendo cuestiones del tipo... ¿Estaré haciendo bien los movimientos? Se está equivocando... ¿Será por qué no realizo bien la ejecución? ¿No doy el modelo correcto? ¿Qué debo mejorar? ¿Qué pensará de mis movimientos?”.

Que los mirasen sin recibir respuesta, aspecto que en particular ocurría en la tarea “La Mirada” también ha sido un factor que les ha hecho estar a disgusto con la tarea: “solo consistía en mirar y yo no estoy acostumbrada a mirar a alguien y nada más y que me miren sin recibir una respuesta, mi pareja y yo sentíamos vergüenza y apartábamos bastante las miradas” (Esther). Dicho lo anterior, también había alumnos que por el simple hecho de notar que los miran ya sentían esa incomodidad, así, por ejemplo, Luis relata: “Comienzo a notar las miradas de mis dos compañeros en mí. Experimento un poquito de incomodidad; incomodidad que no esperaba que fuera a sentir.” o incluso la zona donde fijaba su mirada, les causaba nerviosismo como le pasa a Abel: “pero si es cierto que si fijaba su mirada en una parte de mi cuerpo concreta que no fueran mis ojos, sí que me resultaba más incómodo ya que personalmente no era consciente de por qué me miraba justo ahí.”

Exponerte delante de un grupo grande es lo que más les ha costado, en los diarios han aparecido muchas referencias en relación con este aspecto como expone Isabel: “Conforme el grupo se hacía más grande, daba más vergüenza someterse a las miradas de todos, sin embargo, como todos hemos tenido que pasar por lo mismo y la duración de ser observado no era excesiva, he podido olvidarme de que me estaban mirando e intentar disfrutar del pasillo.”

Así mismo, este miedo a exponerse, a mostrarse ellos mismos, les ha hecho cohibirse y retenerse en algunas situaciones como le ha pasado a Luis: “Cuando me doy cuenta de que estoy motivado con la música, siento un poco de vergüenza y me vuelvo a centrar en el ejercicio.”

En concreto la tarea “ Pasillo Visual” es en la que más se exponen, ya que el papel de observado solo lo hacen dos mientras los demás ejercen de observadores, por lo que el miedo a exponerse es todavía mayor, “He sentido vergüenza, me he sentido observada por todos los compañeros que tenía al lado, lo que haces es intentar pasar lo antes posible e incluso desviar la mirada hacia otros puntos donde no están los ojos observadores de los compañeros, quizá sientas algo de angustia y alivio cuando llegas al final del pasillo.” (Melissa).



*Figura 15:Elaboración propia. Resumen sensaciones de incomodidad*

*Comodidad.*

En menor medida, también ha habido alumnos que se han sentido cómodos en estas tareas, ya sea porque no les ha costado exponerse ante las miradas de sus compañeros “del pasillo visual, me he sentido muy cómodo, he pasado caminando entre todos mis compañeros tranquilamente, siendo totalmente observado y no me ha incomodado en absoluto.” (Abel). O porque los factores que había, como la música o que la persona que hacía de observador fuera un amigo, les han ayudado a sentirse a gusto, así por ejemplo Ignacio relata: “actividad del “espejo” y “espejo múltiple” me he sentido muy bien al realizarla y me he divertido mucho. Pienso que una actividad en la que una o varias personas me están observando, puede llegar a ser incómodo, pero creo que gracias al soporte o ayuda de la música ha ayudado.” o Abel: “El hecho de sentirme



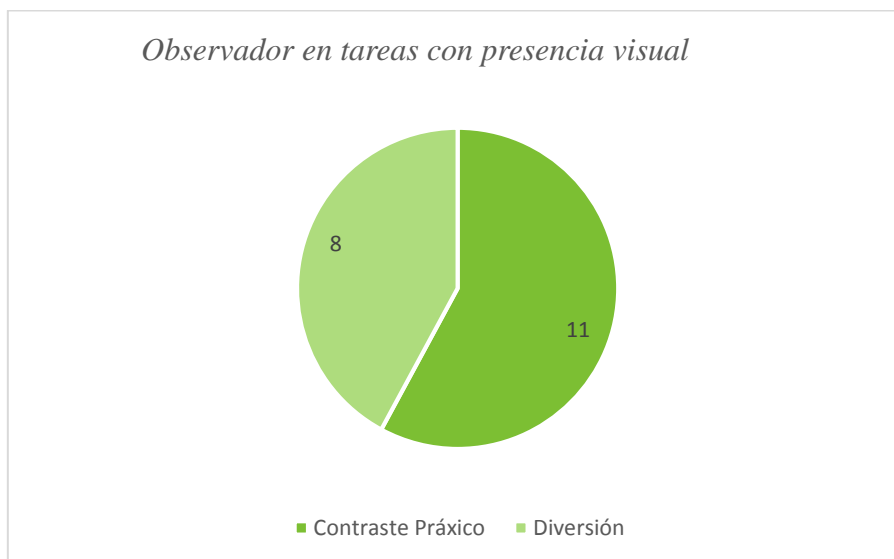
observado no me ha incomodado, posiblemente debido a que con dicho compañero tengo la suficiente confianza como para estar seguro y cómodo.”

#### ***4.2.1.6 Observador en tareas con presencia visual. (1.1.6)***

En relación con el indicador anterior que trataba del rol de observado en tareas con presencia visual, este va a tratar del rol de observador en tareas con presencia visual. Así pues, se han codificado 20 referencias relacionadas con las valoraciones que han realizado los alumnos en el papel de observador.

Estas valoraciones son de las mismas tareas que el apartado anterior, pero desde otra perspectiva. Las referencias recopiladas se centran tanto en describir lo que han observado de los otros compañeros que estaban realizando el rol de observado como en describir las sensaciones que han tenido ellos desde el otro rol.

Por lo que vamos a agrupar las referencias en dos conceptos: Análisis y Diversión.



*Figura 16: Gráfico observador en tareas con presencia visual*

#### ***Contraste Práxico.***

Dicho lo anterior, hay alumnos que desde su papel de observador han realizado comentarios de las sensaciones que veían de los compañeros que estaban realizando el rol de observado, así pues, han podido observar la incomodidad de sus compañeros ante la mirada de los demás como Jesús relata: “algún compañero pudo observarse que no se sentía cómodo con un público de observador, ya que para él no son solo observadores sino evaluadores constantes.” También han percibido como se ponían nerviosos ante su mirada fija en ellos, sobre todo en la tarea “La Mirada”, como por

ejemplo comenta Luis: “Él tampoco me la aguanta en ocasiones” o Julia: “mirar a los ojos al compañero y aguantar durante un tiempo. Las dos nos hemos reído en determinadas ocasiones, pero creo que ha sido por la situación incómoda a la que nos hemos enfrentado, y yo sólo hacía más que preguntarme: qué mirara, qué pensará.”

Otros han notado una desinhibición en sus compañeros, como ha sido el caso de Javier: “He de decir que en este ejercicio me di cuenta de que la gran mayoría de compañeros están desinhibidos y hay muy buen rollo entre nosotros, es decir, el clima es bastante agradable.”

#### *Diversión.*

Otros comentarios que han realizado los alumnos, es como ellos se han sentido en el papel de observador. Todos coinciden en que este rol es más fácil que el rol de ser observado y que es más divertido, esto se puede ejemplificar en las siguientes referencias:

“El rol de imitador no me supuso ningún tipo de vergüenza, era divertido imitar al compañero, cada uno hacíamos lo que podíamos.” Martín.

“Me ha resultado más sencillo que en el anterior ya que no tenía que pensar, ni improvisar movimientos, sino que simplemente me he tenido que dedicar a observar los gestos de mi compañero y reproducirlos de la manera más exacta.” Abel.

#### **4.2.2 Fase de expresión.**

Las tareas de esta fase se centran en presentarle al alumno una serie de estímulos para que exprese con su cuerpo lo que le transmita, sin la intención de tener que comunicar.

En esta fase se van a analizar dos indicadores relacionados con la interacción visual, el indicador observado en tareas con presencia visual y observador en tareas con presencia visual

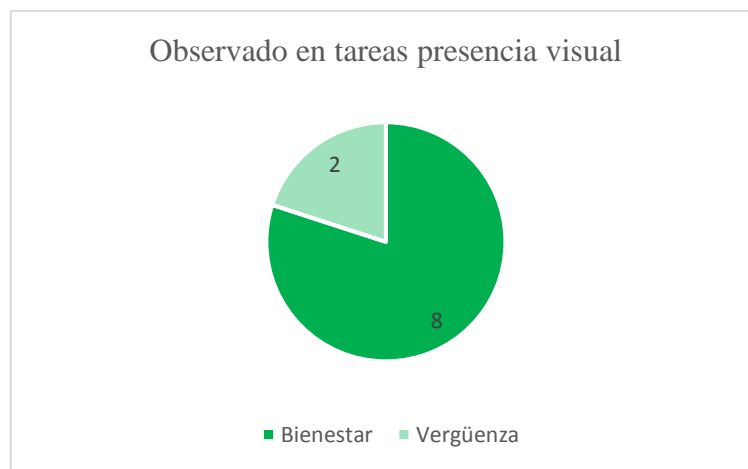
##### **4.2.2.1 Observado (1.2.1)**

Las 10 referencias encontradas de este indicador relatan las sensaciones que los alumnos han vivido en estas tareas. Las tareas tienen que ver con la presentación de estímulos (colores, textos y fotos) y los alumnos tienen que expresar con su cuerpo lo que les transmite. Por lo que en estas referencias nos cuentan cómo se han sentido al expresarse lo que sienten delante de sus compañeros.

La mayoría de los comentarios codificados, coinciden en que se han sentido bien, no han tenido ningún tipo de vergüenza, en cambio aun encontramos a alumnos que si que han sentido miedo a ser juzgados.

Las referencias que tienen que ver con sensaciones buenas, se han agrupado en el concepto “Bienestar” en cambio las otras en el concepto “Vergüenza”, que ambos van a ser analizados ahora.

Como podemos ver en la figura, hay más testimonios en los que los alumnos han sentido buenas sensaciones que malas.



*Figura 17: Gráfico de resultados observador en tareas con presencia visual*

#### *Bienestar.*

Acerca de lo comentado anteriormente, hay alumnos que se han sentido cómodos y relajados en estas tareas. La causa de este bienestar viene dado porque no han sido los primeros en tener que representarlos como explica Luis: “En el momento de representar las posturas delante de la clase, no siento vergüenza porque ya lo han hecho antes todos mis compañeros y además pienso que no están muy atentos en mí.” o como nos comenta Mariló que se han sentido bien porque no han tenido que improvisar ya que se les dejaba un tiempo, aunque breve, para pensar rápido lo que les transmitía ese estímulo: “sentido tan cómoda y relajada debido a que hemos tenido un poco de tiempo de prepararnos lo que íbamos a hacer y a representar a nuestros compañeros y no hemos tenido que improvisar, sino sí que me habría dado más vergüenza.”

También esta relajación viene dada por ser tareas en las que solo tienen que expresar, por lo tanto, nadie juzga ni evalúa lo que están haciendo, como relata Laura: “Me sentí

muy cómoda al representar los colores, incluso cuando lo hicimos delante de los compañeros. Creo que me sentí relajada y sin presión por el hecho de no tener que comunicar algo en concreto, o porque daba igual lo que representase porque no lo tenían que entender ni me tenían que evaluar, mi pareja y yo podíamos hacer lo que quisiésemos, y esa sensación de libertad a la hora de hacer movimientos me encantó e hizo olvidarme de que tenía a veinticinco personas sentadas delante observando lo que hacía.”

#### *Vergüenza.*

Sobre las sensaciones de vergüenza hay menos referencias, por ejemplo, Martín relata que al ser los primeros en representar les ha creado más incomodidad: “Después fue la hora de representarlo delante de toda la clase, quizás al ser los primeros la vergüenza al hacerlo y el miedo al qué dirán estaba presente. Pero al estar concentrado en lo que tenía que hacer y el orden de las figuras me olvidé de ello.” así como Verónica nos habla también de ello “Cuando tocó representarlo frente a los compañeros, sentí un poco de vergüenza”.

#### **4.2.2.1 Observador (1.2.2)**

En este indicador las referencias encontradas han sido escasas, contando solo con un único testimonio como ha ocurrido en el indicador 1.1.2 de la fase de exploración.

En este se categorizan aquellas referencias en las que los alumnos actúan de observador ante las tareas propuestas en la fase de expresión. Quizás esté bajo porcentaje es porque no son tareas en las que el papel de observador importe mucho, ya que importa más que cada uno transmita lo que sienta, muestren su singularidad, sin intentar que los otros lo comprendan o juzguen como pasará en la siguiente fase. Probablemente, es por esto, que los alumnos se han centrado más en explicar cómo se han sentido al expresar lo que les suscitaba ese estímulo, que en explicar lo que han observado de sus compañeros

De todas maneras, sí que ha habido una alumna que ha expresado como se ha sentido al ver a sus compañeros representar lo que les transmitían los estímulos: “Como poco a poco vamos cogiendo confianza en la clase, en ningún momento he sentido pudor o vergüenza de lo que estaba haciendo, me daba confianza el tener al resto de compañeros haciéndolo a mi lado y he disfrutado tanto representando como viendo las representaciones de los demás.” (Esther)

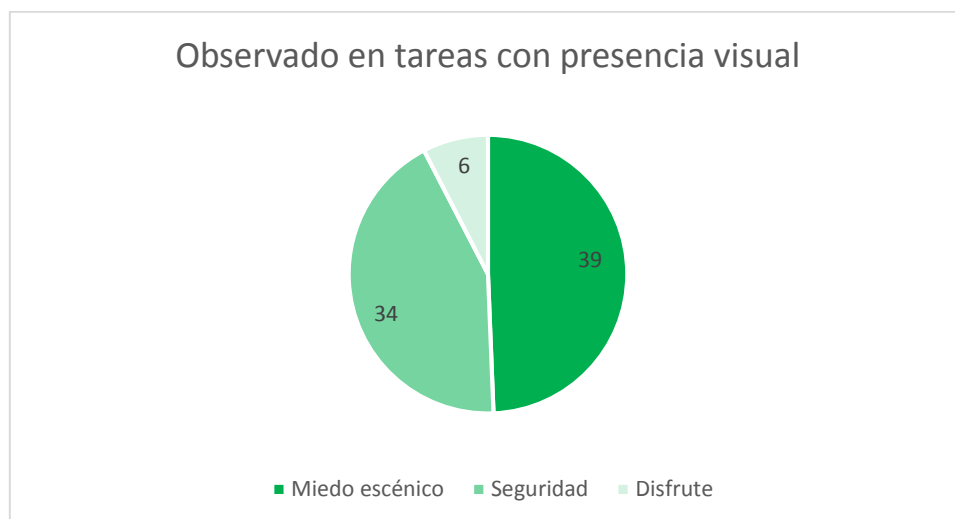
Es curioso, como no se han encontrado referencias en las que los alumnos hayan observado como un mismo estímulo puede suscitar diferentes respuestas en las personas, aspecto importante para que comprenda y observen la singularidad del ser humano.

#### **4.2.3 Fase de comunicación.**

A diferencia de la fase anterior en las que se les proponían tareas que solo tenían que expresar movimiento, en esta a fase se les proponen que sean capaces de comunicar, de transmitir un mensaje a un público. Por lo tanto, en estas tareas van a estar muy marcados el rol de actor que corresponderá con el rol de observado y el rol de observador que corresponderá con el público y que a su vez están relacionados con los indicadores que vamos a analizar ahora.

##### **4.2.3.1 Observado. (1.3.1)**

De todos los indicadores analizados hasta ahora, este es el que más referencias se han recogido, teniendo así un total de 80 testimonios. En estos, los alumnos nos relatan cómo se han sentido desde el rol de actor, encontrando tanto sensaciones buenas como no tan buenas. Como podemos ver en la siguiente figura podemos encontrar diferentes sensaciones:



*Figura 18: Gráfico de resultados observado en tareas con presencia visual*

##### *Miedo escénico*

Anteriormente en uno de los indicadores hablábamos de miedo escénico y podemos ver que este miedo vuelve a salir, ya que en estas actividades los alumnos ya experimentan de verdad el rol de actor, el exponerse ante la mirada de un público. Esto lleva a que la mayoría de las referencias encontradas tengan que ver con este concepto.

Podemos encontrar diferentes factores que provocan este miedo, la primera y más común en los alumnos es por vergüenza, es decir, vergüenza a que te observen, vergüenza a que vean tus inseguridades, vergüenza por hacerlo mal... así relatan Martín: “Este ejercicio me supuso un gran compromiso ya que no estaba acostumbrado a llevar eso y no se la pedí a ningún compañero por la vergüenza.” o Mariló: “en el rol de actor me he sentido muy nerviosa e incluso un poco incomoda por si me tocaba salir a realizar el reto, ya que me ha dado mucha vergüenza salir al no saber bien que hacer y sentir que todas las miradas se centraban únicamente en las acciones que realizaba.” y Jaime: “ Por este motivo no puedo valorar cómo me he sentido durante la escenificación o puesta en práctica ante los compañeros. Obviamente al realizarla solo, me he sentido bastante relajado, aunque sí que es verdad que igualmente me sentía observado. El saber que era la escena a través de la cual ibas a ser visto y juzgado por la profesora me hacía sentirme responsabilizado por lo que en realidad está en juego. A todos nos gusta obtener una buena cosecha y en este caso obtener una buena nota.”

Otro miedo que han sentido relacionado con el anterior es el miedo a hacer el ridículo, sobre todo en la tarea “Payaso” donde los alumnos tenían que pasearse con una nariz de payaso, como explican Luis: “Ensayar gestos frente al espejo me divierte. No obstante, tener a mis compañeros cerca me causa incomodidad. Me da vergüenza hacer el bobo en público”. También lo han sentido en la sesión que solo tenían que transmitir con la cara, aspecto que cuesta más ya que estamos acostumbrados a expresar más con nuestro cuerpo. Así, por ejemplo, Ana relata: “En el núcleo de la sesión comenzamos con “Codificación facial” mirándonos al espejo y moviendo la musculatura facial de manera individual. He sentido un poco de vergüenza ya que, a pesar de observarnos de manera individual, todos nos mirábamos en el mismo espejo pudiendo ver las caras y gestos y muecas de los demás.”, igual que Isabel: “Al principio de la actividad me sentía bastante ‘ridícula’ mirándome en el espejo poniendo caras, intentaba no mirar al espejo la verdad, evitándome mi propia mirada y la del resto de compañeros, mirando a un punto distinto a todos.”

En estas sesiones en todas las tareas estaban expuestos ante la mirada de los demás, de ahí que muchos este miedo del que hablamos sea por tener una mirada constantemente observándoles que les hace sentirse incómodos como Julia relata: “He de decir que, aunque fuera algo sencillo de representar, me he sentido algo nerviosa al principio con toda la clase con los ojos puestos en nuestra actuación.”

Otra causa a parte de las comentadas ha sido la improvisación, el tener que salir a escena sin tener preparado nada y tener que improvisar delante de un público, ha sido algo que les ha causada nervios incluso los ha llevado a bloquearse: “Tomo conciencia de lo comprometida que es esta actividad: primero por el hecho de improvisar que te hace perder el control de lo que estás haciendo, aumentando sobremanera los niveles de tensión y vergüenza.” (Luís) “mayor la vergüenza de no saber qué hacer cuando te toca actuar en el escenario o del hecho de tener que improvisar sobre algo que no tienes seguro y que no tienes tiempo para prepararte, que la vergüenza de tener que hacer algo delante de un público que te juzga, es decir, el hecho de desinhibirse en sí mismo” (Laura)

Aunque también cabe destacar, que se ha podido ver una progresión de este miedo, hay alumnos que al principio de las tareas se han sentido observados, pero a lo largo de estas, se han ido olvidando del público y han podido disfrutar más de su representación como por ejemplo Julia: “En las primeras sesiones me daba vergüenza y pudo ser observada por mucha gente, pero la confianza con la gente y conmigo misma es un buen aliado para ello. No me ha importado salir tantas veces como fuese a improvisar, y al final hemos ganado, los "chiripitiflauticos han ganado” o Verónica: “A diferencia de las anteriores prácticas, que nos daba reparo actuar, vergüenza, afectaba también el qué dirán, o si interactuábamos con compañeros, la tensión de su cuerpo o cómo estuviese él no afectaba a nuestra manera de actuar por la falta normalmente de confianza, esta vez y pasado ya casi el semestre, se podía apreciar claramente que éramos nosotros mismos, sin temor, sin vergüenza.”

#### *Seguridad.*

A pesar de que la mayoría de los alumnos se han sentido incómodos, hay otros que han sentido seguridad a la hora de realizar estas tareas. Además, esta seguridad dependía tanto del tipo de tarea, como de la gente con la que estabas y de si se trataba de las primeras o últimas sesiones. Del tipo de tarea, porque de un mismo alumno se han encontrado testimonios que explicaban sentir vergüenza e incomodidad en unas y en cambio en otras sentirse seguro y a gusto, como es el caso de Nuria, aquí relata sentirse segura: “A la hora de representarlo ante nuestros compañeros me sentí muy cómoda y sin ningún tipo de cohibición personal que me anulara algún aspecto a desempeñar en mi rol de actriz.” en cambio en otra no :“mayor la vergüenza de no saber qué hacer cuando te toca actuar en el escenario o del hecho de tener que improvisar sobre algo que no tienes seguro y que no tienes tiempo para prepararte, que

la vergüenza de tener que hacer algo delante de un público que te juzga, es decir, el hecho de desinhibirse en sí mismo.” O como es el caso de Isabel que el hecho de introducir en la tarea un implemento como una sábana, le ha ayudado a sentirse más segura a la hora de actuar “Ha sido tranquila y ha salido bastante bien, porque nosotros no veíamos al público ni ellos nos veían a nosotros, incluso ni nos distinguían por lo tanto la presión no ha sido la misma y en mi caso he estado calmada.

En cuanto los compañeros, esto ha sido un factor importante debido a que, si tenían confianza con la gente con la que representaban o la que estaba de público, se sentía más seguros y con menos vergüenza por lo que estaban haciendo como por ejemplo le ocurre a Sonia: “Además nada de vergüenza, porque no nos mirábamos más que los componentes del grupo.”

Y por último, como he comentado, también dependía del número de sesiones, ya que en las primeras esta seguridad era menor y había más miedo escénico que en las últimas sesiones, “A diferencia de las anteriores prácticas, que nos daba reparo actuar, vergüenza, afectaba también el qué dirán, o si interactuábamos con compañeros, la tensión de su cuerpo o cómo estuviese él nos afectaba a nuestra manera de actuar por la falta normalmente de confianza, esta vez y pasado ya casi el semestre, se podía apreciar claramente que éramos nosotros mismos, sin temor, sin vergüenza.” (Verónica) “como el año pasado tuvimos que realizar ejercicios muy similares en otra asignatura, todos tenemos asimilados los ritmos que se pueden crear con el cuerpo y actuamos dentro de una amplia “zona de confort” por lo que nos sentimos muy cómodos representando nuestros ritmos a los compañeros” (Laura).

#### *Disfrute.*

A parte de sentirse seguros a la hora de representar, hay alumnos que aparte han disfrutado actuando como ha sido el caso de estos alumnos: “Fui capaz de disfrutar con el trabajo y de divertirme mientras lo realizaba” (Luís) “disfruto en el momento de la teatralización de los grupos, tanto representando el nuestro” (Esther) “no me dio vergüenza realizar estas escenas delante de ellos, incluso lo pasé bastante bien.” (Sonia).

#### **4.2.3.2 Observador. (1.3.2)**

Se han referenciado 17 testimonios en los que los alumnos han asumido su papel de observador y han expuesto valoraciones que han hecho de las representaciones de sus compañeros o simplemente han expresado como se han sentido de público. De ahí que



los conceptos que se analizan de este indicador sea sensaciones de diversión y valoraciones. Como se ve en el gráfico, ha habido más referencias en las que los alumnos hacían valoraciones de lo que han observado de sus compañeros que en explicar cómo se han sentido en el papel de observador.

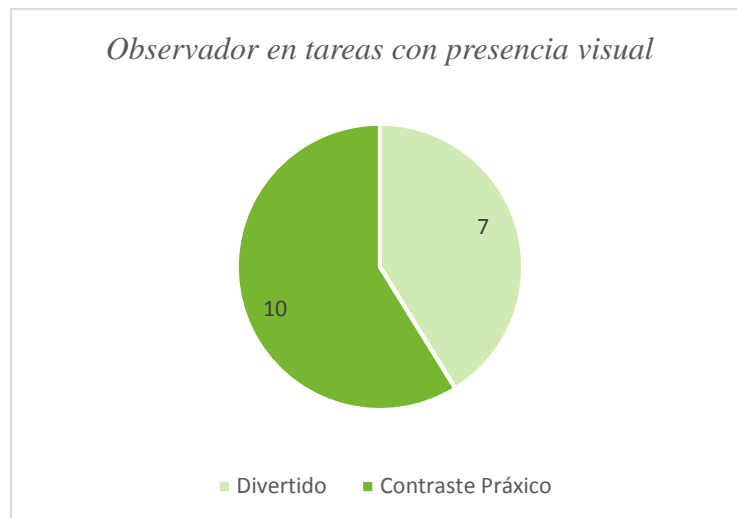


Figura 19: Gráfico de resultados observador en tareas con presencia visual

#### *Divertido.*

Hay 7 referencias en las que los alumnos exponen que en el rol de público se han sentido a gusto, se han divertido al ver las representaciones de sus compañeros, véase un ejemplo en los siguientes testimonios: “en el rol de actor como en el de espectador estuve disfrutando de la sesión en todo momento” (Lorena) “Tan sólo hemos podido llevar la actividad usando el rostro y ruidos onomatopéyicos. Cuando he sido observadora he disfrutado mucho de las representaciones de los compañeros” (Ana) “Como espectadora, me he sentido muy a gusto de poder disfrutar de las creaciones de mis compañeros” (Verónica).

#### *Contraste práxico.*

El resto de las referencias de este indicador se centraban en realizar valoraciones sobre las representaciones de sus compañeros, es decir, han evaluado. En estas valoraciones han apreciado como hay algunos compañeros a los que no les cuesta representar, no sienten vergüenza, en cambio como otros, se les nota el nerviosismo; “ también se ha notado las personas que menos gracia tienen o que más vergüenza tienen, porque no salían a menudo excepto cuando no les quedaba otra” ( Javier) “observar que pese a ser la doceava práctica, en la que la mayoría si no todos, habíamos perdido la vergüenza tras haber realizado las distintas fases, he podido apreciar que no era así, y que no todos la habían perdido completamente. Las personas que creían que peor lo

hacían o creían que no se les daba del todo bien, se disponían atrás pegados a la pared para que nadie les pudiese observar ni siquiera por el espejo; a diferencia de las que creían que se les daba mejor o simplemente no les daba vergüenza como era mi caso, que ya la había perdido a lo largo de las sesiones, me puse adelante.” (Lidia).

Además, también se han dado cuenta de las diferentes personalidades de sus compañeros, así relata Javier: “Con “paseo de nariz” he observado que, dependiendo de la personalidad de los compañeros, había personas que les gustaba llevar la nariz de payaso y a otras que sentían una vergüenza profunda.”

Y finalmente algunos han sacado sus propias conclusiones de las diferentes tareas realizadas como ha sido el caso de Luís “Observo que a algunas personas les cuesta repetir esta consigna en voz alta. Tal vez la vida de adulto les ha hecho interiorizar que el error es malo, vergonzoso, desdeñable. El error te aleja del éxito, te hace quedar mal, tenemos que ser los mejores, etc. Por esta razón, son reacios a desdramatizar el error.” O Ana “El rol de público me ha parecido muy interesante ya que nos hemos de alguna forma evaluada los trabajos entre iguales lo que aumenta la confianza y la pérdida del miedo al fracaso.”

## **5. Discusión**

La hipótesis planteada, la interacción visual condiciona el comportamiento práxico del alumnado se constata con la idea de que la mirada tiene un poder social de la teoría de la comunicación de Bourdie (1986). Así como con la investigación de Canales (2006), en la que expone que ante la mirada de los demás no somos indiferentes. Y su estudio, Canales (2009), en el que uno de los resultados obtenidos es que el alumnado cuanto se siente observado, siente una influencia en su praxis la cual le lleva a un bloqueo motriz.

Este bloqueo motriz está relacionado con la idea de la mirada como juicio social, que constata Canales (2006). Por tanto, también se constata con la teoría de Bourdie (1986) y Mercado (2016) de que mi cuerpo es un mensaje que es interpretado por los demás, ya que, esos juicios sociales se realizan en base a lo que el observador interpreta de lo que comunica el observado con su cuerpo.

Los alumnos al sentirse enjuiciados, se cuestionan aspectos sobre lo que puedan pensar de su corporalidad, así como se sienten incómodos dependiendo de qué zonas les están mirando. Esto se corrobora con la comparación que señala en su investigación Canales (2006) de que los sujetos comparan su corporalidad con el modelo corporal construido

por la sociedad que acabamos de nombrar. Además de con los estudios que realizan Martínez (2004) y García et al. (2007) sobre la construcción social del cuerpo, en el que destacan que la cultura de una sociedad es la que pone restricciones en nuestro cuerpo, llevando a que cuando exponemos nuestro cuerpo a una situación que no es habitual, nos sentimos inseguros e incómodos.

A pesar de que las tareas expresivas eran las mismas para todos, hemos podido ver la diferencia de respuestas motrices que ha podido provocar una misma tarea en los alumnos, por tanto, se corrobora la idea del planteamiento pedagógico de Canales (2006) y la influencia de este en la filosofía de Stokoe (1988), de concebir la expresión corporal como un vehículo para el desarrollo de la singularidad y la creatividad motriz. Así como también se refuta con los aspectos que Canales (2006) destaca que la expresión corporal aporta a la educación física, destacando entre ellos la producción y la heterogeneidad.

El hecho de que en estas tareas los alumnos se han convertido a través de la interacción visual en observadores y personas observadas se refuta en lo que expone Canales (2006) de que la mirada es la que posibilita que haya una interacción visual entre un sujeto observador y un objeto observado. Además, los alumnos desde el rol de observador han podido a través de la acción de mirar, extraer información de la corporalidad de su compañero, lo cual se corrobora con lo que expone García et al. (2007) de que nuestra corporalidad nos convierte en emisores de información y a su vez nuestros sentidos, nos permiten convertirnos en receptores de la información. Así como con la idea de Martínez (2004) de que nuestro cuerpo habla y revela información, aspecto que estaría relacionado también con el concepto de cuerpo como texto de Bourdieu (1986).

Siguiendo con las emociones que han sentido los alumnos, si nos centramos en lo que ha sentido la persona que ha sido observada, se constata las conclusiones de la investigación de Canales (2009) de que el alumnado cuando se siente observado siente una influencia en su praxis, que le lleva a una restricción motriz. Además de que los sentimientos más comunes es el de sentirse enjuiciado y ridículo.

También se corrobora con este estudio, que los aspectos que hacen sentir cómodos al alumnado cuando está siendo observado, es que el observador sea un compañero con confianza y que no le miren directamente a los ojos. En cambio, los que le hacen sentir incómodos, es que le observe una persona con la que no tiene confianza o que le miren algunas zonas corporales.

Además, también se puede refutar los resultados de Canales et al. (2013) de que cuando el alumno realiza las tareas con ausencia visual, se siente más cómodo debido a que le permite concentrarse y desinhibirse. Aunque es un aspecto que no ocurre en todos, ya que a otros les produce inseguridad.

De la investigación de Torrents et al. (2011), se refuta la idea de que una de las emociones negativas más comunes en el alumnado es el sentimiento de vergüenza, ya que es uno de los sentimientos más destacados en los diarios. En cambio, no se ha constatado la idea de esta misma investigación de que las emociones positivas se relacionan con creatividad, flexibilidad e innovación y las negativas con un razonamiento más conservador, ya que esta investigación no se ha centrado en eso.

Si nos centramos en las emociones que ha sentido el observador, los resultados se pueden constatar con el estudio de Canales et al. (2013) en el que expone que el observador siente más libertad cuando no existe una reciprocidad visual, es decir, cuando el observador lleva los ojos tapados. Así este también siente empatía cuando observa en su compañero una restricción motriz. Como también lo que destaca Canales (2009) que el observado siente una supremacía frente al observado.

También se puede refutar del estudio de Canales (2009) lo que el observador ve en la praxis de los alumnos al realizar un contraste práxico, en el que se destaca la singularidad motriz que observa en unos compañeros, frente al mimetismo de otros. Así como la inhibición de unos y la desinhibición de otros. Aunque destacar, que este último aspecto, es más comentado, que el primero. En cambio, no se puede constatar que hayan observado diferencias de género, ya que el presente trabajo no se ha centrado en este aspecto.

Así, también se puede constatar con la investigación de Torrents et al. (2011), la idea de que, dependiendo de la relación con los compañeros, el tiempo o los objetos, la percepción del alumnado sobre la tarea y las emociones que sentían cambian, ya que como he comentado anteriormente dependiendo de la confianza que tenían con el compañero, su sentimiento de comodidad o incomodidad cambiaba. Como con el tiempo, que cuanto más rato han estado expuestos a la mirada del otro, más incómodos se han sentido y con los objetos que cuanto más cómodos se han sentido, es cuando representaban con la ayuda de un implemento, como ha sido el caso de la tarea del teatro de sombras. Pero en cuanto al espacio no se puede constatar ya que en los resultados no aparece nada relacionado con este aspecto.

Por último destacar, que el nerviosismo y bloqueo que han sentido al exponerse a los demás, es debido a la falta de experiencia con actividades de expresión corporal, costatándose por tanto la idea de Canales y Rey (2008) y Barbero (1996) de que la educación física escolar se caracteriza por un predominio de contenidos que se centran en la eficacia motriz, donde destacan sobre los demás contenidos, el dominio de los deportes que tienen que ver con actividades regladas y un referente institucional. Y a su vez, con la idea que también exponen, de que la concepción mecanista de cuerpo ha influenciado a la educación física y por lo tanto las consecuencias también negativas que ha llevado el proceso deportivizador de Lagardera (1999), así como la influencia del sistema capitalista de Crespán (1984).

Esta falta de experiencia en expresión corporal es refuta también en lo que expone García et al. (2007) de que el lenguaje no verbal es el menos codificado en el currículo escolar, debido a su ambigüedad conceptual, que le lleva a que sea un contenido difícil de ser estructurado para facilitar su transmisión y por lo tanto a que su potencial educativo diste mucho de lo que se trabaja. Aspecto que se corrobora también en Canales (2006) cuando señala que una de las causas de que las prácticas de expresión corporal disten mucho de su potencial educativo es debido al desconocimiento de esta disciplina por parte de los profesionales de la educación física.

## **6. Conclusiones**

Las principales conclusiones recogidas se van a dividir en tres apartados. En primer lugar, se va a hablar del planteamiento pedagógico, en segundo lugar, se va a explicar la acción de mirar desde la perspectiva del observado y, en tercer lugar, la acción de mirar desde la perspectiva del observador.

### **6.1 Planteamiento pedagógico**

El planteamiento pedagógico del presente estudio concibe la expresión corporal como un vehículo para el desarrollo de la singularidad y la creatividad motriz (Canales, 2006).

A través de uno de los instrumentos de investigación, los diarios de prácticas, donde los alumnos nos exponían sus vivencias se han podido ver las particularidades de cada uno. También, como una misma actividad propuesta igual para todos, causaba diferentes respuestas motrices, es decir, se ha podido ver la singularidad de los individuos e implícitamente esta creatividad motriz, ya que constantemente creaban movimientos, ya

fueran provocados por estímulos como música, colores etc., o inventando para comunicar un mensaje, donde todos eran creativos y diferentes entre ellos.

## **6.2 Acción de mirar desde la perspectiva del observado**

La acción de mirar desde la perspectiva del observado se puede explicar bajo dos aspectos: la influencia que ejerce la mirada en la praxis y los sentimientos que provoca esta mirada.

- *La influencia que ejerce la mirada en la praxis* La mirada como juicio social provoca que los alumnos se repriman, dando lugar a un bloqueo motor a la hora de expresar con su cuerpo y a un condicionamiento de su praxis, por miedo al qué dirán. Siendo esta última, la más usual en los alumnos ya que se sienten evaluados por la opinión de los demás.
- *Los sentimientos que les provoca esta mirada.* Estos sentimientos los podemos dividir en sentimientos positivos y negativos. En relación con los sentimientos positivos, se podría englobar todas las sensaciones en la palabra comodidad, la cual es provocada por diferentes factores:
  - a) La ausencia visual: se ha podido comprobar como el hecho de que al principio se realicen tareas con ausencia visual por parte de todos o por parte del observado, los ha llevado a sentirse cómodos y protegidos, debido a que ellos no pueden ver a los demás, permitiendo por tanto mayor una fluidez a la hora de expresarse.
  - b) La familiaridad: es otro aspecto que ha provocado que los alumnos se sientan cómodos realizando este tipo de tareas. Con familiaridad nos referimos, a tener de compañeros a personas de confianza, con las que no tienen vergüenza para realizar estas tareas.
  - c) El número de tareas trabajadas: este aspecto hace referencia a que los alumnos en la mayoría de las sesiones se han sentido más cómodos en las últimas tareas que en las primeras. Esto se debe a que dentro de cada sesión práctica hay una progresión en cuanto al compromiso de las tareas, lo cual ayuda al alumnado a que se vaya desinhibiendo y sintiendo cada vez más a gusto.
  - d) Ausencia de intención de comunicar: he de destacar que cuando no tienen la presión de tener que comunicar algo para que el observador lo entienda, se sienten más cómodos y existe una menor restricción de poder realizar

los movimientos que deseen, debido a que la sensación de sentirse juzgados por el observador es menor.

En cuanto a los sentimientos negativos que han sentido los alumnos, también los podemos englobar en una palabra: incomodidad. De la cual también se van a explicar los factores que la provocan:

- a) Ausencia visual: igual que a algunos la ausencia visual les ha provocado comodidad, a otros les ha provocado incomodidad, debido a que se han sentido intimidados por no saber quién les estaba observando o incluso por no ver lo que hacían los compañeros de su mismo rol.
- b) Desconocidos: El hecho de realizar estas tareas con personas con las que apenas conocen es otro de los factores que han llevado a los alumnos a sentirse incómodos a la hora de expresarse delante de ellos.
- c) Mirada constante: la sensación de sentir una mirada constante sobre su cuerpo ha sido otro de los factores, aspecto que han destacado muchos alumnos debido a que se sentían juzgados e intimidados por tener a una persona que les estuviera observando todo el rato.
- d) Número de observadores: el número de observadores también ha sido otra de las causas que ha influido en los alumnos, muchos destacaban que cuanto más observadores había, más incómodos se sentían, debido a que están expuestos a más gente y por lo tanto el sentimiento de sentirse juzgados es mayor.

### **6.3 La acción de mirar desde la perspectiva del observador**

En este apartado también nos vamos a centrar en dos aspectos: lo que han percibido de la praxis de sus compañeros y los sentimientos que les ha provocado este rol.

- *Lo percibido de la praxis de sus compañeros.* Los alumnos desde este papel han realizado un contraste práctico donde han podido observar la incomodidad y el nerviosismo de algunos alumnos al sentir su mirada en ellos, pero también una desinhibición en otros.
- *Sentimientos.* En rol de observador la mayoría de los sentimientos han sido positivos, ya que este rol es más fácil que el anterior, debido a que no tiene que exponerse a los ojos de los demás, sino simplemente tienen que observar y evaluar lo que están viendo. Por tanto, la mayoría de los alumnos en este rol han coincidido en las mismas sensaciones: Diversión y Empatía. Se han sentido a gusto

observando a sus compañeros, aunque también han empatizado con ellos, ya que como han pasado por ese rol comprenden lo que pueden estar sintiendo.

### 6.4 Síntesis final

En esta figura se sintetizan las ideas expuestas en este apartado:

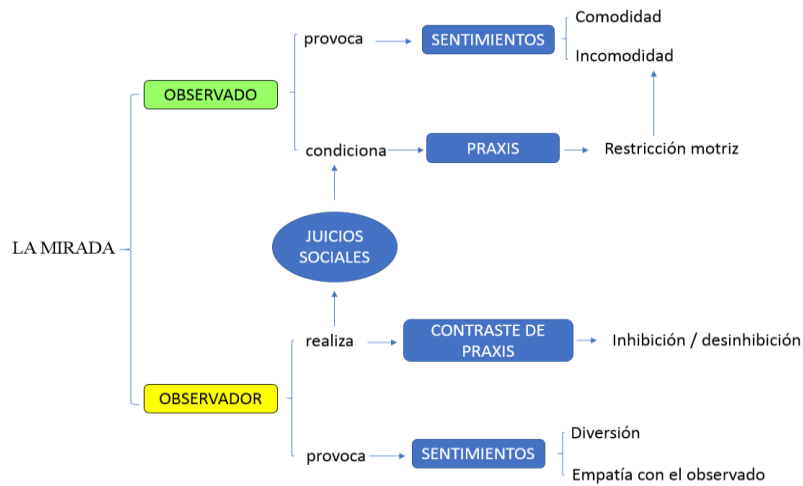


Figura 20: Elaboración propia. Síntesis final

Por tanto, podemos ver como la mirada permite que el observador realice juicios sociales respecto al observado y como esa acción, crea una turbación emocional en este, provocándole incomodidad y una restricción motriz. En cambio, en el observador la acción de mirar le provoca un estado de diversión, incluso un sentimiento de empatía al ver esa restricción motriz en su compañero.



## 7. Referencias Bibliográficas

- Baecker, I.M (1997) Relacionando interés, acción, producción de conocimiento, concepciones de cuerpo y concepciones de movimiento: ¿Es posible una ciencia del movimiento humano?. *Revista Educación Física y Ciencia*,3 (2), 42-51. Recuperado de [http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr.111/pr.111.pdf](http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.111/pr.111.pdf)
- Barbero, J. I. (1996) Cultura profesional y currículo (oculto) en educación física. Reflexiones sobre las (im)posibilidades del cambio. *Revista de Educación*, 311, 13-49. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/236155407>
- Bourdieu, P. (1986) Notas provisionales para la percepción social del cuerpo. En Álvarez-Uría (ed.) *Materiales de sociología crítica*. 183-194. Madrid: La Piqueta.
- Canales, I. (2006). *Consecuencias pedagógicas de la mirada y el tacto en expresión corporal*. (Tesis doctoral , Universidad de Lleida). Recuperado de <https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/8205/Tic11de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Canales, I. & Rey, A. (2008). Deporte y dualismo: su influencia en la educación física escolar. *Revista de Educación*, 9, 90-102. Recuperado de <http://www.reefd.es/index.php/reefd/article/view/339>
- Canales, I. (2009). La mirada y el tacto en la expresión corporal. *Apunts: Educación Física y deporte*, 4 (98), 33-39. Recuperado de <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=1391>

- Canales, I. De la expresión a la comunicación: una propuesta didáctica. Sevilla: Wanceulen, 2010a.
- Canales, I. La desinhibición en la expresión corporal: una propuesta didáctica. Sevilla: Wanceulen, 2010b.
- Canales, I., Tabóas, M.I & Rey, A. (2013). La desinhibición, espontaneidad y codificación percibida por el alumnado de expresión corporal. *Movimento: Revista da Escola de Educação Física*, 19 (4), 119-140. Recuperado de <http://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/31086/27447>
- Crespán, J.L (1984). Brohm, J.M (1982) Sociología del deporte. *Papers: revista de sociología*, (21), 176-178. Recuperado de <https://ddd.uab.cat/record/46877>
- Davis, F. (1990). *La comunicación no verbal*. Madrid: Alianza.
- García, A., Bores, N. & Martínez, A. (2007). Innovación Educativa aprender en la expresión y comunicación corporal Escolar. *Agora para la EF y el deporte*, (4-5), 131-169.
- García, I., Pérez, P. & Calvo, A. (2013). Expresión corporal. Una práctica de intervención que permite encontrar un lenguaje propia mediante el estudio y la profundización del empleo del cuerpo. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 1 (23), 19-22. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732289004>
- García, M. (1995). Comunicación y relaciones interpersonales. *Tendencias pedagógicas*, (2), 2-17. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2790951>

- Lagardera, F (1995). Notas para una historia social del deporte en España. *Historia de la educación*, 14, 151-172. Recuperado de [http://campus.usal.es/~revistas\\_trabajo/index.php/0212-0267/article/view/10419/10846](http://campus.usal.es/~revistas_trabajo/index.php/0212-0267/article/view/10419/10846)
- Martínez, A. (2004). La construcción social del cuerpo en las sociedades contemporáneas. *Papers*, 73, 127-152. Recuperado de <http://papers.uab.cat/article/view/v73-martinez>
- Mercado, M. (2016). El problema del método en la Fenomenología de la percepción de Merleau-Ponty. *Ciencia y cultura*, (37), 9-42. Recuperado de [http://www.scielo.org.bo/pdf/rcc/v20n37/v20n37\\_a02.pdf](http://www.scielo.org.bo/pdf/rcc/v20n37/v20n37_a02.pdf)
- Rey, A. & Trigo, E. (2000). Motricidad... ¿Quién eres?. *Apunts: Educación física y deportes*, (59), 91-98. Recuperado de <http://www.revista-apunts.com/es/hemeroteca?article=514>
- Torrents, C., Mateu, M., Planas, A. & Dinusôva, M. (2011). Posibilidades de las tareas de expresión corporal para suscitar emociones en el alumnado. *Revista de Psicología del deporte*, 20 (2) 401-412.

## 8. Anexos

### Anexo I

Referencias codificadas del indicador observado en tareas con ausencia visual (1.1.1).

<Elementos internos\\adrian sancho> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,27%]

Referencia 1 - Cobertura 0,27%

El trabajo individual ha sido sencillo, el hecho de llevar los ojos tapados, siendo el primer día, te da más comodidad y relajación a la hora de llevar a cabo la tarea.

<Elementos internos\\alba cativiela> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,83%]

Referencia 1 - Cobertura 0,83%

Gracias a que los ojos estén cerrados es mucho más sencillo, ya que no te sientes observado y puedes moverte con más libertad. He sentido como ejercicio tras ejercicio mi mente pensaba menos y sentía más, de lo que me he sentido realizada porque de normal me cuesta entrar en estas prácticas introspectivas.

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,59%]

Referencia 1 - Cobertura 0,19%

Soy consciente de que mis compañeros tienen los ojos tapados y no siento vergüenza por realizar este ejercicio, cierto es que tampoco me muevo mucho.

Referencia 2 - Cobertura 0,40%

En este ejercicio pese a la ausencia de visión de todos los compañeros, no puedo evitar sentir algo de vergüenza. Me creo un poco estúpido por moverme con gestos tan torpes y poco estéticos. No obstante, a medida que avanza el ejercicio y se van activando los segmentos de movilidad voy olvidando las reticencias.

<Elementos internos\\alejandro sanz> - § 4 referencias codificadas [Cobertura 1,01%]

Referencia 1 - Cobertura 0,60%

podíamos mover las zonas corporales que quisiéramos para que no se cayera. Al principio me costó bastante realizar el ejercicio porque no llegaba a imaginarme la situación, además de la vergüenza que me daba hacerlo, por mucho que fuéramos con los ojos tapados. Conforme se iba desarrollando el ejercicio fue haciéndolo pero sin llegar a realizarlo plenamente. Aunque estuviéramos con los ojos vendados pensaba no me daba confianza el hacerlo, pensaba que podía haber alguien viéndome.

Referencia 2 - Cobertura 0,17%

me suponía un gran compromiso hacer movimientos por mucho que lleváramos los ojos tapados. No había la suficiente confianza con la clase.

Referencia 3 - Cobertura 0,14%

mover las articulaciones no era lo mismo que realizar los movimientos de las anteriores actividades, además que

Referencia 4 - Cobertura 0,11%

poco a poco iba soltándome y siendo consciente de que no podían verme mis compañeros.

<Elementos internos\\ana urbano> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,32%]

Referencia 1 - Cobertura 0,32%

Además, he estado muy relajada en el desarrollo

3

de esta tarea ya que era una tarea individual que se realizaba con los ojos vendados por lo que mis compañeros no podían observar como me movía.

<Elementos internos\\beatriz alegre> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,24%]

Referencia 1 - Cobertura 0,13%

yo era la persona a la que observaban, no me he sentido tan cómoda por varios motivos.

Referencia 2 - Cobertura 0,12%

apenas había hablado con ellas, incluso algunas no sabía ni como se llamaban.

<Elementos internos\\irene perez> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,35%]

Referencia 1 - Cobertura 0,35%

A lo largo de la sesión me he sentido muy cómoda ya que todos los compañeros teníamos los ojos tapados por lo que no existían miradas que me cohibieran en cierto modo el movimiento.

<Elementos internos\\juan dueso> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,32%]

Referencia 1 - Cobertura 0,32%

me he sentido como liberado a la hora de mover las diferentes partes del cuerpo ya que estábamos con los ojos cerrados y me sentía menos intimidado porque nadie me veía.

<Elementos internos\\marta mateo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,38%]

Referencia 1 - Cobertura 0,38%

me gusta el realizar una progresión en el movimiento y poder hacer lo que yo quiera sin sentirme juzgada y por primera vez sentir libertad

<Elementos internos\\nagore gil> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,63%]

Referencia 1 - Cobertura 0,63%

“secuencia de segmentos” en ciertos momentos he sentido vergüenza puesto que realizar movimientos, los cuales no tenían que ser estéticos sino como un “engrasamiento de las articulaciones”, me sentía algo extraña, sin embargo el hecho de llevar los ojos tapados me ha dado una mayor seguridad a la hora de llevar a cabo la actividad y también para conseguir centrarme

<Elementos internos\\nerea idoipe> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,36%]

Referencia 1 - Cobertura 0,36%

el tener los ojos cerrados me provoca inseguridad, sí que es verdad que puede evitar en cierto modo la vergüenza, pero por otro lado esa vergüenza que aparece por un lado es esa falta de seguridad que crea el no ver.

<Elementos internos\\noelia quintana> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,51%]

Referencia 1 - Cobertura 1,51%

Al principio de esta clase, me sentí algo insegura ya que no sabía exactamente como realizar la respiración diafragmática, realizada en la actividad denominada “mi tripa es un globo”. Más adelante, conforme avanzaba la sesión fui cogiendo más confianza y empecé a sentirme más cómoda y a apreciar más la clase. Algunas veces me consideraba retraída a la hora de mover el cuerpo a pesar de que mis compañeros no podían verme.

<Elementos internos\\pilar gaimon> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,03%]

Referencia 1 - Cobertura 1,03%

También hemos trabajado con los ojos vendados que, por una parte me agrada, ya que los compañeros no pueden ver lo que hago y puedes hacer lo que te plazca, pero por otro, me desorienta un poco y no me siento segura conmigo misma "¿Estará bien lo que hago?"

## **Anexo II**

Referencias codificadas en el indicador observador con tareas con ausencia visual (1.1.2).

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,13%]

Referencia 1 - Cobertura 0,13%

Cuando mi rol pasa a ser el de "explorador" tomo consciencia de cierta incomodidad, vergüenza quizá.

### Anexo III

Referencias codificadas del indicador observado en tareas con ausencia visual del observado (1.1.3).

<Elementos internos\\adrian sancho> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,60%]

Referencia 1 - Cobertura 0,60%

cuando cambias de rol y te toca ser el observado sin contacto visual, tu percepción cambia, sabes que otra u otras personas te miran e imitan tus movimientos, sientes una autoevaluación constante, ser observado sin recibir feedback, realizas movimientos y otra persona (Sin saber quién es...) te copia, la vergüenza y el qué pensarán de cómo lo estoy haciendo comienza a fluir... en

<Elementos internos\\alba cativiela> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 2,03%]

Referencia 1 - Cobertura 0,55%

En esta sesión, hemos trabajado la desinhibición mirando pero sin ser vistos. De esta manera ha sido muy cómodo trabajar ya que cuando te tocaba hacer de ciego te movías según el cuerpo te llevaba o sentía

Referencia 2 - Cobertura 1,48%

En el momento que más inseguridad he pasado, ha sido cuando estaba en el rol de ciega en el momento de las actividades "espejo ciego" y "generador espacial" ya que había un cambio de pareja y no sabías en que momento tenías ya a alguien

1

DIARIO DE PRÁCTICAS- EXPRESIÓN CORPORAL Alba Cativiela robles observándote y más cuando ese nuevo compañero no te decía algunas palabras para indicar que ya estaba ahí y que podías empezar, y un poco al principio también el no saber a quién tenías delante, que eso en el momento que empezaba a moverme se

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,12%]

Referencia 1 - Cobertura 0,12%

Mientras estoy vendado solo me preocupo de moverme con un amplio repertorio de movimientos (

<Elementos internos\\alejandro sanz> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,44%]

Referencia 1 - Cobertura 0,44%

. Me resultó cómodo el ejercicio al hacerlo al comienzo con un compañero con el que tengo confianza de otros años. Al cambiar de parejas y tener que hacer movimientos con los ojos tapados tuve más pudor y vergüenza al no saber a quién tenía enfrente. En el cambio de pareja me sentí incomodo y tenía la curiosidad de saber que persona tenía enfrente imitándome

<Elementos internos\\alicia moliner> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,97%]

Referencia 1 - Cobertura 0,97%



En las actividades en las que hemos cambiado de pareja, no he tenido ningún tipo de problema cuando he tenido que imitar al compañero. En cambio, cuando era yo la persona observada, me he sentido algo cohibida, además de que en algún momento me entraba algo de risa y vergüenza.

<Elementos internos\\ana urbano> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,24%]

Referencia 1 - Cobertura 0,24%

me he llegado a sentir un poco "incómoda" ya que sigo sin conocer muy bien a  
5  
mis compañeros y no tengo un nivel muy alto de confianza con ellos.

<Elementos internos\\beatriz alegre> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,45%]

Referencia 1 - Cobertura 0,45%

observaba estaba mucho más cómoda, ha sido más agradable, ya que como estaba totalmente centrada en imitar bien a la persona que tenía enfrente, no pensaba en nadie más del resto de la clase. Además, como mi pareja estaba con los ojos tapados, aunque cada vez fuera una diferente, no me preocupaba.

<Elementos internos\\diego cabrera> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,78%]

Referencia 1 - Cobertura 0,78%

me daba vergüenza ser observado por un extraño mientras yo tenía los ojos tapados. Sin embargo, tras un par de cambios y de pasar por el rol de observador en actividades como "espejo ciego", fui dándome cuenta de que lo importante de la actividad era imitar y que en cierto modo el que tiene los ojos tapados es el que está controlando al observador.

<Elementos internos\\diego garcia> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,51%]

Referencia 1 - Cobertura 0,41%

en el rol con ojos tapados e improvisar movimientos me he sentido liberado de realizar movimientos cotidianos pudiendo hacer gestos que no me habría planteado realizar en ningún otro contexto. Ciertamente, que el tener los ojos tapados me ha ayudado mucho, pues si hubiese estado visualizando a la persona que tenía que repetir mis movimientos me habría cohibido considerablemente,

Referencia 2 - Cobertura 0,10%

No me sentí incómodo en ningún instante al ser manejado y observado por mis compañeros,

<Elementos internos\\irene perez> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,45%]

Referencia 1 - Cobertura 0,45%

cuando he sido yo la ejecutante, a pesar de estar privada del contacto visual era consciente que mi compañera estaba observándome y por lo tanto me ha resultado más difícil e incluso me bloqueaba en ocasiones no sabiendo que hacer.

<Elementos internos\\jorge royo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,53%]

Referencia 1 - Cobertura 1,53%

con la actividad "espejo ciego". Durante la sesión anterior comenté que en una actividad introduciría el cambio de pareja, por lo que las variantes introducidas han sido muy buenas, de hecho, cuando actuaba con los ojos cerrados, aun no viendo quien me hacía el espejo, estaba nervioso y con cierta vergüenza.

<Elementos internos\\juan dueso> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,51%]

Referencia 1 - Cobertura 0,51%

Es una sensación diferente en cuanto a realizar un actividad con ausencia visual ya que te cohibes menos porque no estás observando a la otra persona que te está copiando lo que tú estás haciendo, y por tanto te sientes más protegido a la hora de expresarte corporalmente.

<Elementos internos\\leticia monton> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,12%]

Referencia 1 - Cobertura 0,12%

pero la vergüenza es todavía menor porque hay más gente conmigo realizando la actividad al mismo tiempo.

<Elementos internos\\marta mateo> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 1,01%]

Referencia 1 - Cobertura 0,66%

El ejercicio del espejo ciego, cuando hay que cambiar de compañero no me siento cómoda, ya que soy yo la que está con los ojos cerrados haciendo de "ciega" y no sé qué persona se pone delante pero al tercer cambio me voy sintiendo mejor.

Referencia 2 - Cobertura 0,35%

tengo bloqueos cuando llevo mucho rato con una pareja que no es la de siempre porque no se qué movimientos hacer y me agobio,

<Elementos internos\\miguel falo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,22%]

Referencia 1 - Cobertura 0,22%

eras observado, me he sentido cómodo y he sido capaz de obviar la presencia de mi observador, la cual no percibía.

<Elementos internos\\nacho montorio> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,25%]

Referencia 1 - Cobertura 0,25%

Hay desinhibición ya que la ausencia de visión al estar con los ojos tapados hace que no te sientas observado y realices todo tipo de movimientos sin vergüenza.

<Elementos internos\\noelia quintana> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,51%]

Referencia 1 - Cobertura 1,51%

tarea denominada "espejo ciego", en la que al principio me sentí más incómoda ya que yo estaba realizando movimientos al ritmo (o no) de la música y un compañero me tenía que imitar. Es cierto que al cuando empezamos, conocía a mi compañero lo suficiente como para estar cómoda pero a la

1 Noelia Quintana Valero. 681738

hora de cambiar de pareja, se fue complicando ya que la otra persona era algo más desconocida para mí.

<Elementos internos\\nuria moraz> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 1,18%]

Referencia 1 - Cobertura 0,54%

La sensación que tuve durante esta práctica fue extraña, debido a que lo normal creo que sería tener más vergüenza a la hora de realizar los ejercicios sin los ojos tapados, y en mi caso, fue completamente al revés. La sensación de no estar haciendo los movimientos con total libertad debido al bloqueo mental producido por la timidez que me daba el saber que el resto de compañeros me veía y yo a ellos no.

Referencia 2 - Cobertura 0,64%

Al principio ese retraimiento en mis movimientos fue muy incómodo porque notaba como el nuevo y desconocido compañero me juzgaba por mis movimientos, aunque no fuese así. El no saber quién es el que tienes enfrente y que te está acompañando en los movimientos me daba una cierta inseguridad tanto en mi misma como hacia el exterior. Aunque después de varias actividades ese temor e inseguridad, se iba convirtiendo en una risa floja que me producía una desconocida seguridad en mi misma.

<Elementos internos\\paula cerdan> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 1,36%]

Referencia 1 - Cobertura 1,05%

al principio me he sentido cómoda con mi compañera ya que tengo mucha confianza con ella y me han salido bastantes movimientos diferentes y creativos. Conforme pasaban mis compañeros, cada vez me sentía más nerviosa y con más incertidumbre ya que no sabía quién me estaba imitando, incluso a en alguna de las rondas no poder evitar mirar quién era. Además, hay muchos de ellos que no conozco apenas y esto influye a la hora de moverme.

Referencia 2 - Cobertura 0,31%

rol de observar, en cambio, me he sentido más tranquila y relajada ya que me limitaba a imitar todos los movimientos realizados

<Elementos internos\\pilar gaimon> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,13%]

Referencia 1 - Cobertura 1,13%

La mayor parte de la clase ha sido de observación y te he de confesar que es una de las cosas que peor me sientan, que la gente observe todo lo que hago y cómo lo hago, ya que en mi opinión siempre que miras algo con atención hay un juicio, y no me gusta que la gente me juzgue.

<Elementos internos\\ruben claveras> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,49%]

Referencia 1 - Cobertura 0,49%

En mi caso no fue muy relevante este aspecto aunque no sentía el mismo nivel de comodidad que en otros ejercicios ya que al ser observado por alguien me podía sentir como si fuera juzgado por alguien.

<Elementos internos\\ruben erles> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,52%]

Referencia 1 - Cobertura 0,52%

Es verdad que mientras realizabas el rol de observado y aunque llevabas el pañuelo, eras consciente de que el observador te estaba observando y obviamente te hacía pensar en ello.

<Elementos internos\\yesica onco> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,35%]

Referencia 1 - Cobertura 0,20%

. Al principio me daba un poco de miedo/vergüenza el hecho de que me mirase más gente además de mi compañero.

Referencia 2 - Cobertura 0,14%

paseo ciego, he perdido toda la vergüenza con la que he empezado la sesión,

## Anexo IV

Referencias codificadas del indicador observador en tareas con ausencia visual del observado (1.1.4).

<Elementos internos\\adrian sancho> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,22%]

Referencia 1 - Cobertura 0,22%

observador-imitador es más sencillo y relajado ya que la visión te permite observar al otro, realizar sus movimientos y seguir sus pasos...

<Elementos internos\\alba cativiela> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,19%]

Referencia 1 - Cobertura 0,19%

cuando tenías que observar no había nadie con quien cruzar las miradas.

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,31%]

Referencia 1 - Cobertura 0,31%

Cuando soy yo el que imita también me lo paso bien. Me gusta analizar el repertorio de movimientos de mis compañeros y valorar que tal se les da la expresión corporal. Descubro que hay compañeros que lo hacen bastante bien y otros no tanto.

<Elementos internos\\alejandro sanz> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,17%]

Referencia 1 - Cobertura 0,17%

Fue divertido verlos aunque no me hubiera gustado ser ellos ya que me hubiera agobiado que todo el mundo me estuviera mirando y me liara.

<Elementos internos\\diego garcia> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,68%]

Referencia 1 - Cobertura 0,23%

el rol de ser el espejo e imitar los movimientos del compañero me he sentido cómodo, ya que solo el reproducir los movimientos que visualizaba ha hecho que no tuviese que pensar en nada más que en esos gestos,

Referencia 2 - Cobertura 0,45%

he podido observar de las otras parejas ha sido un tanto confuso el recibir distintas informaciones de diferentes personas ya que eso les ha hecho dudar de si podían seguir caminando o se encontraban con un obstáculo. Además, por lo que he visto, el ir paseando aún con los ojos tapados, pero con un compañero creaba una sensación de mayor seguridad que si esta actividad se hubiera realizado de manera individual

<Elementos internos\\irene perez> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,83%]

Referencia 1 - Cobertura 0,83%

En el "Espejo ciego" el grado de exigencia ha sido mucho mayor a lo que estaba acostumbrada hasta ese momento ya que además de estar emparejada, mi compañera ha podido observarme. Como en el ejercicio anterior hemos realizado el rol de ejecutante y el de alumno-espejo. Cuando he sido la alumna espejo observa a mi compañera sus movimientos sin ningún problema, me he sentido muy cómoda ya que tan solo tenía que imitarla.

<Elementos internos\\marta mateo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,40%]

Referencia 1 - Cobertura 0,40%

cambio de rol y puedo ver, empiezo a estar mejor ya que veo que los demás están haciendo lo mismo y que no soy la única que ha tenido bloqueos.

<Elementos internos\\miguel falo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,25%]

Referencia 1 - Cobertura 0,25%

yo de observador, he intentado no interactuar de forma alguna con el observado, para que su gestualidad no estuviera condicionada.

<Elementos internos\\yesica onco> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,76%]

Referencia 1 - Cobertura 0,42%

Cuando ha cambiado el rol y he sido yo la que no lo llevaba, he decidido mirar momentáneamente al resto, y me he dado cuenta que cada pareja estaba centrado en su compañero y que nadie miraba a los demás como seres extraños.

Referencia 2 - Cobertura 0,34%

más intimidad en el espejo, porque había dos roles muy claros, el del observador y el del observado, y era una mirada muy directa, pues debía imitar los ejercicios que se realizasen;

## Anexo V

Referencias codificadas del indicador observado en tareas con presencia visual (1.1.5).

<Elementos internos\\adrian sancho> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 1,88%]

Referencia 1 - Cobertura 0,49%

La sensación de ser observado en un periodo largo de tiempo comienza a generar incomodidad surgiendo cuestiones del tipo...¿Estaré haciendo bien los movimientos? Se está equivocando...¿Será por qué no realizo bien la ejecución? ¿No doy el modelo correcto? ¿Qué debo mejorar? ¿Qué pensará de mis movimientos?...

Referencia 2 - Cobertura 1,40%

"Mirada por parejas" durante 5 minutos donde teníamos que mantener la mirada fija con el compañero si que me resultó incomoda, ya que tuve la sensación de que mis ojos incluso se cruzaban... perdían el punto fijo de visión...quizás por mantenerlos de forma fija hacia la compañera, hay una parte emocional añadida, no estamos ni estoy acostumbrado a este tipo de ejercicios, la sensación de "te están viendo por dentro", de descubriste hacia el otro, del qué pensará de mi...te lleva incluso a bajar la mirada, a perder el contacto visual directo durante milisegundos, para generar una desconexión momentánea que te permite volver a iniciar la tarea. Me pareció más sencilla la tarea "pasillo visual" ya que, aunque tienes un pasillo de observadores...tú, como observado puedes o no puedes mirar de forma directa a las personas, o vas cambiando...me resultó más cómodo de hacer y llevar a cabo.

<Elementos internos\\alba cativiela> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 3,29%]

Referencia 1 - Cobertura 1,85%

Esta sesión en la que no es tanto de mirar y escuchar tu interior si no que ya era un contacto más directo con los demás compañeros de la clase. En la anterior sesión que era solo mirar sin ser mirado, te sentías más cómodo para mirar, en cambio en esta ya eras mirado tú también, por lo tanto había momentos en los que sentías vergüenza o apuro, como por ejemplo en la actividad del espejo y el espejo múltiple, por un lado tenías que moverte o bailar y por otro lado te estaban viendo cómo te movías para imitarte, al principio me he sentido muy incómoda, pero he escuchado un poco la música que sonaba y ya iba haciendo lo que me salía y ya se me ha pasado el primer momento de impacto.

Referencia 2 - Cobertura 0,51%

solo consistía en mirar y yo no estoy acostumbrada a mirar a alguien y nada más y que me miren sin recibir una respuesta, mi pareja y yo sentíamos vergüenza y apartábamos bastante las miradas

Referencia 3 - Cobertura 0,93%

. En el pasillo en el que tenías que pasar por delante de tus compañeros a modo de pasarela me sentí bastante bien, otras veces que lo hemos hecho he sentido mucha vergüenza y se me ha hecho eterno el paseo, en cambio esta vez, me lo tomé con otra filosofía y de una manera más desvergonzada y la verdad que me encontré bastante bien haciéndolo,

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 6 referencias codificadas [Cobertura 1,17%]

Referencia 1 - Cobertura 0,16%

Cuando me doy cuenta de que estoy motivado con la música, siento un poco de vergüenza y me vuelvo a centrar en el ejercicio.

Referencia 2 - Cobertura 0,22%

Cuando me toca hacer de modelo, sucede que me toca bailar la canción de la gallina Turuleta. Me da mucha vergüenza hacerlo porque me parece infantil y un punto ridícula.

Referencia 3 - Cobertura 0,19%

. Comienzo a notar las miradas de mis dos compañeros en mí. Experimento un poquito de incomodidad; incomodidad que no esperaba que fuera a sentir.

Referencia 4 - Cobertura 0,25%

-Fotocopiadora: Este es un juego que no pienso que sea muy comprometido. El único momento de tensión lo experimento cuando me toca hacer de modelo frente a una persona que creí que iba a juzgarme.

Referencia 5 - Cobertura 0,12%

Mi rol aquí es el de "el igual". No experimento tensión alguna debida a la interacción visual,

Referencia 6 - Cobertura 0,24%

Experimento bastante nerviosismo, intento serenarme y pensar en que estamos en el contexto de la expresión corporal. Me cuesta aguantarle la mirada a mi compañero, se la aparto sin querer.

<Elementos internos\\alejandro sanz> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,49%]

Referencia 1 - Cobertura 0,15%

Me resultó difícil ya que al sentirme observado no sabía a dónde me miraba, si me miraba porque tenía algo mal puesto,

Referencia 2 - Cobertura 0,34%

Esta tarea no me supuso ningún compromiso hacerla ya que el curso anterior la hicimos y con muchos compañeros ya había confianza para no pasar vergüenza. También me ayudó el que no tuve que pasar de los primeros, sino que ya había visto a varios compañeros delante y me alivió.

<Elementos internos\\alicia moliner> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 2,13%]

Referencia 1 - Cobertura 0,72%

una actividad de respiración, en la que observo al resto de mis compañeros igual que ellos me observan a mí, por ello, he realizado movimientos sabiendo que me estaban viendo, es decir, regulo lo que hago.



Referencia 2 - Cobertura 0,43%

espejo múltiple, he tenido más vergüenza al ser observada, ya que al observar a otra compañera yo formaba parte de un grupo.

Referencia 3 - Cobertura 0,98%

conforme el grupo se hacía más grande, daba más vergüenza someterse a las miradas de todos, sin embargo, como todos hemos tenido que pasar por lo mismo y la duración de ser observado no era excesiva, he podido olvidarme de que me estaban mirando e intentar disfrutar del pasillo.

<Elementos internos\\ana urbano> - § 4 referencias codificadas [Cobertura 1,30%]

Referencia 1 - Cobertura 0,31%

requería mayor compromiso porque había más observadores. Por lo que he tenido más problemas al llevarla a cabo porque sentía demasiadas miradas en mí lo que me provocaba una mayor inhibición.

Referencia 2 - Cobertura 0,29%

El objetivo era mirar durante unos segundos a nuestro compañero para copiar su postura por lo que con algunos compañeros me ha costado un poco más ya que me daba más vergüenza.

Referencia 3 - Cobertura 0,41%

al principio me he sentido cómoda porque existe cierta confianza entre mi compañera y yo, pero transcurrido un tiempo he comenzado a ponerme bastante nerviosa porque no sabía donde dirigir mi mirada y no sabía que es lo que estaría pensando mi compañera.

Referencia 4 - Cobertura 0,30%

ser el observado ha sido muy incómodo porque todas las miradas estaban centradas en mí y no he sido capaz de mirar a mis compañeros a la cara debido a la vergüenza que estaba pasando.

<Elementos internos\\beatriz alegre> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,30%]

Referencia 1 - Cobertura 0,22%

más vergüenza en la tarea de "espejo múltiple", no cuando tenía que observar yo a mis compañeros sino cuando era yo la observada por cuatro personas.

Referencia 2 - Cobertura 0,08%

de "miradas por parejas", me resulto un poco incómodo.

<Elementos internos\\brenda tena> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 1,00%]

Referencia 1 - Cobertura 0,54%

En el rol de observador, dependiendo de los movimientos de los modelos me costaba más o menos realizarlo pero trataba de estar seria y no reirme para no desconcentrar a la persona. En el rol de modelo, me sentí un

5

DIARIO DE AFAE

poco más intimidada que la vez anterior porque había más personas mirando.

Referencia 2 - Cobertura 0,46%

dos filas enfrentadas dejando un hueco en medio. Por el pasillo van pasando todos de uno en uno. Cuando lo realicé no sabía qué hacer si saludar, si andar normal, si bailar, ... Me sentí muy observada y me dio un poco de vergüenza, tanto que ni yo misma me lo esperaba.

<Elementos internos\\chavier lazaró> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,24%]

Referencia 1 - Cobertura 0,24%

Nos reíamos para no sentirnos incómodos, o mirábamos a otro lado constantemente.

<Elementos internos\\diego cabrera> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,49%]

Referencia 1 - Cobertura 0,49%

cierta vergüenza a que los demás puedan verte haciendo movimientos aleatorios y poco habituales, pero al rato te das cuenta de que todo el mundo está en la misma situación que tú y poco a poco se va perdiendo esa vergüenza

<Elementos internos\\diego garcía> - § 5 referencias codificadas [Cobertura 0,98%]

Referencia 1 - Cobertura 0,17%

El hecho de sentirme observado no me ha incomodado, posiblemente debido a que con dicho compañero tengo la suficiente confianza como para estar seguro y cómodo.

Referencia 2 - Cobertura 0,28%

Estas mismas sensaciones he tenido con el espejo múltiple, aunque sí que es cierto que en el rol de crear movimientos, en función del ritmo de la música me ha costado más elaborar gestos acordes a ella, sabiendo que había más personas observándome e imitándome.

Referencia 3 - Cobertura 0,11%

No me ha incomodado en ningún momento que me observasen con mucho detalle para juntarme con mi pareja.

Referencia 4 - Cobertura 0,22%

pero si es cierto que si fijaba su mirada en una parte de mi cuerpo concreta que no fueran mis ojos, sí que me resultaba más incómodo ya que personalmente no era consciente de por qué me miraba justo ahí.

Referencia 5 - Cobertura 0,19%

del pasillo visual, me he sentido muy cómodo, he pasado caminando entre todos mis compañeros tranquilamente, siendo totalmente observado y no me ha incomodado en absoluto.

<Elementos internos\\eva miguel> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,43%]

Referencia 1 - Cobertura 0,43%

En el pasillo visual me he sentido muy observada, sé que es el objetivo pero lo digo con aspecto negativo porque no me he sentido del todo a gusto.

<Elementos internos\\irene perez> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,74%]

Referencia 1 - Cobertura 0,74%

al pasar a rol de ejecutor, me he quedado en ocasiones bloqueada sin saber bien que hacer recurriendo a la mirada a otros compañeros para hacer algo parecido o igual. Como variante decir que posteriormente se ha aumentado la exigencia puesto que ahora la imitación era de más personas por lo que aumentan las miradas, los juicios y por lo tanto el nerviosismo, y la vergüenza.

<Elementos internos\\jorge royo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,58%]

Referencia 1 - Cobertura 0,58%

Concretamente en la actividad de espejo, me he sentido un poco raro porque no sabía que hacer, tenía muy pocas ideas

<Elementos internos\\juan duesto> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 1,24%]

Referencia 1 - Cobertura 0,52%

actividad del "espejo" y "espejo múltiple" me he sentido muy bien al realizarla y me he divertido mucho. Pienso que una actividad en la que una o varias personas me están observando, puede llegar a ser incómodo, pero creo que gracias al soporte o ayuda de la música ha ayudado.

Referencia 2 - Cobertura 0,27%

Por eso, el momento de estar en silencio y observando a mi compañero es algo que me puso nervioso, supongo que por cierta inseguridad o vergüenza

Referencia 3 - Cobertura 0,45%

no he estado tan nervioso como la actividad anterior ya que en este caso existía movimiento y no estaba obligado a mantener una mirada fija con una persona única sino con las que quería o como han hecho otros alumnos no mirar a nadie y pasar.

<Elementos internos\\leticia monton> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,64%]

Referencia 1 - Cobertura 0,29%

He sentido vergüenza y timidez al mirar fijamente a los ojos, no era capaz de estar continuamente manteniendo esa interacción visual, desviaba la mirada e incluso unas sensaciones de nervios recorrían mi cuerpo y lo conducían a una risa que no tenía fin.

Referencia 2 - Cobertura 0,36%

He sentido vergüenza, me he sentido observada por todos los compañeros que tenía al lado, lo que haces es intentar pasar lo antes posible e incluso desviar la mirada hacia otros puntos donde no están los ojos observadores de los compañeros, quizá sientas algo de angustia y alivio cuando llegas al final del pasillo.

<Elementos internos\\luis rodriguez> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,83%]

Referencia 1 - Cobertura 0,17%

En la actividad de fotocopidora me sentí a gusto en casi todas posturas

Referencia 2 - Cobertura 0,66%

me encontré un tanto espeso e incómodo por los siguientes motivos: nunca me ha gustado aguantar mucho la mirada con una persona excepto en contadas ocasiones y en el pasillo no sabía qué hacer, me sentía observado y tenía ganas de que llegara el final y colocarme a un lado.

<Elementos internos\\marta mateo> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 1,11%]

Referencia 1 - Cobertura 0,51%

He tenido un poco de nervios en la mirada por parejas y evitaba el contacto visual en algunas ocasiones, la mayoría de veces cuando el compañero me miraba a los ojos al mismo tiempo.

Referencia 2 - Cobertura 0,60%

he tenido nervios ha sido en el pasillo visual y me ha entrado la risa mientras pasaba por medio, iba buscando también, a las personas con la que tengo mayor confianza para mirarles a ellos y sentirme reconfortada.

<Elementos internos\\miguel falo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,25%]

Referencia 1 - Cobertura 0,25%

Yo me sentí cómodo, miraba a la gente a los ojos con normalidad, quizás haciendo uso de la mirada "ofensiva" que acabo de mencionar.

<Elementos internos\\nagore gil> - § 4 referencias codificadas [Cobertura 1,55%]

Referencia 1 - Cobertura 0,35%

un mayor compromiso al haber más observadores, me sentí muy cómoda porque todas íbamos a pasar por el mismo rol. Esto hizo que pudiese desinhibirme más durante la actividad y que la disfrutase completamente.

#### Referencia 2 - Cobertura 0,23%

todo en el rol de modelo, ya que eras observado constantemente por el escultor para poder moldear al barro, sentí algo de inseguridad

#### Referencia 3 - Cobertura 0,32%

en la variante donde éramos 6 personas (2 grupos), la interacción táctil y visual era mayor, lo que hizo que al principio, mientras hacía de modelo y de barro siéntese algo de vergüenza.

#### Referencia 4 - Cobertura 0,65%

nos mirábamos por parejas y no teníamos nada que hacer, lo que hacía que aún me pusiese más nerviosa; en el pasillo visual, al romperse el dualismo que había en mirada por parejas, ya que todo el grupo-clase te está mirando incluso llegué a sentir un poco de angustia cuando pasé, porque aunque yo también tenía la posibilidad de observar, el número de observadores era mucho mayor.

<Elementos internos\\nerea idoipe> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,33%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,33%

causa mayor impacto es el pasillo visual, estamos acostumbrados a mirar, pero creo que nunca nos acostumbraremos a que nos miren. Es una sensación desagradable para mí, o más que desagradable, incómoda.

<Elementos internos\\noelia quintana> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,98%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,98%

Cabe destacar también que esta fue la sesión del pasillo visual en el que todos te miraban y eras tú solo el que tenías que pasar por el medio. Reconozco que sentí bastante vergüenza cuando yo pasé ya que todas las miradas estaban centradas en mí y en lo que yo pudiese hacer.

<Elementos internos\\nuria moraz> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,98%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,49%

Las siguientes tareas que realizamos no me supusieron ningún tipo de incomodidad, ni vergüenza, ni rigidez,... al revés, al ser un juego en los que éramos como estatuas y otros compañeros tenían que adivinar nuestra pareja, la interacción era breve y estabas (en mi rol de estatua) más pendiente de si adivinaban o de si fallaban, que del propio hecho de ser observada.

#### Referencia 2 - Cobertura 0,50%

esta actividad fue una de las que, para mí, implicó más carga emocional y más trabajo personal de los que habíamos realizado hasta el momento. Mientras hacíamos este ejercicio sentía que un miedo incontrolable me iba invadiendo; cómo que por cada segundo que pasaba

intercambiando la mirada fija a los ojos, la otra persona iba descubriendo más "secretos" y verdades sobre mí.

<Elementos internos\\pilar gaimon> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,57%]

Referencia 1 - Cobertura 1,57%

Por último, el ejercicio de "paseo visual" sí que me ha costado bastante. Cuando he empezado a caminar, me he apoyado en personas que conozco más y me he parado frente a ellas mirándolas, ya que no sabía qué hacer por vergüenza. Al llegar al final del pasillo, he aligerado el paso porque no me gusta que todo el mundo me mire, no me considero tímida, pero sí que me da corte algunas situaciones.

<Elementos internos\\pilar morales> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,12%]

Referencia 1 - Cobertura 1,12%

El momento de más vergüenza o timidez ha sido cuando en el espejo me he puesto con un compañero que casi no conozco. Ambos estábamos algo cortados y no sabíamos qué hacer. En el espejo colectivo ha sido menos duro ya que al estar más personas, no estás centrando tu atención únicamente en un compañero en concreto y esto te permite que experimentes más y seas más libre de expresar lo que la música te inspira.

<Elementos internos\\ruben claveras> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,40%]

Referencia 1 - Cobertura 0,40%

Personalmente durante el rato que estuve pasando no me sentí incómodo ni cohibido de alguna forma, ya que aunque todos me miraban eran personas de confianza para mí.

<Elementos internos\\ruben erles> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,55%]

Referencia 1 - Cobertura 0,55%

me sentí más observado cuando el espejo se realizaba por parejas, ya que parece que cuando te miran varias personas, ese compromiso se diversifica y te hace parecer que eres menos observado.

## Anexo VI

Referencias codificadas del indicador observador en tareas con presencia visual (1.1.6).

<Elementos internos\\adrian sancho> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,75%]

Referencia 1 - Cobertura 0,50%

lo mismo cuando cambias el roll y haces de observador...la copia es más sencilla pero requiere de atención focalizada continuada para llevar a cabo los movimientos correctos del observado..en ocasiones la lateralidad se confunde..si se pone de lado...yo..¿Cómo me debo de colocar? Surgen pequeñas confusiones en la copia.

Referencia 2 - Cobertura 0,25%

, algún compañero pudo observarse que no se sentía cómodo con un público de observador, ya que para él no son solo observadores sino evaluadores constantes .

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,27%]

Referencia 1 - Cobertura 0,23%

no tengo ninguna reticencia cuando me toca imitar. Intento hacerlo bien y divertirme. Voy observando algunos pasos de baile de mis compañeras para incorporarlos a mi repertorio.

Referencia 2 - Cobertura 0,05%

Él tampoco me la aguanta en ocasiones.

<Elementos internos\\alejandro sanz> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 0,56%]

Referencia 1 - Cobertura 0,16%

El rol de imitador no me supuso ningún tipo de vergüenza, era divertido imitar al compañero, cada uno hacíamos lo que podíamos.

Referencia 2 - Cobertura 0,24%

Sin embargo el rol de imitado sí que me resultó más difícil. Sobre todo porque no me gusta que me miren y ser el centro de atención y porque cuando llevaba un rato ya no sabía que más pasos hacer.

Referencia 3 - Cobertura 0,16%

Sin embargo, el mirar al compañero no me resultó complicado, trataba de mirarle a todas las partes para que se sintiera incómodo.

<Elementos internos\\ana urbano> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,27%]

Referencia 1 - Cobertura 0,27%

rol del observador me he sentido muy cómoda porque solo tenía que mirar a un compañero que recorría el pasillo y todos mis compañeros realizaban el mismo rol que yo.

<Elementos internos\\beatriz alegre> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,25%]

Referencia 1 - Cobertura 0,25%

a mí me tocó el rol de fotocopiar a mis compañeros. Fue una tarea agradable porque cuando cambiaba de compañero, con alguno de ellos sentía como una cierta complicidad.

<Elementos internos\\diego garcia> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,37%]

Referencia 1 - Cobertura 0,25%

me ha resultado más sencillo que en el anterior ya que no tenía que pensar, ni improvisar movimientos sino que simplemente me he tenido que dedicar a observar los gestos de mi compañero y reproducirlos de la manera más exacta.

Referencia 2 - Cobertura 0,12%

mirada por parejas, el hecho de observar no me ha supuesto esfuerzo alguno, ni mantener la mirada de mi compañero,

<Elementos internos\\irene perez> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,33%]

Referencia 1 - Cobertura 0,33%

El espejo" y como actividades de otras sesiones en los que existen dos roles: el ejecutor y el espejo, cuando he sido espejo ha sido fácil y sin ningún tipo de problema

<Elementos internos\\juan duese> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,61%]

Referencia 1 - Cobertura 0,61%

Observando a otras personas me podido percibir cierto grado de incomodidad, ya que algunos pasaban corriendo y mirando al suelo con el objetivo de terminar cuanto antes, supongo que por una gran incomodidad que tenían. Otros se ponían a bailar mientras pasaban y otros miraban a la gente como ha sido mi caso mientras saludaba.

<Elementos internos\\luis rodriguez> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,43%]

Referencia 1 - Cobertura 0,43%

he de decir que en este ejercicio me di cuenta que la gran mayoría de compañeros están desinhibidos y hay muy buen rollo entre nosotros, es decir, el clima es bastante agradable.

<Elementos internos\\miguel falo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,31%]

Referencia 1 - Cobertura 0,31%

había compañeros a los que se veía notablemente nerviosos, y que reaccionaban bajando la mirada o con gestos corporales que a mi parecer eran demasiado forzados.

<Elementos internos\\nuria moraz> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,68%]



#### Referencia 1 - Cobertura 0,37%

actividad de movimiento con ojos abiertos, observé que la gente regula mucho más sus movimientos en comparación de cuando los llevábamos cerrados en sesiones anteriores. Esto puede ser debido a que vas pensando que los compañeros te juzgan o por la propia vergüenza de cada uno.

#### Referencia 2 - Cobertura 0,31%

observé que la personalidad de cada uno marcaba la manera en la que pasaban a través del pasillo. Antes de que pasaran podías anticiparte a si iba a pasar rápido y sin mirar, o haciendo algún tipo de actuación graciosa o desafiante.

#### <Elementos internos\\pilar gaimon> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,99%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,99%

mirar a los ojos al compañero y aguantar durante un tiempo. Las dos nos hemos reído en determinadas ocasiones, pero creo que ha sido por la situación incómoda a la que nos hemos enfrentado, y yo sólo hacía más que preguntarme: qué mirara, qué pensará.

#### <Elementos internos\\pilar morales> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,13%]

#### Referencia 1 - Cobertura 1,13%

Los momentos más incómodos puede que se hallan dado en el pasillo visual o en la mirada por parejas, ya que si miras a alguien fijamente a los ojos y no tienes mucha confianza, te puede resultar difícil mantener la mirada. Al igual que si pasas por un pasillo en el cuál te está mirando toda la clase. No ha sido mi caso pero si que he observado que para algunos alumnos el cruzar el pasillo ha sido algo costoso.

#### <Elementos internos\\ruben erles> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,96%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,96%

Unos intentamos pasar sin fijar la mirada en ningún compañero, otros por el contrario eligieron una estrategia más atrevida y fijaban la mirada en compañeros de las distintas filas para pasar al otro lado. Eso sí, hubo algunos que tanta exposición le suponía que no pudo aguantar y se echó a correr para llegar lo antes posible.

## Anexo VII

Referencias codificadas en el indicador observado en tareas con presencia visual (1.2.1)

<Elementos internos\\alba cativiela> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,63%]

Referencia 1 - Cobertura 0,63%

Como poco a poco vamos cogiendo confianza en la clase, en ningún momento he sentido pudor o vergüenza de lo que estaba haciendo, me daba confianza el tener al resto de compañeros haciéndolo a mi lado y he disfrutado tanto representando

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,23%]

Referencia 1 - Cobertura 0,23%

En el momento de representar las posturas delante de la clase, no siento vergüenza porque ya lo han hecho antes todos mis compañeros y además pienso que no están muy atentos en mí.

<Elementos internos\\alejandro sanz> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 0,68%]

Referencia 1 - Cobertura 0,31%

Después fue la hora de representarlo delante de toda la clase, quizás al ser los primeros la vergüenza al hacerlo y el miedo al qué dirán estaba presente. Pero al estar concentrado en lo que tenía que hacer y el orden de las figuras me olvidé de ello.

Referencia 2 - Cobertura 0,18%

Me gustó la actividad ya que deja desarrollar nuestra imaginación y me sentí muy cómodo a la hora de representarla sin ningún tipo de vergüenza

Referencia 3 - Cobertura 0,19%

. Me lo pasé muy bien haciendo la representación ya que una vez perdida la vergüenza al principio de la clase, no me importaba seguir saliendo a "escena".

<Elementos internos\\ana urbano> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,36%]

Referencia 1 - Cobertura 0,36%

sentido tan cómoda y relajada debido a que hemos tenido un poco de tiempo de prepararnos lo que íbamos a hacer y a representar a nuestros compañeros y no hemos tenido que improvisar, sino si que me habría dado más vergüenza.

<Elementos internos\\brenda tena> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,59%]

Referencia 1 - Cobertura 0,59%

El rojo nos recordó al fuego y al amor, el azul al agua, la lluvia y al cielo y el verde (que es el que más nos costó), nos recordó a las plantas y la naturaleza. No nos costó mucho ponernos de acuerdo porque las dos teníamos idea parecidas. Cuando tocó representarlo

DIARIO DE AFAE

frente a los compañeros, sentí un poco de vergüenza

<Elementos internos\\nuria moraz> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,98%]

Referencia 1 - Cobertura 0,68%

Me sentí muy cómoda al representar los colores, incluso cuando lo hicimos delante de los compañeros. Creo que me sentí relajada y sin presión por el hecho de no tener que comunicar algo en concreto, o porque daba igual lo que representase porque no lo tenían que entender ni me tenían que evaluar, mi pareja y yo podíamos hacer lo que quisiésemos, y esa sensación de libertad a la hora de hacer movimientos me encantó e hizo olvidarme de que tenía a veinticinco personas sentadas delante observando lo que hacía.

Referencia 2 - Cobertura 0,30%

me iba sorprendiendo a mi misma de no pasarlo mal ni sentirme incomoda representando figuras o actuando delante de mis compañeros, sino todo lo contrario, me sentía libre y lejos de cualquier tipo de presión grupal ni visual.

<Elementos internos\\ruben claveras> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,28%]

Referencia 1 - Cobertura 0,28%

Me sentí más cómodo en la segunda representación por haber perdido el miedo escénico en la primera representación.

## **Anexo VIII**

Referencias codificadas en el indicador observador en tareas con presencia visual (1.2.2).

<Elementos internos\\alba cativiela> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,76%]

Referencia 1 - Cobertura 0,76%

Como poco a poco vamos cogiendo confianza en la clase, en ningún momento he sentido pudor o vergüenza de lo que estaba haciendo, me daba confianza el tener al resto de compañeros haciéndolo a mi lado y he disfrutado tanto representando como viendo las representaciones de los demás.

## Anexo IX

Referencias codificadas en el indicador observado en tareas con presencia visual (1.3.1)

<Elementos internos\\alba cativiela> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 1,08%]

Referencia 1 - Cobertura 0,24%

disfruto en el momento de la teatralización de los grupos, tanto representando el nuestro

Referencia 2 - Cobertura 0,84%

En el momento de hacer la representación no me he sentido nerviosa o inhibida, más bien a revés ya que me he sentido bastante segura de lo que hemos estado preparando y trabajando, aunque sí que es cierto que no he conectado directamente con el público, sin establecer contacto visual con él o haciéndole guiños.

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 8 referencias codificadas [Cobertura 1,45%]

Referencia 1 - Cobertura 0,19%

Ensayar gestos frente al espejo me divierte. No obstante, tener a mis compañeros cerca me causa incomodidad. Me da vergüenza hacer el bobo en público.

Referencia 2 - Cobertura 0,29%

Empiezo el juego con vergüenza. Aunque sé que no existen expectativas que satisfacer, temo el no poder imitar los gestos del compañero y que se descubra mi inseguridad. Al final no lo hago tan mal. Acabo riéndome y disfrutando.

Referencia 3 - Cobertura 0,11%

mi vergüenza se ha disipado. Incluso cometo un error pero no me avergüenzo por ello.

Referencia 4 - Cobertura 0,13%

Representando la coreografía me quedo en blanco, olvido lo que venía, experimento muchísima vergüenza.

Referencia 5 - Cobertura 0,26%

Tomo conciencia de lo comprometida que es esta actividad: primero por el hecho de improvisar que te hace perder el control de lo que estás haciendo aumentando sobremanera los niveles de tensión y vergüenza.

Referencia 6 - Cobertura 0,23%

Esta vez salgo al escenario a desempeñar una improvisación cantada, siento mucha mucha vergüenza. No sabemos lo que estamos haciendo. Nunca pensé que fuera a pasar semejantes apuros.

Referencia 7 - Cobertura 0,13%

En cuanto a la vivenciación de la puesta en escena: No sentía nervios ni reticencias a actuar en público.

Referencia 8 - Cobertura 0,10%

Fui capaz de disfrutar con el trabajo y de divertirme mientras lo realizaba,

<Elementos internos\\alejandro sanz> - § 7 referencias codificadas [Cobertura 1,82%]

Referencia 1 - Cobertura 0,23%

Al principio me resultó un poco incómodo el verme de frente en el espejo poniendo caras y que los demás me miraran. Pero conforme iba pasando el ejercicio me fui sintiendo más cómodo.

Referencia 2 - Cobertura 0,26%

me resultó complicado imitar según que gestos ya que no todos podíamos hacer el mismo según nuestras posibilidades. Al hacerlo con un grupo en el que hay confianza no me dio ningún tipo de vergüenza sino al revés

Referencia 3 - Cobertura 0,25%

Fue una actividad en la que me sentí cómodo y me gustó hacer, sobre todo cuando tenias 2 o 3 pelotas a la vez que había que combinarlas para hacer una oración que cumpliera esas calidades del sonido,

Referencia 4 - Cobertura 0,14%

me sentí cómodo haciéndolo con mi grupo y riéndonos de los diversos sonidos que se nos ocurrían para un mismo objeto

Referencia 5 - Cobertura 0,17%

Este ejercicio me supuso un gran compromiso ya que no estaba acostumbrado a llevar eso y no se la pedí a ningún compañero por la vergüenza.

Referencia 6 - Cobertura 0,16%

No me supuso ninguna vergüenza el bailar delante de los demás ya que no era la primera vez que hacíamos un ejercicio similar en clase

Referencia 7 - Cobertura 0,60%

Al comienzo de la representación me sentí incómodo y con vergüenza de hacerla delante de la clase y ser los primeros. Trataba de no mirar al público evitando el contacto y la vergüenza. Conforme fueron pasando los segundos de representación me metí en el papel, olvidándome del público y dejando la vergüenza de lado. El resto de la escena me sentí cómodo aunque procuraba mirar a los compañeros el menor tiempo posible para evitar momentos de vergüenza y de mirada constante por su parte.

<Elementos internos\\alicia moliner> - § 4 referencias codificadas [Cobertura 4,27%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,85%

Por otro lado, me ha parecido muy interesante la actividad de la atmósfera sonora, ya que podíamos dar pie a nuestra imaginación y al representarla al resto de los compañeros como ellos estaban con los ojos cerrados, la vergüenza desaparecía.

#### Referencia 2 - Cobertura 0,82%

Para finalizar, el teatro de sombras que hemos realizado nos ha servido para perder la posible vergüenza que pudiese quedar, pues los compañeros no nos ven ni nosotros a ellos y se pueden desarrollar diferentes temas como los planos.

#### Referencia 3 - Cobertura 1,42%

El primer campeonato de improvisación me ha tocado ser público, así que he podido aprovechar para observar bien la organización que han tenido los compañeros y la forma de proceder que había con la dinámica. Cuando me ha tocado participar como actor, lo he pasado mal al principio, en las primeras actuaciones. Imagino que hasta que no he perdido la vergüenza o el miedo escénico que puede surgir al comenzar.

#### Referencia 4 - Cobertura 1,18%

Por otro lado, el día de la puesta en escena, he podido vivir en primera persona la vergüenza al representar delante de todos los compañeros de la clase nuestra historia. Lo peor que se me pasaba por la cabeza era la vergüenza o el ridículo que estaba haciendo, por mucho que todos tuviéramos que pasar por lo mismo en un momento u otro.

#### <Elementos internos\\ana urbano> - § 4 referencias codificadas [Cobertura 1,51%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,26%

En esta tarea me he sentido un poco incomoda ya que me daba vergüenza cambiar la voz y además

13

no se me ocurría que decir por lo que me ha costado un poco

#### Referencia 2 - Cobertura 0,17%

actividades me he puesto un poco nerviosa al tener que representarlo delante de todos debido a mi timidez.

#### Referencia 3 - Cobertura 0,43%

en el rol de actor me he sentido muy nerviosa e incluso un poco incomoda por si me tocaba salir a realizar el reto, ya que me ha dado mucha vergüenza salir al no saber bien que hacer y sentir que todas las miradas se centraban únicamente en las acciones que realizaba.

#### Referencia 4 - Cobertura 0,65%

A lo largo de su realización me he sentido muy a gusto y muy cómoda al desempeñar el rol de actor, es decir, cuando nos ha tocado representar a mi grupo la escena que habíamos creado. A diferencia de otras sesiones, en esta sesión he estado muy tranquila al actuar ya que habíamos

ensayado bastante y en todo momento sabía que escena o que pasos tenía que hacer, de modo que no había que improvisar.

<Elementos internos\\brenda tena> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 1,09%]

Referencia 1 - Cobertura 0,30%

en grupos de 5, representar máquinas con el teatro de sombras, que facilita una toma de contacto con la actuación que produce una menor vergüenza ya que no te ven directamente.

Referencia 2 - Cobertura 0,29%

nos costó preparar las sábanas, ya que necesitábamos hacer uso del teatro de sombras en un momento puntual, la representación fue muy apreciada por los espectadores.

Referencia 3 - Cobertura 0,50%

Personalmente tomé el papel de "muñeca" que era uno de los papeles principales. No me costó mucho meterme en el papel ya que alguna vez había realizado actividades de este tipo y me siento muy cómoda. Sin embargo, me puse un poco nerviosa al ponerlo en evidencia de todos mis compañeros

<Elementos internos\\chavier lazar> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,58%]

Referencia 1 - Cobertura 0,58%

En mi caso me he sentido bastante incómodo al realizar este ejercicio ya que soy tímido al realizar actividades de esta índole frente a un grupo grande que te está observando constantemente.

<Elementos internos\\diego garcia> - § 8 referencias codificadas [Cobertura 1,80%]

Referencia 1 - Cobertura 0,22%

he conseguido transmitir a mis compañeros lo que pretendía y al realizarlo me he sentido cómodo, en ningún momento me he sentido inseguro de que me estuvieran observando y malinterpretando mis gestos.

Referencia 2 - Cobertura 0,42%

“codificación facial” al principio, sí que me he sentido un tanto intimidado e incómodo al tenerme tan cerca del espejo y pensar que el resto de mis compañeros me podían estar observando aunque no fuera así. Conforme ha ido pasando la actividad y he ido realizando el trabajo facial que nos ha ido indicando la profesora, no me ha supuesto ningún problema y he ido cogiendo confianza.

Referencia 3 - Cobertura 0,16%

ahora al ser totalmente consciente de que al menos un compañero mío sí que me estaba observando para luego reproducir ese gesto no me ha incomodado,

Referencia 4 - Cobertura 0,17%



siguiente de representación facial, me he sentido muy cómodo, no me ha supuesto ningún esfuerzo el saber que el resto de mis compañeros me estaban observando.

#### Referencia 5 - Cobertura 0,20%

“A sostenida junto a la pared”, al principio me ha dado cierta vergüenza e incomodidad, hasta el punto de entrarme la risa al visualizarme tan pegado a la pared y manteniendo esa A

#### Referencia 6 - Cobertura 0,36%

Una vez que hemos ido a exponer nuestra atmósfera sonora, me he sentido un tanto agobiado por la disposición en la que se ha llevado a cabo rodeados por todos nuestros compañeros, pero ha servido como trabajo también de desinhibición ya que ellos estaban orientados de forma opuesta a nosotros y por tanto no había observación directa.

#### Referencia 7 - Cobertura 0,08%

Me he sentido cómodo ya que sabía que tenía el respaldo del resto del grupo.

#### Referencia 8 - Cobertura 0,19%

En el momento de comunicar al público nuestra representación me he sentido muy cómodo, en ningún momento me he sentido cohibido al saber que nos estaban mirando atentamente.

#### <Elementos internos\\eva miguel> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,58%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,58%

Ha sido un ejercicio que me ha producido cierta vergüenza porque podíamos observar también a tus compañeros y por lo tanto, ellos también podían ver todas las caras que yo expresaba frente al espejo.

#### <Elementos internos\\irene perez> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 1,87%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,62%

En el núcleo de la sesión comenzamos con “Codificación facial” mirándonos al espejo y moviendo la musculatura facial de manera individual. He sentido un poco de vergüenza ya que a pesar de observarnos de manera individual, todos nos mirábamos en el mismo espejo pudiendo ver las caras y gestos y muecas de los demás.

#### Referencia 2 - Cobertura 0,73%

Finalmente hemos terminado con “La máquina”, un trabajo de sombras en el que escogiendo libremente el tema, representábamos una máquina. Me ha gustado mucho esta actividad sobre todo como la idea se ha transformado en una máquina a través de nuestro cuerpo. Además la vergüenza a salir al escenario es mucha menor puesto que no ves al público y ellos tan sólo tu sombra.

#### Referencia 3 - Cobertura 0,52%

Al principio, me he costado participar un poco en algunas categorías como puede ser la cantada o la rimada ya que conllevaban una gran exigencia en cuanto a la desinhibición se refiere. Además cuando el grupo se callaba y no decía nada aún me he puesto más nerviosa,

<Elementos internos\\jorge royo> - § 4 referencias codificadas [Cobertura 4,15%]

Referencia 1 - Cobertura 0,64%

Por último, con la "representación facial" me asusté un poco porque hacerlo delante de toda la clase me daba de nuevo vergüenza.

Referencia 2 - Cobertura 1,03%

En esta sesión comenzamos con una actividad en la que me daba vergüenza gritar contra la pared "aaaaa" porque lo veía un poco extraño, pero cuando todos comenzaron a hacerlo, lo hice aunque sin gritar mucho.

Referencia 3 - Cobertura 1,25%

Durante las dos primeras sesiones del núcleo de nuevo estaba un poco cohibido porque realizar sonidos en vez de hablar me resultaba un poco raro, fuera de lo normal y hasta que no vi a otros compañeros hacer las actividades no comencé a realizarlas yo.

Referencia 4 - Cobertura 1,23%

La otra parte de la sesión era mostrar nuestros pasos al resto de compañeros. Nos tocó hacerlo en primer lugar y uno del grupo debía hacer de monitor. Desde el primer momento deje claro que yo no iba a hacer de monitor porque tenía mucha vergüenza.

<Elementos internos\\juan duese> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,57%]

Referencia 1 - Cobertura 0,30%

En mi caso no me sentí con miedo a hacer el ridículo, como quizás otros compañeros. De hecho, me he sentido cómodo y natural al realizar dichas actividades.

Referencia 2 - Cobertura 0,28%

la hora de bailar no solo nuestro baile sino el del resto me he sentido muy bien, liberado y mostrándome con mucho interés a la hora de practicarlo.

<Elementos internos\\leticia monton> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 0,68%]

Referencia 1 - Cobertura 0,26%

Al principio de la actividad me sentía bastante "ridícula" mirándome en el espejo poniendo caras, intentaba no mirar al espejo la verdad, evitándome mi propia mirada y la del resto de compañeros, mirando a un punto distinto a todos.

Referencia 2 - Cobertura 0,24%

ha sido tranquila y ha salido bastante bien, porque nosotros no veíamos al público ni ellos nos veían a nosotros, incluso ni nos distinguían por lo tanto la presión no ha sido la misma y en mi caso he estado calmada.

Referencia 3 - Cobertura 0,17%

Cuando me he tenido que tirar al suelo no he sentido ningún tipo de vergüenza ni presión de grupo, al revés me he sentido muy a gusto con la situación.

<Elementos internos\\luis rodriguez> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,79%]

Referencia 1 - Cobertura 0,45%

el paseo de la fama creo que no supe aprovechar el momento para realizar alguna de las cosas que me gustan si no que pasé deprisa porque me sentí presionado al ver que todos me observaban.

Referencia 2 - Cobertura 0,33%

Al principio me notaba hasta nervioso ya que estaba frente a los espejos de la sala polivalente y detrás de mí, 30 compañeros observándome.

<Elementos internos\\marta mateo> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 1,43%]

Referencia 1 - Cobertura 0,51%

En la "sombra sonora", me pongo con una compañera que no me suelo poner nunca, al principio estoy un poco incómoda porque no se que estará pensando, pero después, nos reímos un montón

Referencia 2 - Cobertura 0,92%

no me gusta sentirme observada ni ser el centro de atención y al escuchar murmurar a los compañeros no me facilitaban las cosas, creo que en esta clase, toda la vergüenza que había perdido la he vuelto a recuperar. En definitiva, no me ha gustado actuar con la presión que requieren las improvisaciones y las pautas que te marcan.

<Elementos internos\\miguel falo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,12%]

Referencia 1 - Cobertura 0,12%

en ningún momento se ha percibido vergüenza por parte de nadie.

<Elementos internos\\nerea idoipe> - § 4 referencias codificadas [Cobertura 0,79%]

Referencia 1 - Cobertura 0,14%

Además nada de vergüenza, porque no nos mirábamos más que los componentes del grupo.

Referencia 2 - Cobertura 0,17%

al estar únicamente dibujados en nuestro reflejo en las sábanas, también nos librábamos de esa vergüenza,

#### Referencia 3 - Cobertura 0,33%

La verdad es que con el trabajo del ritmo creo que sí que no sentimos nada absolutamente de vergüenza, no implicaba nada que creara un compromiso, entonces estábamos como mucho más libres, al menos yo.

#### Referencia 4 - Cobertura 0,15%

no me dio vergüenza realizar estas escenas delante de ellos, incluso lo pasé bastante bien.

#### <Elementos internos\\noelia quintana> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 2,31%]

#### Referencia 1 - Cobertura 1,19%

muy atractivo el tema del teatro de sombras, ya que con tan solo una sábana y un foco de luz se puede transmitir muchas emociones, sonidos, figuras, formas y movimientos. Además, a través de ello, es más fácil representar una escena ya que al no ver al público, te sientes menos observado y la vergüenza puede pasar a un segundo plano.

#### Referencia 2 - Cobertura 1,11%

A lo largo de la sesión estuvimos realizando diversas actividades, muchas de ellas con la nariz puesta, en concreto hubo una denominada "paseo de la nariz" que se requiera bastante mantenimiento del contacto visual, la cual me resultó algo incómoda al principio, sobre todo con compañeros que tengo menos trato.

#### <Elementos internos\\nuria moraz> - § 9 referencias codificadas [Cobertura 2,53%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,19%

Me sentí muy cómoda representándolo debido a que iba muy segura en mi papel y no era nada complejo que requiriese una gran preparación previa.

#### Referencia 2 - Cobertura 0,23%

Me sentí muy cómoda realizando estas dos últimas actividades, actuando con total normalidad y sin notar ninguna presión ni ese sentimiento de que mi trabajo está siendo juzgado.

#### Referencia 3 - Cobertura 0,14%

mi vergüenza, por decirlo de alguna manera, era tapada por la sábana que me separaba de mis compañeros.

#### Referencia 4 - Cobertura 0,43%

Dentro de las categorías que mejor se me dan y con las que menos vergüenza pase en el escenario fueron las de ralentizado y batalla por relevos, supongo que porque son en las que

menos hay que improvisar. Y las categorías en las que peor lo pase por miedo a salir a escena y no saber qué hacer fueron en la de rimado y cantado.

#### Referencia 5 - Cobertura 0,41%

mayor la vergüenza de no saber qué hacer cuando te toca actuar en el escenario o del hecho de tener que improvisar sobre algo que no tienes seguro y que no tienes tiempo para prepararte, que la vergüenza de tener que hacer algo delante de un público que te juzga, es decir, el hecho de desinhibirse en sí mismo.

#### Referencia 6 - Cobertura 0,38%

como el año pasado tuvimos que realizar ejercicios muy similares en otra asignatura, todos tenemos asimilados los ritmos que se pueden crear con el cuerpo y actuamos dentro de una amplia "zona de confort" por lo que nos sentimos muy cómodos representando nuestros ritmos a los compañeros

#### Referencia 7 - Cobertura 0,23%

como estábamos todos haciéndolo a la vez y nadie se preocupaba en mirar a otros sino que con estar concentrado en uno mismo no daba tiempo a mucho más, me sentí bastante cómoda

#### Referencia 8 - Cobertura 0,28%

al principio me coloqué en última fila para que nadie me pudiese observar, al final resultó que no me dio nada de vergüenza y aún me adelante un par de filas para poder ver mejor al que realizaba el rol de docente.

#### Referencia 9 - Cobertura 0,23%

A la hora de representarlo ante nuestros compañeros me sentí muy cómoda y sin ningún tipo de cohibición personal que me anulara algún aspecto a desempeñar en mi rol de actriz.

#### <Elementos internos\\paula cerdan> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,53%]

#### Referencia 1 - Cobertura 0,33%

me puse muy nerviosa porque no me gusta hacer este tipo de actividades donde bastante gente no sólo te observa, sino también te evalúa.

#### Referencia 2 - Cobertura 0,21%

Fuimos los primeros en realizar la primera puesta en escena y me sentía muy insegura,

#### <Elementos internos\\pilar gaimon> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,11%]

#### Referencia 1 - Cobertura 1,11%

En las primeras sesiones me daba vergüenza y pudo ser observada por mucha gente, pero la confianza con la gente y conmigo misma es un buen aliado para ello. No me ha importado salir

tantas veces como fuese a improvisar, y al final hemos ganado, los "chiripitiflauticos" han ganado.

<Elementos internos\\pilar morales> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,77%]

Referencia 1 - Cobertura 0,33%

para realizar esta escena, han sido los siguientes: teatro de sombras (foco y sábana) y el espacio de la sala polivalente.

Referencia 2 - Cobertura 0,44%

He de decir que aunque fuera algo sencillo de representar, me he sentido algo nerviosa al principio con toda la clase con los ojos puestos en nuestra actuación.

<Elementos internos\\ruben claveras> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,18%]

Referencia 1 - Cobertura 0,18%

la representación de la obra me encontré muy cómodo y me lo pasé fenomenal.

<Elementos internos\\ruben erles> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,44%]

Referencia 1 - Cobertura 1,44%

Por este motivo no puedo valorar cómo me he sentido durante la escenificación o puesta en práctica ante los compañeros. Obviamente al realizarla solo, me he sentido bastante relajado, aunque sí que es verdad que igualmente me sentía observado. El saber que era la escena a través de la cual ibas a ser visto y juzgado por la profesora me hacía sentirme responsabilizado por lo que en realidad está en juego. A todos nos gusta obtener una buena cosecha y en este caso obtener una buena nota.

<Elementos internos\\yesica onco> - § 3 referencias codificadas [Cobertura 1,45%]

Referencia 1 - Cobertura 0,12%

representación facial, no he sentido vergüenza como participante,

Referencia 2 - Cobertura 0,59%

hemos salido me he sentido cortada, de los nervios no me salía ninguna palabra que rimase, cuando de normal me gusta hacerlo; al principio nos daba vergüenza a casi todos, pero poco a poco, nos hemos ido soltando, hasta el punto que en muchos equipos todos sus componentes querían salir y participar en este MATCH.

Referencia 3 - Cobertura 0,74%

A diferencia de las anteriores prácticas, que nos daba reparo actuar, vergüenza, afectaba también el qué dirán, o si interactuábamos con compañeros, la tensión de su cuerpo o cómo estuviese él nos afectaba a nuestra manera de actuar por la falta normalmente de confianza, esta vez y pasado ya casi el semestre, se podía apreciar claramente que éramos nosotros mismos, sin temor, sin vergüenza.

## Anexo X

Referencias codificadas en el indicador observador con presencia visual (1.3.2).

Elementos internos\\alba cativiela> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,36%]

Referencia 1 - Cobertura 0,36%

disfruto en el momento de la teatralización de los grupos, tanto representando el nuestro como viendo el que han preparado los demás.

<Elementos internos\\alberto hinojosa> - § 5 referencias codificadas [Cobertura 1,09%]

Referencia 1 - Cobertura 0,11%

Además una de mis compañeras parece que tiene vergüenza y aún le cuesta más que a mí.

Referencia 2 - Cobertura 0,12%

Observo que la gente se deja caer al lado de los compañeros con los que tienen más confianza.

Referencia 3 - Cobertura 0,40%

Observo que a algunas personas les cuesta repetir esta consigna en voz alta. Tal vez la vida de adulto les ha hecho interiorizar que el error es malo, vergonzoso, desdeñable. El error te aleja del éxito, te hace quedar mal, tenemos que ser los mejores, etc. Por esta razón, son reacios a desdramatizar el error.

Referencia 4 - Cobertura 0,31%

Como espectador intento valorar las improvisaciones ajenas teniendo en cuenta la originalidad, fluidez y valentía en cuanto a hacer cosas que requieren mucha desinhibición (como rapear improvisando). Desaparece toda preocupación y me divierto.

Referencia 5 - Cobertura 0,15%

En mi grupo observo que no existe a penas vergüenza, pienso en la progresión que hemos experimentado a lo largo del año.

<Elementos internos\\alejandro sanz> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,12%]

Referencia 1 - Cobertura 0,12%

Además, al ver al resto de los compañeros actuar antes que yo me ayudó a olvidarme de la vergüenza.

<Elementos internos\\ana urbano> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,60%]

Referencia 1 - Cobertura 0,30%

en el rol de público me he sentido muy a gusto y muy cómoda, pues solo tenía que disfrutar de las improvisaciones de mis compañeros y decidir que equipo ha conseguido hacer el reto mejor.

Referencia 2 - Cobertura 0,29%

En cuanto al rol de público, he estado muy concentrada y he disfrutado mucho observando las actuaciones de los demás grupos e intentando comprender el mensaje que querían transmitir.

<Elementos internos\\brenda tena> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,17%]

Referencia 1 - Cobertura 0,17%

Como espectadora, me he sentido muy a gusto de poder disfrutar de las creaciones de mis compañeros

<Elementos internos\\chavier lazaro> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,58%]

Referencia 1 - Cobertura 0,58%

Con "paseo de nariz" he observado que, dependiendo de la personalidad de los compañeros, había personas que les gustaba llevar la nariz de payaso y a otras que sentían una vergüenza profunda.

<Elementos internos\\eva miguel> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,43%]

Referencia 1 - Cobertura 0,43%

también se ha notado las personas que menos gracia tienen o que más vergüenza tienen, porque no salían a menudo excepto cuando no les quedaba otra;

<Elementos internos\\irene perez> - § 2 referencias codificadas [Cobertura 0,69%]

Referencia 1 - Cobertura 0,34%

Tan sólo hemos podido llevar la actividad usando el rostro y ruidos onomatopéyicos. Cuando he sido observadora he disfrutado mucho de las representaciones de los compañeros

Referencia 2 - Cobertura 0,35%

El rol de público me ha parecido muy interesante ya que nos hemos de alguna forma evaluado los trabajos entre iguales lo que aumenta la confianza y la pérdida del miedo al fracaso.

<Elementos internos\\marta mateo> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,24%]

Referencia 1 - Cobertura 0,24%

me sentía un poco más cómoda cuando hacía de espectadora observando a mis compañeros.

<Elementos internos\\ruben claveras> - § 1 referencia codificada [Cobertura 0,22%]

Referencia 1 - Cobertura 0,22%



en el rol de actor como en el de espectador estuve disfrutando de la sesión en todo momento.

<Elementos internos\\yesica onco> - § 1 referencia codificada [Cobertura 1,12%]

Referencia 1 - Cobertura 1,12%

observar que pese a ser la doceava práctica, en la que la mayoría si no todos, habíamos perdido la vergüenza tras haber realizado las distintas fases, he podido apreciar que no era así, y que no todos la habían perdido completamente. Las personas que creían que peor lo hacían o creían que no se les daba del todo bien, se disponían atrás pegados a la pared para que nadie les pudiese observar ni siquiera por el espejo; a diferencia de las que creían que se les daba mejor o simplemente no les daba vergüenza como era mi caso, que ya la había perdido a lo largo de las sesiones, me puse adelante.

## 9. Figuras

Figura 1: propuesta pedagógica Canales(2010a;2010b) .....	16
Figura 2: elaboración propia .....	17
Figura 3: Distribución de las sesiones según Canales (2010a;2010b) .....	18
Figura 4: Sistema de categorías.....	19
Figura 5: Número de referencias por indicador.....	26
Figura 6: Porcentaje de referencias en la fase de exploración.....	27
Figura 7: Porcentaje de referencias fase de expresión .....	27
Figura 8: Porcentaje de referencias fase comunicación .....	28
Figura 9: Gráfico resultado indicador observado en tareas con ausencia visual .....	29
Figura 10: Gráfico de resultados observado en tareas con ausencia visual del observado .....	32
Figura 11: Elaboración propia. Resumen sensaciones de comodidad.....	33
Figura 12: Elaboración propia. Resumen sensaciones de intimidación .....	35
Figura 13: Gráfico resultados observador en tareas con ausencia visual del observado .....	36
Figura 14: Gráfico resultados observado en tareas con presencia visual .....	38
Figura 15:Elaboración propia. Resumen sensaciones de incomodidad.....	40
Figura 16: Gráfico observador en tareas con presencia visual .....	41
Figura 17: Gráfico de resultados observador en tareas con presencia visual .....	43
Figura 18: Gráfico de resultados observado en tareas con presencia visual .....	45
Figura 19: Gráfico de resultados observador en tareas con presencia visual .....	49
Figura 20: Elaboración propia. Síntesis final .....	56