

Dramaterapia: Aproximación a la construcción de sentidos de vida en jóvenes universitarios

Juliana Pineda Cárdenas y Juan Bernardo Zuluaga Valencia

Universidad de Manizales, Colombia

¿Qué es el vivir sin el cuestionamiento sobre el sentido de la existencia? Para el presente documento se plantea cómo algo tan común y caótico como lo son las crisis existenciales, pueden encontrar transformación y cambio por medio de la dramaterapia. Dicha herramienta terapéutica facilita la expresión emocional por medio del drama (actuación, juego, dramaturgia, máscara, entre otros elementos del arte teatral) y genera, en quienes participan, procesos de introspección potentes a partir de su darse cuenta, por medio de las preguntas provocadoras efectuadas por quien desempeña el rol de dramaterapia. Los síntomas sociales de vacío existencial terminan por generar dificultades a nivel emocional que pueden incluso llegar a cobrar la vida de quien los experimenta. Por tal motivo se decide trabajar con los jóvenes, dado que es la población a quien más le aqueja esta problemática; es decir que a partir de la dramaterapia se pretende proponer un camino que aproxime hacia dicha construcción del motivo por el cual los jóvenes quieren guiar su vida.

Es una investigación mixta de corte fenomenológico y cuasiexperimental de diseño pretest posttest del instrumento *Purpose In Life (PIL)*, desarrollando nueve talleres dramaterapéuticos, como estrategia de intervención en nueve estudiantes universitarios. Las puntuaciones medias del pretest (91.8, 104, 120) aumentaron tras los talleres (111.4, 118, 123.50). La efectividad de la dramaterapia se sustenta desde múltiples variables (trabajo en equipo, apoyo colectivo, amor y la posibilidad de observación desde el exterior). La dramaterapia como estrategia en la intervención es una forma distinta, poco investigada y novedosa de trabajar a nivel emocional, pues brinda la posibilidad de tomar acción frente a su destino y la forma de ver y actuar en la vida.

Palabras clave: dramaterapia, logoterapia, jóvenes universitarios, sentido de vida, existencialismo

Juliana Pineda Cárdenas  <https://orcid.org/0000-0003-1478-3299>

Juan Bernardo Zuluaga Valencia  <https://orcid.org/0000-0001-6228-8087>

Toda correspondencia con respecto al presente artículo debe ser dirigido a Juliana Pineda Cárdenas. Universidad de Manizales, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas. Carrera 9 N.º 19-03, Manizales, Caldas, Colombia. Email: jpinedacardenas@umanizales.edu.co



Dramatherapy: Approach to the construction of meanings of life in university students

What is it like to live without questioning the meaning of existence? This document proposes how something as common and chaotic as existential crises can find transformation and change through drama therapy. This therapeutic tool facilitates emotional expression through drama (acting, play, dramaturgy, masks, among other elements of theatrical art) and generates powerful introspection processes in participants through their self-awareness, through provocative questions posed by the drama therapist. The social symptoms of existential emptiness end up generating emotional difficulties that can even lead to the loss of life for those who experience them. For this reason, it is decided to work with young people, as they are the population most affected by this problem. In other words, drama therapy aims to propose a path that approaches the construction of the purpose for which young people want to guide their lives.

It is mixed research with a phenomenological and quasi-experimental design of pretest-post-test using the Purpose In Life (PIL) instrument, developing nine drama therapy workshops as an intervention strategy with nine university students. The average scores of the pretest (91.8, 104, 120) increased after the workshops (111.4, 118, 123.50). The effectiveness of drama therapy is supported by multiple variables (teamwork, collective support, love, and the possibility of observation from the outside). Drama therapy as an intervention strategy is a different, little-researched, and innovative way of working on an emotional level, as it provides the possibility of taking action in the face of one's destiny and the way of seeing and acting in life.

Keywords: dramatherapy; logotherapy; college students; sense of life; existentialism

La dramathérapie: une approche de la construction du sens dans la vie des jeunes étudiants universitaires

Qu'est-ce que la vie sans s'interroger sur le sens de l'existence ? Dans cet article, nous examinons comment les crises existentielles, une situation aussi courante et chaotique, peut être transformée et changée grâce à la dramathérapie. Cet outil thérapeutique facilite l'expression émotionnelle à travers le drame (jeu, dramaturgie, masque, entre autres éléments de l'art théâtral) et génère, chez ceux qui y participent, de puissants processus d'introspection à partir de leur réalisation, à travers les questions provocatrices posées par la personne qui joue le rôle de dramathérapeute. Les symptômes sociaux du vide existentiel finissent par générer des difficultés au niveau émotionnel qui peuvent aller jusqu'à emporter la vie de la personne qui en fait l'expérience. Pour cette raison, il a été décidé de travailler avec des jeunes, puisque c'est la population la plus touchée par ce problème, c'est-à-dire qu'à partir de la dramathérapie, on veut proposer une manière d'aborder la construction de la raison pour laquelle les jeunes veulent orienter leur vie.

Il s'agit d'une recherche mixte phénoménologique et quasi-expérimentale avec une conception pré-test-post-test de l'instrument Purpose In Life (PIL), développant neuf séances de dramathérapie en tant que stratégie d'intervention pour neuf étudiants universitaires. Les scores moyens du pré-test (91,8, 104, 120) ont augmenté après les ateliers (111,4, 118, 123,50). L'efficacité de la dramathérapie repose sur de multiples variables (travail d'équipe, soutien collectif, amour et possibilité d'observation de l'extérieur).

La dramathérapie comme stratégie d'intervention est une manière différente, peu étudiée et innovante de travailler sur le plan émotionnel, car elle offre la possibilité d'agir sur son destin et sur sa manière de voir et de se comporter dans la vie.

Mots-clés: dramathérapie, logothérapie, jeunes étudiants universitaires, sens de la vie, existentialisme

Dramaterapia: uma abordagem à construção de sentido na vida de jovens universitários

O que é a vida sem questionar o sentido da existência? Neste artigo, consideramos como algo tão comum e caótico como as crises existenciais pode encontrar transformação e mudança através da dramaterapia. Esta ferramenta terapêutica facilita a expressão emocional através do drama (representação, jogo, dramaturgia, máscara, entre outros elementos da arte teatral) e gera, em quem participa, poderosos processos de introspecção a partir da sua realização, através das perguntas provocadoras feitas pela pessoa que desempenha o papel de dramaterapeuta. Os sintomas sociais do vazio existencial acabam por gerar dificuldades a nível emocional que podem até tirar a vida da pessoa que os experimenta. Por este motivo decidiu-se trabalhar com jovens, já que é a população a quem esta problemática mais incomoda; ou seja, a partir da dramaterapia pretende-se propor uma forma de abordar esta construção da razão pela qual os jovens querem orientar as suas vidas.

Trata-se de uma investigação mista fenomenológica e quase-experimental com um desenho pré-teste-pós-teste do instrumento Purpose In Life (PIL), desenvolvendo nove workshops dramático-terapêuticos como estratégia de intervenção em nove estudantes universitários. As pontuações médias do pré-teste (91.8, 104, 120) aumentaram após os workshops (111.4, 118, 123.50). A eficácia da dramaterapia é apoiada por múltiplas variáveis (trabalho de equipa, apoio coletivo, amor e a possibilidade de observação externa). A dramaterapia como estratégia de intervenção é uma forma diferente, pouco estudada e inovadora de trabalhar a nível emocional, pois oferece a possibilidade de agir contra o seu destino e a sua forma de ver e agir na vida.

Palavras-chave: dramaterapia, logoterapia, jovens universitários, sentido da vida, existencialismo

La existencia es una obra de arte que surge del caos. Es algo impredecible que constantemente invita a la duda, a la queja por el qué y para qué se vive. La vida es una obra de teatro a la que cada quien le otorga el género que mejor le defina. Sin embargo, existen matices en los que se trazan esas diversas emociones, sentimientos y géneros (drama, comedia, tragedia, sátira, farsa, etc.). La vida termina por convertirse en una ruleta que da vueltas y nadie tiene claro qué es lo que se aproxima; solo basta con vivir, permitir que todo se presente. La humanidad es artífice de su propio destino, aunque nacer no hubiese sido su elección y, a causa de ello es que la idea de la existencia termina siendo un enigma, pues a diario se busca la forma en que se transforma no solamente el cómo vivir, sino la manera en que se actúa ante la vida misma.

De ella se extraen las múltiples posibilidades y potencialidades del ser. Tal como lo comenta De Aquino (2021), ello es indicativo de que la vida es la expresión artística que se construye a medida que se vive, pues se realizan acciones que determinan el camino a seguir donde cada decisión traza un nuevo destino, mismo que nos lleva a vivir múltiples experiencias en una sola vida. Es por tal motivo que se muere y renace tantas veces, pues la existencia nos guía a una búsqueda insaciable por hallar un sentido, que para este caso puede ser construido a partir de acciones que descartan o adoptan la nueva condición o camino del ser.

Por ello, se hace pertinente indagar sobre los sentidos de vida, puesto que el cuestionarse por la existencia es lo que nos hace humanos; es decir, seres con la capacidad de pensar, imaginar y crear. El hombre se pregunta sobre su procedencia, su origen y, a su vez, el para qué del vivir, teniendo como base que el sentido de vida es algo netamente subjetivo. Este sentido se descubre y al mismo tiempo se construye a medida que se decide lo que se hace con lo que se tiene. Decía Frankl (1943) que el sentido de vida es eso que nos moviliza frente a la existencia, lo que nos hace vivir a pesar de que, aparentemente, no se tengan razones para hacerlo.

Tal como lo plantean Schippers & Ziegler (2019) quien encuentra un para qué vivir puede hallar regocijo en cualquier cosa que la vida le presente; es capaz de vivir en sociedad; no se deja abatir por nada y puede estar tranquilo incluso ante situaciones difíciles como la enfermedad, la pobreza, la muerte y demás adversidades; además, aporta no solo al bienestar de la salud, también se manifiesta en una mayor longevidad. Esto quiere decir que el sentido de vida nos dota de una capacidad de afrontamiento ante la adversidad, la cual es necesaria para vivir en sociedad y gozar de una vida plena.

Del mismo modo, al hablar de sentido de vida necesariamente se vincula el cuestionamiento sobre la vida misma, sin que esto deba convertirse en algo patológico. Por el contrario, es algo que debe vivir todo individuo para guiarse en el quehacer de la existencia, en el para qué de las acciones y anhelos (Huamani & Ccori, 2016), lo cual se comienza a dar con más intensidad en la adolescencia dado que en esta etapa vital es cuando el ser humano adquiere la voluntad de significado. Es decir, nace la posibilidad de realización de un objetivo, algo que lo dote de valor y de soporte, pues en esta etapa existen un sinnúmero de dudas y temores, razón por la cual buscan insaciablemente algo que les proporcione seguridad, un objetivo o tarea a la cual puedan volcarse, además del deseo por encontrar su propia identidad.

Asimismo, es en la pubertad donde, según Frankl (1950), se experimentan cambios en el comportamiento, forma de pensar y se generan luchas espirituales por evidenciar el conflicto de la existencia, aquellas dudas incontenibles de querer conocer ¿cuál es el para qué de la vida? ¿realmente hay una finalidad en vivir? En la infancia el ser humano se guía principalmente por la movilización de la confianza en las figuras de cuidado principal; sin embargo, en la adolescencia se cuestiona todo lo conocido hasta el momento y la existencia termina siendo, en últimas, la duda más grande.

Sin embargo, no siempre se logra encontrar un sentido o un para qué, y es allí cuando se cae en la angustia, misma que nos enfrenta a la idea del fin de la existencia, haciendo evidentes síntomas sociales de vacío como: la drogadicción, el alcoholismo, la agresión y, la que cobra

más vidas cada año, el suicidio (Aquino et al., 2017). Entendiéndose como suicidio, según Durkheim (citado por Cañón & Carmona, 2018) “todo caso de muerte que resulte directa o indirectamente de un acto positivo o negativo, ejecutado por la propia víctima, a sabiendas de que habría de producir este resultado” (p. 388). Ya que este es punto final a la hora de llegar a la desesperación generada por el vacío existencial, que, como se ha mencionado anteriormente, impide que la persona reconozca sus recursos internos para solucionar las dificultades del diario vivir.

Por esta razón, se hace pertinente trabajar con los jóvenes no solo en la búsqueda, sino en la construcción de los sentidos de vida. Pues, al hablar de construcción, se le brinda a la persona la posibilidad de tomar acción frente a su destino y la forma de ver la vida, actuando de manera diferente desde el ser consciente y asumiendo la responsabilidad de sus actos y el cambio de los mismos. Se desconoce el modo de comprender la vida desde el prisma de los jóvenes, y porque hasta el momento es una de las poblaciones más afectada frente a la temática de suicidio. Es por ello que se hace necesario abordar el mundo interno de los jóvenes para prevenir sentimientos de inconformidad frente a la vida, en esta edad o posterior a ella, que los lleve a atentar contra su existencia. Ahora bien, gracias a la expresión de sus emociones por medio de la dramaterapia (Rosenthal-Schutt, 2021) se permitirá que el arte sea el elemento catalizador de la conducta impulsiva y agresiva hacia los demás o hacia sí mismos.

Es así como el drama pretende a partir de sus técnicas (actuación, dramaturgia, expresión corporal, máscara, entre otras) no solo reducir síntomas de trastornos médicos, psicológicos o psiquiátricos, condiciones de encierro como los centros de reclusión para jóvenes o adultos, sino también otro tipo de situaciones comunes en la actualidad como tránsito de género (comunidad LGTBQ+) (Dennis, 2020), discriminación y, propiamente para la presente investigación, la angustia existencial que las personas pueden llegar a manifestar a lo largo de su vida. La dramaterapia genera en el participante un cambio a partir de nuevas percepciones que le permiten estar atento a sí mismo y a las

personas con las que comparte el espacio escénico–terapéutico, lo que brindaría una mayor percepción de los estados propios y ajenos, no solo por parte de quien vive el proceso, sino quien lo guía, es decir el terapeuta (Cassidy et al., 2017).

Por consiguiente, al existir un mayor sentido de vida, es mayor la probabilidad de que se asuman conductas que vayan dirigidas a un mayor cuidado del individuo, siendo la dramaterapia una técnica indicada para la reducción de la angustia psicológica y que de esta manera se permita una mayor conciencia, crecimiento emocional y así una mejor relación consigo mismo y los demás (Kirk, 2015, citado por Hankir et al., 2017), indicando que la dramaterapia le aporta al sujeto el desarrollo de las capacidades y, de la misma manera, la potencialización de acciones y conductas que vayan dirigidas al crecimiento personal y al de las personas con quien participa.

Así, lo que el sentido de vida desea propiamente no es la “felicidad”, pues la felicidad en sentido estricto es un estado placentero y efímero que termina siendo la consecuencia del cumplimiento del deber (Frankl, 1987). Es por ello que el hombre debe acercarse al sentido por medio de oficios e interacciones con los otros; no que este le sea dado. La realización de un sentido y ese encuentro interpersonal da como resultado el camino hacia la felicidad, que desemboca en una experiencia placentera, pues el sentido se encuentra en el sí mismo, afuera, en los otros y con los otros; no se da o se otorga, se construye.

En ese sentido, se acoge la dramaterapia como elemento catalizador de las emociones, dado que permite no solo la expresión del sentir, sino también procesos de reconocimiento e insight, tanto en lo individual como en lo grupal. Es importante tener en cuenta que es una herramienta poco común y que, si bien ha sido usada en diversos lugares del mundo, no se ha implementado desde la rigurosidad de la investigación, y las pocas investigaciones que se encuentran están encaminadas a artículos de revisión o trabajo desde el ámbito educativo, familiar y de comunidad en estado de privación de la libertad o con capacidades cognitivas diferentes.

Por tal motivo, se plantea como hipótesis que la dramaterapia puede ayudar a los participantes a construir su propio sentido de vida por medio de los momentos de *insight* a los que constantemente están expuestos, dada la interacción que se tiene con los integrantes del grupo y con la conexión que se establece con ellos mismos, sus recuerdos y la resignificación de sus vivencias, a partir de la dramatización de eventos reales y del mundo onírico.

Sin embargo, no se hallaron artículos que manejaran la problemática de vacío existencial con técnicas dramaterapéuticas, en tanto, el objetivo de la presente investigación es comprender los sentidos de vida en estudiantes universitarios por medio de una intervención grupal basada en drama terapia.

Método

La presente es una investigación de diseño mixto: cualitativo de corte fenomenológico y cuantitativo, cuasiexperimental con un diseño pretest posttest. Se desarrollaron nueve talleres en los cuales se utilizó la dramaterapia como estrategia de intervención, lo que ayudó a determinar su impacto en la población.

Participantes

9 sujetos, 5 estudiantes del programa de Medicina, 2 del programa de Comunicación Social y Periodismo y 2 del programa de Psicología, de la Universidad de Manizales. El muestreo fue de tipo no probabilístico a conveniencia, tomados del grupo “Simularte” que vincula las artes escénicas como herramienta de aprendizaje para la entrevista clínica en Medicina. Dentro de los criterios de inclusión se tuvo en cuenta la edad de 18 a 24 y, a su vez, debían ser estudiantes de la institución. La participación fue voluntaria. Estos estudiantes fueron llamados por medio de una convocatoria interna en el programa de Medicina y posteriormente se amplió la invitación a los programas de Psicología y Comunicación Social.

Instrumentos

Las técnicas para la recolección de la información fueron talleres dramaterapéuticos y entrevistas a profundidad para descubrir cuál es el concepto que se tiene del fenómeno a investigar.

Para la recolección de la información se utilizó el test de Propósito Vital (*Purpose In Life Test* -PIL) el cual fue creado en la década de los 60 por James Crumbaugh y Maholick. Tiene como objetivo identificar la presencia de metas claras y sentido, indefinición frente al sentido de vida y vacío existencial (Martínez et al., 2012). Este instrumento está compuesto por una parte A que contiene una escala de 20 ítems, puntuada numéricamente. Una parte B con 13 frases para completar, y una parte C en la cual se debe hablar de las metas realizadas hasta la actualidad. Es una prueba mixta que ayuda a identificar el nivel en el que se encuentra el sentido de vida y fue validada para Colombia por Martínez et al. (2012).

Procedimiento

Inicialmente se realizó, como punto de partida, la aplicación del PIL, la cual se repite nuevamente posterior a las intervenciones de los talleres. En los talleres se trabajó en lógica de la expresión emocional y la identificación de aspectos puntuales que generan la sensación de vacío, además de diversos métodos para comprender las emociones propias y de los demás, comprendiendo que a partir de mi experiencia en comunidad me completo y me construyo. En su gran mayoría los talleres se tomaron del libro *La representación de las emociones* (Levy, 2003). Los tres primeros encuentros iban en la lógica de la evaluación donde se identifica la pertinencia de la técnica para los participantes y la investigación.

Taller 1 (Conociéndome)

Recolección de datos personales, clarificación de dudas sobre la técnica a implementar y aplicación del pretest PIL, el cual permitió

establecer una línea de base para conocer el estado actual de cada uno de los participantes, de acuerdo con las clasificaciones dadas por el test.

Taller 2 (Mi viaje al pasado)

Se planteó realizar historias de vida las cuales eran abordadas por septenios; es decir, cada siete años se contaba lo que recordaban que hubiera sucedido a lo largo de sus vivencias. Además, se indagó en los antecedentes psicosociales de cada participante con el interés de conocer qué tan cercanos han sido a procesos psicológicos y si identificaron mejoría con dicho proceso tradicional.

Taller 3 (Esculturas del sentido)

Se hizo una actividad denominada “esculturas corporales”, la cual tenía como objetivo identificar la forma en que se relacionaban con las experiencias de sentido vistas en el amor, el trabajo, el dolor, la muerte y la vida.

Taller 4 (cadáver exquisito)

Con la participación de todos los integrantes del grupo se comienza a contar un cuento donde cada uno dice máximo tres palabras y el cuento debe estar en la línea de la pregunta ¿Qué significa para mí la existencia?

Taller 5 (el país de mi existencia)

Se realizaron unos mapas de vida, los cuales eran en forma de departamento y debían ponerle nombre, ríos, montañas, mares, mesetas, clima etc., dando a entender de manera simbólica sus experiencias.

Taller 6 (mi lugar en la selva)

Cada participante debía escoger un animal de la selva y así debían actuar, analizando finalmente qué tanto se asemeja su forma de comportarse con los otros a como actuaron en su rol de animal.

Taller 7 (el símbolo en lo onírico)

En el taller de interpretación de los sueños se representa un momento onírico de uno de los participantes en el cual todos deben actuar un rol que les asigne el soñante, quien debe dirigir dicha escena y luego quien sea el soñante debe ir interpretando los diversos personajes que el facilitador le vaya indicando después de la primera actuación sin este; se formulan preguntas a quien sueña a realizar su propia interpretación de su vivencia onírica.

Taller 8 (la silla del destino)

En tres sillas que representan el pasado, presente y futuro se situó a cada participante y desde allí debían actuar de la forma en que se pedía en cada una de las sillas, hasta concluir con las acciones de transformación que debía asumir cada uno para movilizar sus experiencias.

Taller 9 (espejos)

En parejas cada uno debía actuar la forma en que veía al otro, destacando sus potencialidades y teniendo en cuenta sus aspectos por mejorar.

Lo anterior estuvo respaldado por los aspectos éticos de la investigación los cuales fueron: firma de consentimiento, tratamiento de la información por medio de un seudónimo, lo cual dio cumplimiento a la Ley 1090 de 2006; de igual manera se tuvo aprobación del comité de Bioética Medica de la Universidad de Manizales. Para preservar la identidad de los participantes se pidió a cada uno escoger un animal que lo identificara, así: pantera, tigre, chimpancé, gato montés, mariposa monarca, oso pardo, mariposa, león y búho.

Se hace pertinente para la presente investigación tener en cuenta lo estipulado por la Ley 1090 de 2006 en la cual se dicta que “Aun cuando la intervención no es de tipo clínico, se considera que esta tiene efectos directos sobre el bienestar y la salud de quienes se vean afectados directa o indirectamente por ella”. El investigador está cobijado bajo la ley para llevar a cabo acciones que se encuentran dentro

de las funciones de un psicólogo, las cuales para este caso son: diagnosticar, evaluar, intervenir y asesorar, con la finalidad de investigar, en beneficio de la sociedad.

Todo esto, en conjunto con la Resolución 8430 de 1993, puntualizando en el artículo 5, del título II, capítulo 1, que toda investigación en la que participe una persona y esta sea sujeto de estudio, es fundamental que prime el respeto a su dignidad, la protección de sus derechos y su bienestar. Por tal motivo toda información recolectada será conservada bajo confidencialidad y anonimato de quienes participarán y serán informados sobre el procedimiento a seguir en el tratamiento de sus datos, además de la firma de un consentimiento informado en el cual se indica el curso de la investigación.

Resultados

El análisis se realizó mediante la prueba de Wilcoxon, como alternativa a la prueba T student de dos muestras relacionadas, y que se utiliza para comparar los resultados de un grupo, antes y después de una intervención. No se requiere los supuestos de normalidad de las distribuciones ni homogeneidad de las varianzas. Evalúa desde la mediana. Después de comparar los resultados obtenidos por los participantes en el pretest y el postest se obtuvo una puntuación Z de -2,549 y una significancia asintótica (bilateral) de 0,011.

Tabla 1
Diferencia pretest - postest

	Z	Sig. asintótica (bilateral)
Post-Test - Pre-Test	-2,549	0,011

La significancia menor a 0.05 permite inferir que sí hay diferencia estadísticamente significativa en los puntajes del PIL antes y después de la intervención, dando a entender que los talleres dramaterapéuticos

planteados fueron efectivos para la aproximación a la construcción del sentido de vida. Comparando las categorías “Vacío existencial”, “Indefinición de sentido” y “Presencia de sentido” se encontró que hubo cambio significativo después de realizar las intervenciones, pues se obtuvo una puntuación Z de -2,449 y una significancia de 0,014.

Tabla 2

Diferenciación categorial en pretest y postest

	Z	Sig. asintótica (bilateral)
Categoría Post-Test - Categoría Pre-Test	-2,449	0,014

La información resultante del pretest y el postest está dividida en: vacío existencial, indefinición respecto al sentido de la vida y presencia de metas claras y sentido de la vida. En la primera aplicación se identifica que el 22% de la muestra (2 personas) se encuentra en vacío existencial; el 45% se encuentra en la categoría de indefinición respecto al sentido de la vida y el 33% en presencia de metas claras y sentido de la vida.

En contraparte, al contrastar la información del pretest con el postest se puede identificar que existe una diferencia significativa posterior a los talleres, que se realizaron a partir de técnicas dramaterapéuticas. Se puede decir que la categoría vacío existencial desaparece y el 22% de la muestra que se encontraba en vacío existencial pasa a formar parte de la categoría de indefinición con respecto al sentido de vida. Al final, el 77% de la muestra (7 de 9 participantes) para la categoría de presencia de metas claras y sentido de vida, lo cual indica el impacto que generó la dramaterapia.

PRE TEST

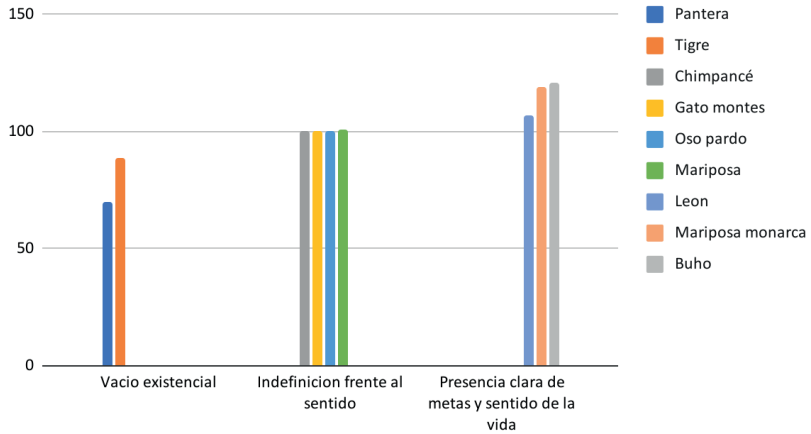


Figura 1. Puntuación pretest según las categorías

POST TEST

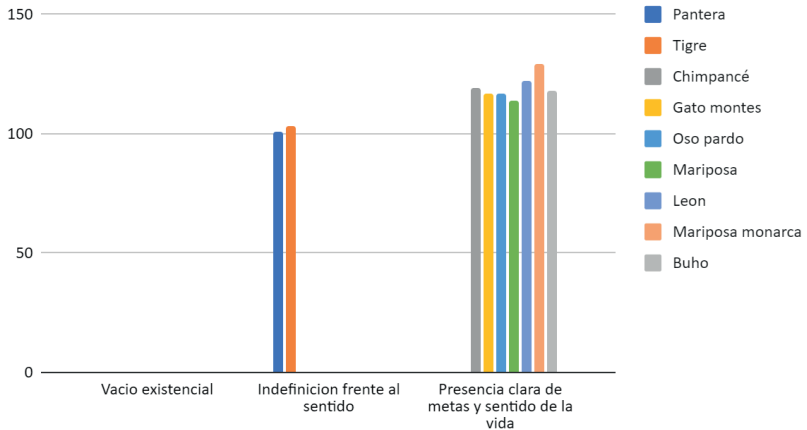


Figura 2. Puntuación posttest según cada categoría

Se puede identificar que la categoría de vacío existencial en la aplicación del postest desaparece; lo que permite afirmar que los talleres realizados generaron una transformación, así sea pequeña, frente a la forma en que los participantes se veían a mi mismos, a medida que se hicieron los talleres.

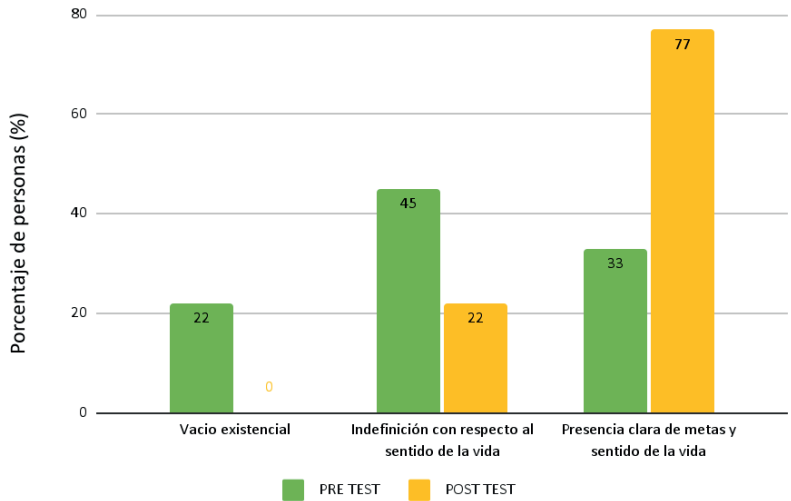


Figura 3. Clasificación general en cada categoría

La diferencia más significativa se presentó en los programas puesto que se observa que Medicina es el que mostró puntajes más bajos en el pretest. Sin embargo, también es el programa en el que uno de los participantes (Pantera) tuvo mayores variaciones con 30 puntos más, en los resultados en el postest. Para el programa de Comunicación el puntaje más bajo fue de 101 puntos y la persona que más aumentó en los resultados del postest fue león, con 15 puntos más del puntaje inicial. Finalmente, para Psicología el puntaje más bajo fue de 119 puntos, y quien obtuvo una mayor variación fue mariposa monarca con 10 puntos más.

Tabla 3

Puntuación por programa

Programa	Pretest				Postest			
	Míni-mo	Máxi-mo	Media	Des-viación estándar	Míni-mo	Máxi-mo	Media	Des-viación estándar
Medicina	70	100	91.8	13.084	101	119	111.4	8.649
Comunica-ción	101	107	104	4.243	114	122	118	5.657
Psicología	119	121	120	1.414	118	129	123.50	7.778

Por otro lado, se pueden evidenciar las verbalizaciones más relevantes que los participantes realizaron antes y después de los talleres, lo que permite notar el cambio de actitud ante la propia existencia. Marca tendencia el cumplimiento de metas para poder alcanzar la tranquilidad y la felicidad. Aunque en algunos momentos no se tenga lo suficientemente claro el propósito, sí es claro que se busca tener una sana convivencia consigo mismo en relación con los demás, siendo un eje fundamental la familia. Sin embargo, en el después se focaliza mucho más en alcanzar la felicidad y la tranquilidad como aspectos fundamentales de la vida, como lo expresaron algunos participantes.

Pantera: Quiero no tener que obligarme a convencerme de que la vida vale la pena.

Tigre: En mi vida he logrado pocas cosas.

Estas dos personas se encontraban en la categoría de vacío existencial cuando se realizó el pretest. Los talleres, y puntualmente la prueba, permitieron identificar el estado en el que se encontraba cada uno de los participantes, en su mayoría en indefinición respecto al sentido, con verbalizaciones como las siguientes.

Chimpancé: Mi vida es útil para algo.

Mariposa: Le temo al fracaso y a no poder alcanzar lo que quiero.

Gato montés: La idea del suicidio es buena pero no fácil.

Oso pardo: Mi vida es aburrida.

Este estado tiende a convertirse en algo problemático de no intervenir pues se corre el riesgo de que rápidamente la persona transite al vacío existencial y, como ya es sabido, en este estado la persona tiende a no ver salida a las dificultades del diario vivir y puede llegar a contemplar la idea del suicidio, como Pantera lo verbalizó: No me parece mala, pero soy consciente de que si mi mente lo considera estoy pasando por un mal momento.

Sin embargo, como se ha mencionado, de no realizar acciones para lograr un cambio en la percepción de la vida también se puede llegar a tener pensamientos afines a la idea del suicidio, tal como lo mencionó Mariposa: No es tan loca para mí, pero es para valientes, o lo que dice Gato pardo: Es fácil pero no buena. Y finalmente se tienen las frases de quienes se encuentran en la última categoría, presencia clara de metas y sentido.

Búho: Lo económico es importante pero la tranquilidad lo es aún más.

León: He logrado todo o casi todo lo que me he propuesto.

Mariposa monarca: Yo estoy logrando realizarme como persona.

Estas personas observan su propia existencia con un poco más de compasión, con una proyección en sus metas en aras de un mejoramiento constante a partir incluso de sus vivencias traumáticas y dolorosas, las cuales los sitúan en una postura de responsabilidad y libertad de asumir la vida según su prisma.

Por otro lado, en la parte del postest, se puede notar una evidente transformación a partir de las verbalizaciones que realizan los participantes, tanto en los talleres finales como en el mismo test. Cabe resaltar que la categoría de vacío existencial desaparece y se hace notorio en lo que ellos mismos refieren. A su vez quienes estaban en vacío existencial pasan a la categoría de indefinición frente al sentido; y quienes estaban en esta suben a formar parte de la clasificación de presencia clara de

metas y sentido. Es por ello que el 80% de la muestra termina en la categoría final de presencia clara de metas y sentido. Su clasificación queda por tanto de la siguiente manera.

Indefinición frente al sentido

Pantera: Para mí la vida es una aventura.

Tigre: Yo estoy logrando conocer nuevas facetas de mí.

Presencia clara de metas y sentido

Chimpancé: Yo he logrado aprender a quererme.

Mariposa: Mi vida es llena de emociones y vivencias. Estoy logrando todo lo que quiero.

Gato montés: Mi vida tiene un propósito luz y amor.

Oso pardo: Mi vida es una constante transformación.

Búho: Me estoy volviendo una mejor persona cada vez que me permito incomodarse.

León: Yo he logrado ser feliz.

Mariposa monarca: Mi vida es hermosa.

Talleres generales

Se evidencia cómo en cada uno de los talleres van cambiando las palabras más usadas pues inicialmente una de las que más cobraba sentido para ellos era la familia; sin embargo, a medida que van pasando los talleres se transforma hasta plantearse la felicidad en la realización de sus metas, para alcanzar de dicha forma la tranquilidad, siendo al final para ellos lo más importante la persona identificándose como el sí mismo y, en sintonía con ello, como los mismos participantes lo indicaron un amor propio.



Figura 4. Palabras más usadas por los participantes en los talleres

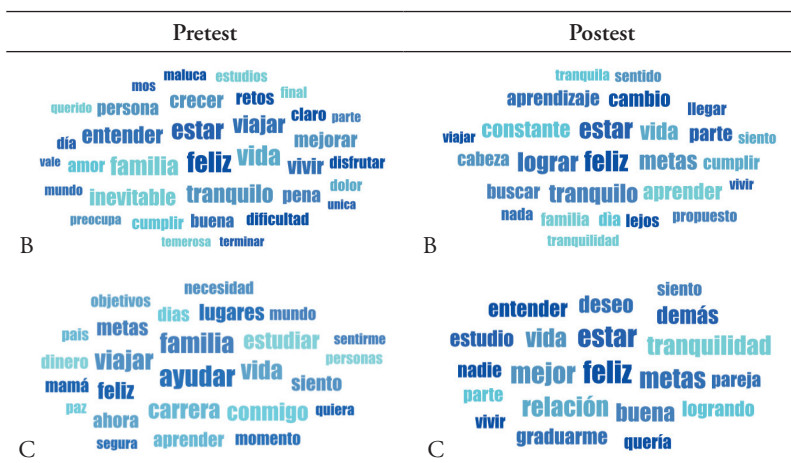


Figura 5. Nube de palabras pretest - posttest

En las nubes de palabras puede notarse para el pretest en su parte B y C cómo hay una presencia de la familia, siendo para ellos importante el estar bien para su familia, e incluso realizar acciones para que ellos se sientan orgullosos de sus logros, y se mira la tranquilidad como algo

lejano que se desea llegar a alcanzar, y el dolor como algo inevitable al igual que la muerte. Toman la idea de la ayuda al otro como forma de sentirse mejor con su existencia que, para este caso, está trazada por la finitud. De igual manera se ve el viaje como una escapatoria a sus propios sentimientos de desesperanza y el *estar feliz* como algo alejado de su realidad, en la mayoría de casos.

Por otro lado, en la parte del postest, al hacer un rastreo de la información se encuentra que en ambas partes B y C su principal deseo es *estar feliz*, con la culminación de sus metas, logrando graduarse y teniendo una mejor relación consigo mismos, para a su vez estar en calma con los demás, sin que ahora sea problemático el deseo de aceptación de los demás. En ese caso, se ve el cambio como una oportunidad para aprender, sin la búsqueda de escapar del problema o la dificultad, asumiendo desde una postura amorosa e incluso con la disposición de pensarse en pareja, con la premisa sanar para mí, para estar bien con los demás.

Discusión

Inicialmente cabe resaltar la importancia, tal como lo plantean Cassidy et al. (2017) y Armstrong et al. (2016), que la *distancia dramática*, a comparación del trabajo en un proceso terapéutico tradicional, ayuda a la persona a experimentar sus vivencias de una forma diferente. Gracias a la presente investigación se comprende que la dramaterapia permite observarse desde afuera y comprender, a partir del cuerpo, cómo procesar las experiencias emocionales por medio de la dramatización, utilizando el símbolo como elemento de proyección frente a los eventos no resueltos e incomprensidos de manera consciente por el ser, ayudando a que la persona desentrañe lo más profundo de su propia simbología, interpretándose a partir de la experiencia por medio de la realidad dramática; el cuerpo termina siendo según Jacques (2020) “un lugar de conocimiento” (p. 24).

Si bien afirmó Frankl (1990) que “el sentido no se otorga, sino que se encuentra. A una lámina de Rorschach se le da sentido, cuya

subjetividad «delata» al sujeto del test (proyectivo); pero en la vida no se otorga el sentido, sino que se encuentra” (p. 20). El presente estudio arroja desde su hipótesis inicial que sí es posible construir un sentido, de realizar acciones que vayan en pro de la consecución de este, a partir de un entramado de acciones que constituyen y construyen el objetivo o meta de la misma, sin que este deba permanecer estático e inmodificable a lo largo del tiempo

Por lo tanto, se dice en la lógica de Frankl, que el sentido de vida es algo que se encuentra como una serendipia, la cual surge del encuentro que significa el vivir, “el sentido es para encontrarlo y no para crearlo” (1990, p. 18). El hombre en este caso debe esperar pacientemente a que este se produzca de algún encuentro fortuito, mientras que para el caso de esta investigación se planteó que el sentido de vida es algo que se construye a medida que se realizan acciones que vayan en pro del crecimiento individual, que puede surgir por medio de la interacción con los otros, dado que cada una de las acciones que se ejecutan funcionan como peldaños que movilizan al sujeto a ir construyendo su futuro a partir de la manera en que se asume su propia existencia y en qué se relaciona, pues a partir de los otros cada ser humano se construye, partiendo de la individualidad para así llegar a la colectividad.

De esta manera, se parte por uno de los sentidos surgentes de la colectividad, el cual es el sentido del trabajo, sentido que en esta edad no se encuentra estructurando e incluso causa cierta intranquilidad pues se cuestionan si lo que estudian realmente les dará para vivir y si en un futuro lo disfrutarán, puesto que este es simplemente la proyección de sus deseos o en muchos casos de sus padres o cuidadores, en el cual, según la investigación de Aquino (2017) se encuentra presente de manera más latente en la adultez donde la persona ya se piensa de manera más centrada la función que tendrá su existencia en el futuro

Por otra parte, es necesario tener en cuenta que la población con la cual se trabajó fue seleccionada mediante muestreo por conveniencia, en una cantidad de nueve personas, lo cual no alcanza para garantizar que sea una muestra lo suficientemente significativa como para afirmar su eficacia y que sea un resultado plenamente garantizado.

Sin embargo, es una aproximación, como su nombre lo indica, para que posteriormente se puedan realizar más investigaciones sobre la temática planteada.

Es importante mencionar que dentro de los resultados, tal cual como se encuentra en la investigación propuesta por Chan Chi (2021) se determina que según estos, tanto en su investigación como en la de Huamani et al. (2016) y la presente, el sentido de vida no es algo que está determinado por el género o sexo, ni por la edad, pues estos se agruparon en las tres categorías, tanto en la de vacío existencial en cual se encontraban pantera (mujer) y tigre (hombre), como en la de indefinición de metas frente al sentido de la cual hacían parte gato montés (mujer), oso pardo (hombre), chimpancé (mujer) y mariposa (mujer). Y en la categoría final, de presencia de metas claras frente al sentido en la cual se agruparon a león (mujer), mariposa monarca (mujer) y búho (hombre), permitiendo ver que, en definitiva, el sexo no es un determinante para la clasificación en las categorías de sentido.

En cuanto al sentido del sufrimiento, García Haro et al. (2018, p. 26) indican que

Existir significa vivir luchando de continuo comprimido y comprometido entre ambas orillas o posibilidades. Esta sería una de las ideas nucleares de la terapia existencial: que la ansiedad de sentirse perdido, sentirse náufrago, la desazón, la zozobra, etc., es consustancial a la vida humana, y hay que aprender a convivir con sus luces y sombras.

Lo anterior cobra sentido pues a medida que los participantes conocían y reconocían su historia y las de los demás iban configurando una especie de aprendizajes, a partir del dolor propio o ajeno, se victimizan menos y dotaban del poder para transformar sus vidas a sus compañeros, empoderando sus experiencias a partir del reconocimiento de habilidades que, por sí solas, no eran visibles para ellos mismos.

Cabe destacar la frase que mariposa comenta: *entendiendo que el dolor no solo es la pérdida de alguien más sino de uno mismo*, lo cual va ligado también al nuevo concepto de amor que surge a partir de los

talleres, pues pese a que Frankl vinculaba el amor propiamente a la pareja, en la actualidad se puede notar que este va más allá del vínculo de pareja, pues inicialmente este sentir debe partir del sí mismo, para en ese proceso poderse encontrar con los otros a través del compartir y convivir en sociedad.

Comprendiendo que, para este caso, contrario a lo que plantea Frankl (1990), el amor para los participantes era experimentado hacia los demás, independiente del carácter vincular amoroso de pareja e incluso hacia ellos mismos. Para ellos, el amor se vive hacia sí mismo y es uno de los grandes hallazgos que se tiene, pues el amor en cada época tiende a transformarse. El amor no es algo estático, sino que, por el contrario, muta de forma, está en constante cambio, pues a medida que se vive se van construyendo nuevas formas de relacionarse. Sin embargo, el individuo primero debe verse como unidad para ponerse en amplitud y conectarse con el objetivo, que para este caso sería la relación con otros, tal como afirman Wang & Ma (2021).

En consonancia con lo anterior, se encuentra que algo similar sucedió con la investigación de Cassidy et al. (2017) en la cual los participantes comentaban que lo que más les sirvió, dada su condición de discapacidad, fue tener la oportunidad de relacionarse con otros e incluso sumado a ello el poder por primer vez en sus vidas tener relaciones amistosas, que no necesariamente eran relaciones amorosas, lo que da a entender que son las relaciones con los demás, independiente del tipo de vínculo, lo que genera el sentimiento de amor hacia los demás y hacia sí mismo, como se vio en esta investigación

Finalmente, es necesario tener en cuenta lo mencionado por Hankir (2017) en su estudio de revisión de tema en el cual comenta que lo sucedido con la dramaterapia es la falta de muestras más amplias que determinen realmente la eficacia y el impacto sobre esta técnica terapéutica, antes de que el personal del área de la salud pueda llegar a considerar la aplicación de este tipo de técnicas de manera más rigurosa en diversas poblaciones, sin demeritar la importancia de los resultados obtenidos en esta y otras investigaciones.

Por consiguiente, la dramaterapia ha demostrado para la presente, el impacto que ha generado en la manera de ver y transformar la visión del mundo concebida, previo a la investigación, y cómo la misma ha permitido realizar una serie de transformaciones en los conceptos de amor, sufrimiento, muerte e incluso la vida misma. Para este caso, por tanto, se le permitió al participante dotar de un mayor sentido sus interacciones con los otros. Verlos por medio de ejercicios como la escultura humana, mi lugar en la selva y el símbolo en lo onírico, les permitió reconocer que el sentir del otro también puede conectar con su yo empático, permitiendo transformar sus experiencias a partir de lo que el otro vivió en los ejercicios. Incluso en la investigación de Colquhoun (2018) los presos identificaron que, a partir de la re-actuación de sus vivencias, pudieron identificar la forma en que actuaron y los desencadenantes de la misma y así pudieron ser conscientes de su forma de actuar para transformar sus comportamientos.

Es preciso hablar de uno de los talleres más significativos en cuanto a movilización, el taller 7, en el que se analizó el sueño de búho, que afectó de manera positiva a los participantes, reconociendo que la sombra que él veía en su sueño también les había atormentado, pues habían experimentado algo similar en un momento de sus vidas. Cada uno de ellos debía actuar el sueño de búho, desde el rol que les asignara, lo que les permitió interpretarlo y resignificarlo, pues cuando se le pregunta qué le quiere decir a la sombra, él transforma su vivencia onírica para decirle: No más. No más de complacer a los demás, no más. Ya no más. Para el caso de león, ella comenta: No sentí miedo, sentí la frustración, sentí rabia cuando se paró frente a la cosa, ganas de querer abrazarlo, sé que estaba sintiendo muchas cosas, sentí la liberación de él. Esto reitera que no solo a partir de la propia vivencia en dramaterapia se puede tener *insight*, pues al estar en el mismo espacio dramático con el otro se experimenta de manera real la forma como cada uno de los participantes se proyecta a partir de la vivencia.

Sin embargo, cabe resaltar que según la investigación de Reason (2019), se menciona que incluso el simple hecho de ver una escena dramaterapéutica resignifica la misma vivencia del espectador, no solo del

intérprete o participe. El sentido de amistades genuinas que se hacen en prisión, de alcanzar una especie de paz con uno mismo y con el mundo, mapeado de cerca a sus experiencias y sentido de identidad. Para esta espectadora, la escena le recordó el valor de perdonar para seguir adelante: me mostró que necesito dejar atrás las viejas heridas y seguir adelante”. Tal como lo menciona Reason, un espectador puede vivir desde la cuarta pared este cambio en la visión y terminar por construir nuevos modos de ser y vivir en el mundo.

La dramaterapia entonces tiene la capacidad recrear escenarios traumáticos o de tensión, de manera controlada, para representarlos y bajarlos a partir de la figura del yo auxiliar, en la cual cada uno de los participantes manifiesta vivir experiencias desde ese mismo rol, lo que termina por cambiar la visión de sus dificultades actuales o pasadas. Es decir, cambia la visión de su mundo interno y expande la experiencia, para experimentar con los otros y para los otros nuevas formas de resignificar su vivencia, construyendo a partir de allí nuevas formas de sentirse y narrarse, frente a lo que en un momento causó dolor o sufrimiento. En palabras de Jacques (2019): “la estética de las representaciones crea conexiones particulares entre los artistas intérpretes o ejecutantes y los espectadores testigos, de una manera que genera percepciones singulares y produce oportunidades para el cambio y la transformación” (p. 7). Les muestra, por tanto, que, así como sus compañeros afrontaron la experiencia de una manera, ellos también lo pueden hacer y ven el dolor como algo necesario para su propio crecimiento y aprendizaje.

Conclusiones

Se concluye del trabajo, en términos generales, una nueva propuesta (teniendo en cuenta desde los antecedentes explorados que para 2021 no existían investigaciones que relacionaran de manera directa la dramaterapia, desde la perspectiva del sentido de vida) en pro de la realización de talleres vinculados con las terapias de las artes creativas, puesto que se evidenció la importancia de la terapia grupal, como estrategia de intervención a través de las artes, ya que es una forma diferente y novedosa de trabajo a nivel emocional, pues le permite a la persona

generar procesos de introspección, apoyada del equipo de trabajo que a su vez está atravesando la experiencia creativa, que apunta a la construcción de nuevas formas de vivir desde el interior, una comunicación constante con su cuerpo que le va a ayudar a comprender lo que se debe trabajar en un proceso individual.

Nuevamente se hace énfasis en que la terapia grupal no sustituye a una terapia individual; sin embargo, acorta caminos, pues la persona procesa en su interior sus momentos emocionales de tipo traumático y de esta forma, al comprenderlos desde dentro, se pueden elaborar en la individualidad de manera externa, para no caer en el *horror vacui*, es decir en un pánico al vacío que termina desentrañando el deseo inconsciente de lastimarse o acabar con el sufrimiento de raíz, autoinfligiéndose daño. Los procesos dramaterapéuticos, por tanto, terminan por inmiscuir a la persona en el universo de lo simbólico, para que desde allí transformen su significado a partir de lo dramático, emancipándose partiendo desde la colectividad a la individualidad.

La vida como tal debe ser abordada desde la acción, incluso cuando se decide no hacer nada dicha teleología indica una elección; se decide tomar un camino y es aquello a lo que se le llama libertad, sea de expresar y de hacer lo que se quiere con lo que se tiene o puede conseguir; incluso, libertad para crear, tal como el arte lo hace, pues el arte está en constante creación a partir de aquellos elementos que surgen del descubrimiento de lo que la persona misma crea, pues se extraen de la vida como tal las diversas posibilidades de ser y comprenderse en el mundo.

Se comprende, entonces, que el arte dramático tomado para la psicología carga de sentidos al participante, volcándolo hacia la vida misma, pues dichos talleres generaron en ellos la movilización no solo del sentido de existencia, sino también el sentido del amor, el sentido del sufrimiento y enrutándolos hacia la misma creación de su sentido del trabajo. Los ubica entonces seres activos de su propia vida y seres con la capacidad de crear a partir de su coincidir con el otro en espacios para habitarse, para amarse, para soñarse y así finalmente llegar el día en que se puedan construir.

Referencias

- Aquino, T. A., Gouveia, V. V., Gomes, E. S., & Melo de Sá, L. B. (2017). La percepción de sentido de la vida en el ciclo vital: una perspectiva temporal. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(2), 375-386. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.3728>
- Armstrong, C. R., Rozenberg, M., Powell, M. A., Honce, J., Bronstein, L., Gingras, G., & Han, E. (2016) A step toward empirical evidence: Operationalizing and uncovering drama therapy change processes. *The Arts in Psychotherapy*, 49, 27-33. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2016.05.007>
- Cañón B, S C, & Carmona P, J A. (2018). *Ideación y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes. Pediatría Atención Primaria*, 20(80), 387-397. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1139-76322018000400014&lng=es&tlng=es. ISSN 1139-7632
- Cassidy, S., Gumley, A., & Turnbull, S. (2017). Safety, play, enablement, and active involvement: Themes from a Grounded Theory study of practitioner and client experiences of change processes in Dramatherapy. *The Arts in Psychotherapy*, 55, 174-185. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2017.05.007>
- Chan Chi, G. I. (2021). Sentido de vida: una herramienta en la formación de estudiantes universitarios en el sureste de México. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 11(22), e065. <https://doi.org/10.23913/ride.v11i22.937>
- Colquhoun, B., Lord, A., & Bacon, A. M. (2018) A Qualitative Evaluation of Recovery Processes Experienced by Mentally Disordered Offenders Following a Group Treatment Program, *Journal of Forensic Psychology Research and Practice*, 18(5), 352-373. <https://doi.org/10.1080/24732850.2018.1510280>
- Congreso de Colombia. (2006, 6 de septiembre). Ley 1090 de 2006. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. D.O. 46383

- De Aquino, T. A. (2021). Espiritualidade e arte: o homem em busca de sentido. *Interações*, 16(1).<https://doi.org/10.5752/P.1983-2478.2021v16n1p33-52>
- Dennis, C. (2020). Reclaiming Metaphor; Myths, Monsters, and Narratives with LGBTQ+ Adolescents in Drama Therapy. https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/278
- Frankl, V. (1950). *Psicoanálisis y existencialismo*. Deuticke, Editorial: Fondo de cultura.
- Frankl, V. (1987). El hombre doliente, fundamentos antropológicos de la psicoterapia. Herder.
- Frankl, V. (1990). Logoterapia y análisis existencial, textos de cinco décadas. Herder.
- García-Haro, J., García-Pascual, H. y González González, M. (2018). Cuando los síntomas no dejan ver el sentido. Viaje existencial al centro de la psicoterapia. *Revista de Psicoterapia*, 29(109), 39-68. <https://doi.org/10.33898/rdp.v29i109.227>
- Hankir, A., Kirkcaldy, B., R Carrick, F., Sadiq, A., & Zaman, R. (2017). The performing arts and psychological well-being. *Psychiatry Danubina*, 29(3), 196-202. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28953763/>
- Huamaní, J. & Ccori, J. (2016). Respuesta al sentido de la vida en adolescentes. *Revista de Psicología de Arequipa*, 6(1), 331-348.
- Jacques, J. F. (2020). Investigation into the production of meaning in autobiographical performance in dramatherapy. *The Arts in Psychotherapy*, 69, 101659. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101659>
- Levy, L. B., & Cornejo, S. (2003). *La representación de las emociones en la dramaterapia*. Médica Panamericana.
- Martínez Ortiz, E., & Trujillo Cano, Á. M., & Trujillo, C. A. (2012). Validación del Test de Propósito Vital (PIL test - Purpose in Life Test) para Colombia. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXI(1), 85-93. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281925884007>.

- Ministerio de Salud. (1993, octubre 4). Resolución 8430 de 1993. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud.
- Reason, M. (2019). A prison audience: women prisoners, Shakespeare and spectatorship. *Cultural Trends*, 28(2-3), 86-102. <https://doi.org/10.1080/09548963.2019.1617929>.
- Rosenthal-Schutt, S. (2021). *Embodied Drama Therapy with Incarcerated Youth: A Literature Review*. [Tesis de grado, Lesley University].
- Schippers, M. C., & Ziegler, N. (2019). Life crafting as a way to find purpose and meaning in life. *Frontiers in Psychology*, 10, 2778. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02778>
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1987). Introducción a los métodos cualitativos de investigación. Paidós.
- Wang, W., & Ma, W. (2021). Construction of a Meaning Effectiveness Model: A new interpretation of meaning in life. *New Ideas in Psychology*, 63, 100876. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2021.100876>

Recibido: 31/01/2023

Revisado: 12/07/2023

Aceptado: 12/10/2023