



**UNIVERSIDAD PERUANA DE CIENCIAS APLICADAS**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

Sentido de Coherencia y Flow en personas que realizan Teatro Musical en Lima

**TESIS**

Para optar por el título de licenciado en Psicología

**AUTOR**

Granados Santoyo, Karina Claraliz (0000-0003-1303-0252)

**ASESOR DE TESIS**

Reyes Bossio, Mario (0000-0003-4655-1927)

**Lima 2 de noviembre de 2018**

### **Resumen**

Se exploró la relación entre el Sentido de Coherencia y Flow en personas que practican Teatro Musical. La hipótesis de esta investigación consiste en que existe una relación significativa positiva entre estos constructos. Se utilizaron las escalas de Orientación hacia la vida (SOC-13) y Flow Disposicional (DSF-2) en una muestra de 142 personas de 18–40 años pertenecientes a cinco asociaciones culturales de Lima. Los resultados mostraron una relación significativa entre los factores del SOC-13 y los diferentes factores del DSF-2. Esto indica que entre más confianza se tenga en los recursos que poseen, las personas pueden tener mayor control y manejo de la situación, convirtiéndola en placentera y valiosa.

*Palabras clave:* Sentido de Coherencia, Flow, Teatro Musical, Arte.

### **Abstract**

The objective of this research was to explore into the relationship between Sense of coherence and Flow in people who practice Musical Theatre. The hipotesis is: There is a significant positive relationship between this two constructs. The Orientation to life Questionnaire (OLQ-13) and the Dispositional Flow Scale (DFS-2) werer used in a sample of 142 people aged 18-40 years of age from 5 Cultural Associations. The results showed a significant relationship between the three factors of SOC-13 and some factors of DFS-2. This indicates that the people who have more trustfullness in the resources, can have more control and management of the situations, making it pleasant and valuable.

*Key words.* Sense of Coherence, Flow, Musical Theatre, Art.

## Índice

Capítulo 1. Introducción.....	7
1.1. Sentido de Coherencia.....	9
1.2. Flow .....	12
1.3. Puntos en común entre el SOC y el Flow .....	14
Capítulo 2. Método.....	16
2.1. Participantes.....	16
2.2. Medidas .....	17
2.2.1. Ficha Sociodemográfica .....	17
2.2.2. Cuestionario de Orientación hacia la vida .....	18
2.2.3. Escala de Flow Disposicional 2 .....	19
2.3. Procedimiento .....	21
Capítulo 3. Resultados .....	23
Capítulo 4. Discusión .....	38
Referencias .....	49
Apéndices .....	63
Apéndice A: Cuestionario de Orientación hacia la vida .....	63
Apéndice B: Escala de Flow Disposicional 2.....	65
Apéndice C: Ficha Sociodemográfica.....	68
Apéndice D: Consentimiento informado.....	70

### **Índice de Figuras**

Figura 1. Gráfico de sedimentación del cuestionario de Sentido de Coherencia..... 24

Figura 2. Gráfico de sedimentación del cuestionario de Flow Disposicional ..... 28

### **Índice de Tablas**

Tabla 1. Cargas factoriales de los ítems del la escala SOC-13.....	25
Tabla 2. Cargas factoriales de los ítems de las escala DFS-2 .....	29
Tabla 3. Correlaciones de los factores de las escalas SOC-13 y DFS-2 .....	37

# Capítulo 1. Introducción

En la actualidad, vivimos en un contexto exigente de cambios constantes y evolución tecnológica, lo cual requiere que desarrollemos una alta capacidad de adaptación, reconocimiento y manejo de recursos (Lazarus & Folkman, 1986). Se ha podido evidenciar que la falta de manejo de dichos recursos para sobrellevar las adversidades produce estragos como la inestabilidad emocional, falta de satisfacción con la vida (De la Fuente, 2012), ansiedad (Benito, Simón, Sánchez & Matachana, 2005), depresión, trastornos alimenticios, trastornos del sueño y cambios repentinos de aspiraciones y actitudes (De la Fuente, 2012).

Dentro de este contexto, se encuentra el artista, caracterizado socialmente por su inconformidad con el entorno, tendencia a la trasgresión de los hábitos sociales dominantes y a la bohemia (Guillén, 2007; López, 2010). También es considerado como una persona asocial, desaliñada, distraída (Belinche & Ciafardo, 2008) y portadora de actitudes excéntricas y libertinas (Romero, 2001). Esta construcción que se hace del artista, tiene una raíz en la queja con la que se presenta el mismo hacia la sociedad que reconoce el arte que “corteja y adula el gusto mediocre de la burguesía”, más no, el arte que tiene un valor intrínseco (Mariátegui, 1925).

Sin embargo, a pesar las características que se le otorgan al artista, que en resumen significarían una dificultad para desenvolverse en la vida, el arte se ha podido emplear como herramienta terapéutica por sus numerosos beneficios (Martínez & López, 2009). Por ejemplo, existen estudios que plantean que la realización de actividades artísticas promueve la salud en la medida en que puede facilitar la posibilidad de disfrute, resolución de problemas y desarrollo de autoconfianza, autoestima e inteligencia emocional (Wald,

2011). Además, se ha observado que estas actividades artísticas brindan al sujeto facilidad en las habilidades sociales, la expresión de emociones y el desarrollo de la personalidad (Caruso, 2002).

Es en base a los beneficios señalados es que nace la motivación de desarrollar esta investigación en personas que practican Teatro Musical, actividad escogida porque integra distintas disciplinas artísticas (la actuación, la música y la danza), por lo que su ejecución supondría un potencial desarrollo de recursos (Walsh & Platt, 2003 como se citó en Pérez-Aldeguer, 2013). En el caso específico de la dramatización, como forma de arte expresivo, se ha encontrado que ayuda a la formulación de ideas y sentimientos, refuerza la confianza y la capacidad comunicativa de aquellos que la practican (Pérez, 2004). En lo que respecta a la danza, diferentes investigaciones indican que desarrolla la autoestima y aceptación a través del desbloqueo físico, desinhibición y liberación de tensiones, además de mejorar la autoimagen y confianza en uno mismo, la creatividad y el intelecto (Alday, 2009).

Por lo tanto, se puede considerar al teatro musical como un medio artístico para generar distintos recursos y enfrentar las vicisitudes, convirtiéndose en uno de los factores que propician el desarrollo del Sentido de Coherencia (Antonovsky, 1993). A su vez, este medio artístico trae consigo la sensación de disfrute y bienestar, y también se relaciona con el “Flow”. Se conoce como “Flow” al estado subjetivo de goce e inmersión durante la realización de una actividad, en este caso artística (Csikszentmihalyi, 1998).

De acuerdo a lo anteriormente planteado, se especula que existe una relación entre los constructos mencionados (Flow y Sentido de Coherencia), puesto que al ser ambos indicadores de salud (Piazza, 2011), representa un punto en común entre dichas variables.



Esto nos conduce al objetivo principal de esta investigación: Explorar la posible relación entre el “Flow” y el Sentido de Coherencia en personas que practican teatro musical.

## **1.1. Sentido de Coherencia**

El Sentido de Coherencia (SOC) fue planteado por Antonovsky (1979, 1987) como una orientación global que da cuenta de la facilidad de solución de problemas de forma adaptada y que se tiene en relación a un sentimiento de confianza dominante, duradero y dinámico, caracterizado por la capacidad de predecir y evaluar los diferentes sucesos de la vida. Se afirma que aquellas personas que lo poseen tienen la capacidad de llevar a cabo estrategias más apropiadas para superar las adversidades con sus recursos (Antonovsky, 1993) y enfrentar el estrés, concibiendo la vida de manera significativa (Lindström & Eriksson, 2005).

Esta variable consta de 3 componentes interdependientes: (1) la comprensibilidad, referido a la percepción de estímulos como predecibles y estructurados, o impredecibles e inestructurados; (2) la manejabilidad, que consiste en el conocimiento y control de recursos, y en lo adecuados que son para hacerle frente a las demandas del entorno; (3) la significatividad, que da cuenta de la motivación que se tiene para percibir las demandas como retos y encontrarle sentido a la vida (Antonovsky, 1987).

Si se logra integrar estos componentes al afrontar la vida, los impedimentos resultan elementos constructivos para poder hacerlo (Antonovsky & Sourani, 1990) Cabe resaltar, que este constructo funciona como moderador de las condiciones estresoras, pues favorece el alcance y mantenimiento de conductas saludables ante las adversidades, de manera que se responde de forma adecuada a los efectos nocivos del estrés gracias a que sus reacciones

fisiológicas y emocionales son disminuidas y controladas (OMS, 1988). En este sentido, se podría especular que para que los artistas puedan sobrellevar el entorno adverso, es necesario que puedan desarrollar el Sentido de Coherencia, de manera que puedan percibir las vicisitudes como una oportunidad de crecimiento, utilizando medidas de afrontamiento saludables.

En esta misma línea, se ha podido relacionar el SOC con la salud física y mental: Las personas con un SOC elevado presentan mayor capacidad para recuperarse de las enfermedades (Rodríguez-Blázquez & Virués-Ortega, 2009) y evidencian menores síntomas psicológicos, como la psicopatización, la depresión, la ansiedad y el agotamiento (Flannery & Flannery, 1990). Además, evita las adicciones a las drogas y las recaídas (Glanz, Maskarinec & Carlin, 2005; Neuner, et al. 2006).

También se ha podido relacionar estrechamente el SOC con el bienestar general y psicológico (Anson, Paran, Neumann & Chernichovsky, 1993), evidenciando que las personas que poseen un SOC alto experimentan menos emociones incómodas, pudiendo enfrentar el estrés de forma más elaborada (Antonovsky, 1987). Es decir, tienen menor riesgo de vivir las situaciones desfavorables como estresantes y tienden a adoptar estilos de vida saludables (Rodríguez-Blázquez & Virués-Ortega, 2009; Wainright, et al. 2007), lo que conlleva a que vivan más tiempo, tengan mejor calidad de vida (Lindström & Eriksson, 2005) y una percepción segura del entorno (Palacios-Espinosa & Restrepo-Espinosa, 2008). A su vez, existen investigaciones que afirman que las personas con un Sentido de Coherencia desarrollado se perciben más sanas, le dan más importancia al afecto que a la salud misma (Flensburg-Madsen, Ventegodt & Merrick, 2005; Hernández, Ehrenzeig Sánchez & Yépez Olvera, 2011), son más optimistas

(Lindström & Eriksson, 2005), tienen mejor autoestima (Pallant & Lae, 2002) y son autoeficaces (Amirkhan & Greaves, 2003).

Se concluye, entonces, que las personas que tienen un SOC fuerte pueden manejar los retos diarios y sienten que el mundo tiene sentido aunque no resulte siempre coherente (Palacios-Espinosa & Restrepo-Espinosa, 2008).

Adicionalmente, se plantea que este constructo es variable según la cantidad de experiencias de la vida, por lo que se puede decir que el SOC no está determinado por la genética o el desarrollo (Antonovsky, 1979; Lindström & Eriksson, 2005), sino por la dinámica del entorno, de los vínculos y de la significación que se le otorga para regular y organizar la interacción (Erikson, 2000).

El SOC se desarrolla a partir de Recursos Generales de Resistencia (GRR), que son factores personales, interpersonales o contextuales a los que el sujeto puede recurrir en distintas ocasiones (Antonovsky, 1993). Se considera al arte como un recurso general de resistencia (Antonovsky, 1987). Sin embargo, tomando en cuenta la situación contextual del artista, existirían variables que en este sentido no actúan como recursos (Pérez & Ramos, 2018), como la falta de un trabajo estable, como es el teatro, o padres que no aceptan al arte como carrera, por nombrar algunos ejemplos.

Por lo tanto, surge la pregunta de que si las personas que realizan estas actividades artísticas tendrían un alto Sentido de Coherencia. De esta manera podríamos “considerar” que el arte, como vocación y experiencia de disfrute suficientemente significativa como para compensar un entorno posiblemente desfavorable.

## 1.2. Flow

Por tanto, según lo anteriormente mencionado se considera al Flow como una variable para profundizar. Esta surge como un concepto dentro de la Psicología Positiva. En rasgos generales, las investigaciones del autor Csikszentmihalyi (1990) se basan en la experiencia óptima descrita subjetivamente por las personas que tienen ciertas características en favor del disfrute.

En este contexto, el Flow se define como “un estado subjetivo que las personas experimentan cuando están completamente involucradas en algo hasta el extremo de olvidarse del tiempo, la fatiga y de todo lo demás, excepto la actividad en sí misma”, (Csikszentmihalyi, 2009, p.183). Se percibe como un estado ‘automático’ en donde las acciones se dan espontáneamente, pues todas las capacidades y habilidades están dirigidas a la realización de la tarea (Csikszentmihalyi, 1998). Así se explica que se pierde la noción del tiempo y de sí mismo durante ésta. Esto produce extremo bienestar, que se enriquece de la motivación intrínseca del sujeto. (Csikszentmihalyi, 1997).

Se han encontrado investigaciones que afirman que el flow está altamente relacionado con la motivación intrínseca en población artista, tanto en bailarines (Levine, 2006) como en actores (Martin y Cutler, 2002); lo que daría cuenta que estas actividades, propician el Flow (Hatem, Lira & Mattos, 2006) pues , brindan sensaciones de descubrimiento y creatividad que llevan a la persona a una nueva realidad (Csikszentmihalyi, 1998; Jiménez-Torres, & Cruz Quintana; 2011).

Csikszentmihalyi (1990, 1997) plantea que cuando las actividades se realizan con una fuerte motivación intrínseca, se puede establecer un control sobre ellas a fin de ejecutarlas con más frecuencia; a esto se le denomina Flow Disposicional (Csikszentmihalyi, 1988).

Además, se sostiene que la experimentación del Flow puede ser una capacidad innata o aprendida que, influenciada por factores internos o externos (Csikszentmihalyi, 1990), promueve el descubrimiento de estrategias personales para transformar sucesos negativos o neutros en algo valioso y significativo (Csikszentmihalyi, 1998).

Csikszentmihalyi, (1975, 1990) propone los siguientes componentes que son también características fenomenológicas del estado de Flow: (1) Equilibrio entre el desafío y las habilidades que se poseen, las cuales deben estar al máximo para poder experimentar este estado. (2) Objetivos Claros, es decir concretos y alcanzables. (3) Concentración y enfoque, que implican estar íntimamente conectado en un campo limitado de atención. (4) Retroalimentación, que se obtiene a lo largo del proceso, por lo que el comportamiento se ajusta a favor de los resultados esperados. (5) Fusión de acción y la consciencia (6) Sentimiento o percepción de control sobre la tarea a pesar de su dificultad. (7) Pérdida de autoconsciencia, en la que se pierde interés sobre el entorno a medida en que se involucra más con la tarea. (8) Deformación de la percepción del tiempo, pasando a sentirse que éste pasa lenta o rápidamente. (9) Experiencia autotélica, lo cual significa que la realización de la actividad es la fuente del disfrute, y no el posible beneficio o recompensa al realizarla, siendo una actividad intrínsecamente gratificante. En este último ámbito, se plantea que las personas autotélicas llevan a cabo actividades más complejas, como el teatro musical, que hacen que se sientan mejor consigo mismas, se integren mejor socialmente y mejoren su salud (Csikszentmihalyi, 1998).

En resumen, se puede decir que el Flow está presente cuando existen habilidades suficientes y adecuadas para enfrentar el reto, lo cual implica que éste no supere sus capacidades o que esté por debajo de ellas, ya que lo primero podría resultar estresante y en lo segundo, aburrido (Camacho et al., 2011).

### **1.3. Puntos en común entre el SOC y el Flow**

Una vez expuestas las definiciones, componentes y características de los constructos a estudiar, se puede plantear que estas variables están relacionadas en la medida en que van de la mano positivamente con la salud tanto física como mental, y que favorecen el afrontamiento al estrés (Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva & García-Calvo, 2011).

Además, se ha encontrado que el SOC desarrollado trae como consecuencia que los factores “incómodos” ya no sean percibidos como estresores o que estos puedan abordarse de manera saludable. (Antonovsky & Sourani, 1990).

De la misma manera, se ha investigado que el Flow guarda una relación significativa con las estrategias para el afrontamiento del estrés (Dillon & Tait, 2000; Letelier, 2007; Amado; et al. 2011).

Cabe resaltar que la habilidad de experimentar el Flow depende también de las adquisiciones y desarrollo de diferentes aspectos a lo largo de la vida, por lo que la persona estaría más propensa a la experiencia óptima en la medida que pasa el tiempo y del aprendizaje que han logrado en él (Jiménez-Torres & Cruz Quintana; 2011), así como con el Sentido de Coherencia (Antonovsky, 1979; Erikson, 2000). Además, el arte es uno de los factores para su desarrollo, pues es considerado uno de los recursos generales de resistencia (GRR) (Antonovsky, 1993) por su estrecha relación con el bienestar (Caruso, 2002), favorece el funcionamiento adaptativo y saludable de la persona, así como la capacidad de resolución de problemas y afrontamiento de las adversidades (Antonovski, 1987).

Se plantea entonces que la conexión del SOC con el Flow se da en la medida en que el SOC está desarrollado y el sujeto puede hacer un buen uso de sus recursos para afrontar las vicisitudes del entorno, acompañado de una carga motivacional intensa. Esto finalmente produce que se perciba a las actividades artísticas como un reto, lo cual promovería un estado de Flow (Antonovsky, 1987). Por lo tanto, las características del Sentido de Coherencia propiciarían las experiencias de disfrute, mientras se realiza una actividad de manera satisfactoria. Asimismo, la frecuencia de estas experiencias de disfrute, producidas por la realización de teatro musical, desarrollarían el Sentido de Coherencia. Por lo tanto, la elevada cantidad de experiencias de disfrute y la capacidad de confrontar situaciones, generadas a través de la realización de las actividades artísticas, reforzarían la percepción de buena salud en las personas mediante un procedimiento cíclico.

En conclusión, partiendo de la teoría existente y sin la existencia de investigaciones que correlacionen ambos constructos, al explorar acerca de la relación del Sentido de Coherencia y Flow en personas que realizan Teatro Musical, se busca poder decretar que la realización del teatro musical promueve el potencial desarrollo de estas variables, sosteniendo que la experimentación del Flow es más factible y, a su vez, produce altos niveles de SOC y viceversa. Dado nuestro contexto actual, un hallazgo significativo permitiría desencadenar nuevas investigaciones similares y así generar una valoración e incentivación con base científica de esta actividad artística y del arte en general por sus beneficios en la salud integral de la población.

## Capítulo 2. Método

### 2.1. Participantes

Con el conocimiento de que existen en Lima un promedio de 357 asociaciones culturales (Sistema de información cultural, 2011), en donde se suelen abordar montajes de teatro musical, las pruebas se aplicaron a una muestra de 142 participantes de un rango de edad entre 18 y 40 años con un promedio de 22 años ( $DE = 4.24$ ) pertenecientes a cinco asociaciones culturales de Lima.

Para el cálculo de la muestra se empleó el programa estadístico denominado G \* Power (versión 3.1.9.2) de Buchero, Erdfelder, Faul y Lang (2014). A partir del empleo de este software se obtiene una muestra mínima de 115 personas que realizan Teatro Musical. Los elementos que se emplearon para realizar el cálculo respectivo son el nivel de significancia, la potencia y la medida del tamaño del efecto. Con respecto al nivel de significancia se empleó el valor de .05 y para la potencia se utilizó el valor de .95. Cohen (1992) consideró esta cantidad mínima para realizar los cálculos respectivos en las investigaciones es de .80. Con respecto a la medida del tamaño del efecto se han presentado diversas opciones dependiendo de cada investigación (Ferguson, 2009). Para Cohen (1992) el tamaño puede estar comprendido entre los valores de .2 y .3 que indican un efecto pequeño, alrededor de .5 un efecto mediano y mayores que .8 un efecto alto. Al no existir investigaciones antecedentes que nos permitan entender el puntaje más próximo para el cálculo; se empleó una estimación de .30 que indica un efecto pequeño.

Sin embargo en miras de mejorar los resultados y debido a la accesibilidad de la muestra, se consideraron 142 participantes.



El muestreo que se realizó fue no probabilístico intencional, debido a que no supone un procedimiento de selección de muestra formal y a su vez, se considera intencional pues se eligió una determinada institución, en la medida en que el acceso a ella sea posible (Hernández, Fernández & Baptista, 2010).

La muestra estuvo conformada por la misma cantidad de hombres ( $n = 71$ , 50%) y mujeres ( $n = 71$ , 50%). Además, se pudo registrar que la mayoría ( $n = 72$ , 51%) practica el teatro musical 4 o más veces a la semana, y el 31% ( $n = 44$ ) de participantes lleva practicando la actividad 1 año o más. Cabe resaltar que solo el 31% ( $n = 44$ ) practica el teatro musical de manera profesional y es remunerado. Además, el 66% ( $n = 27$ ) de profesionales considera que la remuneración es baja. Asimismo, el 96% ( $n = 136$ ) realiza otras actividades además del teatro musical, siendo el estudio ( $n = 39$ , 27%) la más común.

## **2.2. Medidas**

### **2.2.1. Ficha sociodemográfica.**

En esta se recogieron datos referentes a la edad, sexo, frecuencia en la que es practicada la actividad, el tiempo que se le dedica, si se dedica al teatro musical profesionalmente o no, Si recibe remuneración y el tipo de la misma, la razón por la que practica la actividad y si la complementa con otro tipo de actividades. Además, también se consideró el estado en el que se encontraba el montaje de la obra a presentar y en qué etapa se encuentra.

### **2.2.2. Cuestionario de orientación hacia la vida (OLQ / SOC 13).**

Esta es una versión reducida de 13 ítems, la cual ha sido adaptada al Perú (Saravia & Iberico, 2013). Esta versión se abrevió a partir de la versión original (SOC-29), conformada por 29 ítems (Eriksson & Lindstrom, 2005).

El SOC-13 mide el nivel de sentido de coherencia y está compuesta por 3 áreas que son Comprensibilidad, con los ítems 2, 6, 8, 9 y 11 que mide la percepción de estímulos como predecibles o impredecibles; Manejabilidad, con los ítems 3, 5, 10 y 13, que mide el conocimiento y manejo de recursos; y Significatividad, con los ítems 1, 4, 7 y 12, que mide la motivación con la que se reciben los estímulos.

Tiene un sistema de escala Likert del 1 al 7, en donde se expresan distintos enunciados a los extremos que deben ser marcados según qué tan de acuerdo se está con respecto a dichas frases. Cabe resaltar que existen ítems inversos como son el 1, 2, 3, 7 y 10.

En lo que respecta a la validez convergente, el SOC 13 fue correlacionado con la salud mental y física a través del uso del Cuestionario de Salud (Escala SF-36), la cual mide la salud física y mental (Ware, Snow, Kosinski & Gandek, 1993 citado en Salazar & Bernabé, 2012). La correlación entre el Sentido de Coherencia y el componente de salud física del cuestionario de salud arrojó resultados positivos y significativos con un valor de .34 ( $p < .001$ ). De la misma manera, la correlación del Sentido de Coherencia y el componente de salud mental arroja un valor de .59 ( $p < .001$ ) (Saravia & Iberico, 2013).

Asimismo, esta prueba adaptada al Perú cuenta con un alfa de Cronbach de .80, lo cual indica que tiene buena consistencia interna. La dimensión de Comprensión tiene un coeficiente de .63 de confiabilidad, la dimensión de Manejabilidad puntúa con .59, mientras que la dimensión de Significatividad evidencia un puntaje de .61 de fiabilidad (Saravia

& Iberico, 2013). Asimismo, los rangos de elemento total corregidas se encuentran entre .30 (ítem 2) y .61 (ítem 9).

### **2.2.3. Escala de Disposición al Flow (DFS - 2). (Jackson & Eklund, 2002)**

Se utilizó la versión en español (González-Cutre, Sicilia, Moreno & Fernández-Balboa, 2009). Esta escala mide la propensión y facilidad de las personas a experimentar el flow. Consta de 9 factores, que tienen 4 ítems cada uno. Estos factores hacen referencia a los 9 factores del Flow: (1) Equilibrio entre el desafío y las habilidades, conformado por los ítems 1, 10, 19 y 28; (2) Fusión de acción y consciencia, con los ítems 2, 11, 20 y 29; (3) Objetivos Claros con los ítems 3, 12, 21 y 30; (4) Retroalimentación, formado por los ítems 4, 13, 22 y 31; (5) Concentración y enfoque, que incluye los ítems 5, 14, 23 y 32; (6) Sentimiento o percepción de control sobre la tarea, con los ítems 6, 15, 24 y 33; (7) Pérdida de autoconsciencia, con los ítems 7, 16, 25 y 34; (8) Deformación de la percepción del tiempo, que tiene los ítems 8, 17, 26 y 35; (9) Experiencia autotélica, conformado por los ítems 9, 18, 27 y 36. La prueba cuenta con una Escala Likert del 1 al 5, en donde 1 significa nunca y 5, siempre (González-Cutre, Sicilia, Moreno & Fernández-Balboa, 2009).

En lo que respecta a la evidencia de validez de esta escala, los autores realizaron un análisis factorial confirmatorio. Además se utilizó una matriz de covarianza para analizar los datos y evaluar la congruencia de la prueba con el modelo teórico de 9 dimensiones en base a los siguientes índices: la chi-cuadrado ( $\chi^2$ ), la relación de chi-cuadrado para grados de libertad ( $\chi^2 / df$ ), Índice de bondad de ajuste comparativo (CFI), el Índice de ajuste incremental (IFI) y el Índice de Tucker-Lewis (TLI) el residuo cuadrático promedio de

aproximación (RMSEA), y la raíz estandarizada cuadrática promedio residual (SRMR). Los resultados de este análisis de nueve factores mostraron índices de ajuste aceptables,  $\chi^2$  (558,  $N = 779$ ) = 1370.71,  $p = .00$ ;  $\chi^2 / gl = 2.45$ ; TPI = .92; IFI = .92; TLI = .91; RMSEA = .04; SRMR = .04. Las correlaciones entre los nueve factores fluctuaron entre .28 y .92. Además, se observaron altas correlaciones entre los factores de Equilibrio entre habilidades y retos y Retroalimentación con un puntaje de .90; Retroalimentación y Sensación de control con un puntaje de .92 y la "sensación de control" y "concentración en la tarea mano "con un puntaje de .92 (González-Cutre, Sicilia, Moreno & Fernández-Balboa, 2009).

En cuanto a la consistencia interna, se obtuvieron valores de alfa de Cronbach de .74 en la dimensión de equilibrio entre las habilidades y los retos; .73 en la dimensión de fusión de acción y consciencia; .72 para la dimensión de objetivos claros; .73 para la retroalimentación; .71 en la dimensión de concentración en la tarea; .73 en el sentido de control sobre la tarea; para la pérdida de autoconsciencia, .85; para la transformación del tiempo, .69 y para la experiencia autotélica, .76. Además para el Flow como variable global revela valores alfa de .92, lo cual da cuenta de una buena fiabilidad (González-Cutre, Sicilia, Moreno & Fernández-Balboa, 2009).

Previa aplicación de la prueba, se identificaron algunos ítems que fueron modificados. Los ítems 7 y 34 eran completamente iguales y expresaban “Me da igual lo que otros pueden estar pensando de mí”. Estos, en su versión en inglés, son distintos: 7. I am not concerned with what others may be thinking of me. 34: I am not worried about what others may be thinking of me. De manera que fueron reemplazados por: 7. No me interesa lo que otros pudieran pensar sobre mí. 34. No me preocupa lo que otros pudieran pensar sobre mí.

Además, se hizo un cambio en el ítem 2: “Hago los gestos correctos sin pensar, automáticamente”, por “Hago las cosas correctas sin pensar, de manera automática”, ya que

el ítem podría resultar ambiguo para la población debido a que la palabra “gestos” podría interpretarse a nivel actoral.

Estos cambios fueron evaluados por 10 jueces que aprobaron dichas modificaciones.

Seguidamente, ambas escalas fueron sometidas a un piloto en donde se evaluó a 15 personas con características similares a la muestra, practicantes de teatro musical pertenecientes a una asociación cultural de Lima. En el proceso de realización de este piloto, se entregaron ambas escalas (SOC-13 y DFS-2) junto con una serie de preguntas para comprobar el entendimiento de los ítems. Los participantes no manifestaron tener alguna duda acerca de la interpretación de los diferentes ítems, incluyendo los ítems modificados.

Cada Instrumento presenta un ejemplar en el apéndice de esta investigación.

### **2.3. Procedimiento**

La recolección de datos se dio con la siguiente secuencia: En primer lugar, se hizo contacto con las instituciones culturales en las que se realizan teatro musical, de manera telefónica. En este primer contacto, se expuso el motivo de la visita y la evaluación. Con aquellas que estaban de acuerdo en participar de esta investigación se coordinó una visita al lugar para encontrar voluntarios que cumplan con las características de la muestra, es decir; que bailen, canten y actúen.

En cada institución, se aplicaron las pruebas a los voluntarios disponibles. Esta evaluación se dio de manera individual y grupal, según cómo lo ameritaba la situación. Se les solicitó un permiso a los participantes para que las pruebas puedan ser aplicadas. A los voluntarios se les entregaron las distintas escalas, que contenía: un consentimiento informado, en el que se le presentaba la investigación y el objetivo de la misma al futuro

participante, indicándole los derechos que tiene como tal y de donde este puede decidir su participación voluntaria del proceso de investigación. También contenía una ficha sociodemográfica y los instrumentos señalados. La evaluación fue realizada en un lugares propicios de la institución, es decir, espacio alejado de la música de las salas de ensayo, con iluminación adecuada y sin estímulos distractores.

Luego de recolectar información se llevó a cabo la calificación de cada uno de los instrumentos de evaluación. Posteriormente, con el objetivo de calcular la correlación entre el Sentido de Coherencia y el Flow, se digitó la información y puntajes alcanzados en el programa estadístico Statistical Package for the Social Sciences (IBM SPSS) versión 21. Se obtuvieron evidencias de validez de las puntuaciones de la aplicación de las escalas por medio de análisis factorial. De la misma manera, se comprobó la confiabilidad de los datos utilizando el coeficiente alfa de Cronbach. También se realizaron análisis descriptivos, además de una prueba de normalidad de Kolmogorov – Smirnov, en donde se determina la normalidad y por lo tanto el tipo de estadístico usado e la prueba no paramétrica de Spearman, Según Restrepo y González (2007), esta prueba se utiliza a para medir la fuerza o grado de relación entre dos variables cuantitativas dentro de una distribución no normal. Luego, se inició con la redacción de la discusión, conclusiones, limitaciones y recomendaciones del presente estudio.

## Capítulo 3. Resultados

Para esta investigación se realizó un análisis de las propiedades psicométricas de los instrumentos utilizados que consta de un análisis factorial de cada instrumento, en donde se consideraron los valores del KMO y de la prueba de esfericidad de Bartlett; seguido de los porcentajes de varianza total explicada.

También se realizó un análisis de confiabilidad considerando los puntajes de Alfa de Cronbach y los puntajes de correlación Item Test.

A partir de los resultados obtenidos se desarrolló un análisis descriptivo y de normalidad, que determina el estadístico de Rho Spearman como medio para hallar las correlaciones entre los factores de los constructos.

En lo que respecta al análisis de validez en la escala de Orientación hacia la vida (SOC-13) (Saravia & Iberico, 2013), se desarrolló un análisis de factorización por ejes principales a partir de los datos recogidos de la aplicación del instrumento con rotación de Oblimín Directo, pues los factores del instrumento están relacionados. Como resultado de este análisis, se observa que se cumplen los supuestos para desarrollar este procedimiento, pues se obtiene un valor aceptable de Kaiser Meyer Olkin (KMO) de .71. El puntaje KMO relaciona los coeficientes de correlación y que da cuenta de la relación entre variables. En este caso, el puntaje es alto, pues supera el valor de .70; y, por lo tanto, permite que se realice el análisis de fiabilidad. Además, la prueba de esfericidad de Bartlett, que evalúa la aplicabilidad del análisis factorial de las variables, puntúa altamente significativo (.000) y evidencia un valor de Chi-cuadrado de 335.81, lo cual significa que el análisis factorial puede llevarse a cabo, pues cuenta con valores interpretables (Lloret, Ferreres, Hernández & Tomás, 2014).

El resultado de este análisis factorial del SOC – 13, evidencia 3 factores, lo cual también puede observarse en el gráfico de sedimentación (Ver Figura 1). Asimismo, se evidencia que el factor 1 explica el 29.58% de la varianza, el factor 2 explica el 12.16% de la varianza y el factor 3 explica el 11.03% de la varianza, lo cual nos indica que la mayor cantidad de ítems están agrupados en el factor 1, lo cual también se confirma en el gráfico de sedimentación. Además, los tres factores explican el 52.76% de la varianza del instrumento.

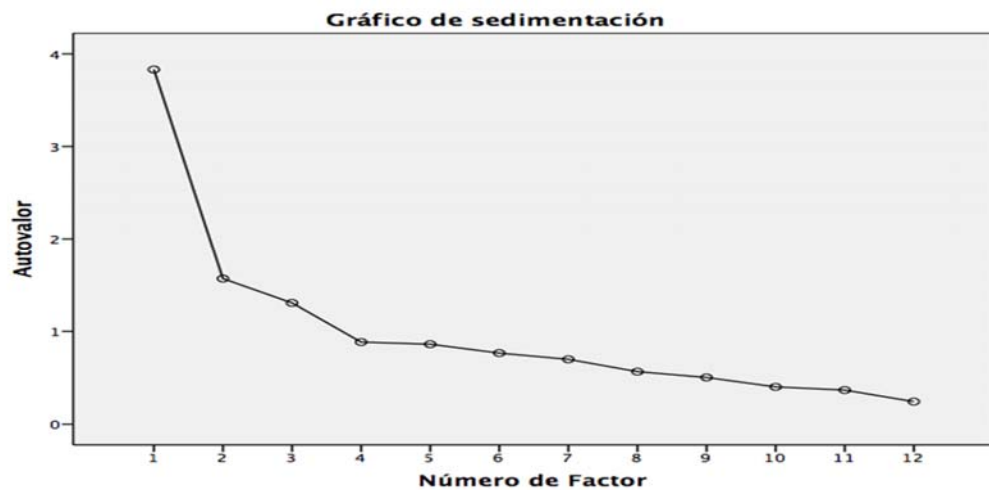


Figura 1. Gráfico de sedimentación de Cattell del análisis de componentes principales de la Escala Orientación hacia la vida (SOC-13)

Luego, en la matriz de patrón (Ver Tabla 1) se obtuvieron los siguientes resultados: en el factor 1 se agruparon los ítems: 5, 6, 8, 9, 10, 11 y 13. En el factor 2 se agrupan los ítems 4, 7 y 12. En el factor 3 se agrupan los ítems 1, 2 y 3. Se puede observar que existe una distribución de la prueba en tres factores. Sin embargo, los ítems que los conforman no se organizan de la misma manera que en la prueba original. Por lo tanto, al ver que los ítems son muy dispersos, se tomó la decisión de conservar la estructura original de la prueba, respetando su modelo teórico.



Tabla 1

*Cargas factoriales de los ítems de la Escala de Orientación hacia la vida (SOC-13)*

	Factor		
	1	2	3
8. ¿Tiene usted ideas y sentimientos confusos?	.79		
9. ¿Siente usted dentro de sí algo que no le gustaría sentir?	.73		
13. ¿Cuán a menudo tiene usted el sentimiento de no estar seguro de mantenerse bajo control?	.7		
11. Cuando algo ha sucedido, generalmente ha encontrado que usted: subestimó/ vió las cosas objetivamente	.65		
10. Muchas personas, inclusive las de carácter fuerte, algunas veces se sienten perdedoras en ciertas situaciones. ¿Cuán a menudo usted ha tenido esto en el pasado?	.65		
6. ¿Tiene usted el sentimiento de que está en una situación poco familiar y no sabe qué hacer?	.45		
7. Hacer las cosas que usted hace diariamente son placentero/aburrido		.79	
12. ¿Cuán a menudo tiene usted el sentimiento que tienen poco sentido las cosas que realiza en su vida diaria?		.68	
5. ¿Tiene usted sentimientos de que ha sido tratado injustamente?	.48		
4. Hasta el momento, su vida ha tenido metas y proyectos muy claros		.50	
2. ¿Le ha sucedido en el pasado que se ha sorprendido por el comportamiento de la gente que usted pensaba que conocía muy bien?			.88
3. ¿Le ha sucedido que la gente con la que usted contaba lo ha decepcionado?			.79
1. ¿Siente usted que no le importa lo que sucede a su alrededor?			.37

Por otro lado, se realizó un análisis para estimar la evidencia de confiabilidad de la prueba y sus factores. El resultado que arroja el coeficiente alfa de Cronbach, sirve para estimar si los ítems de un mismo constructo están altamente correlacionados, lo cual indicaría la fiabilidad de un instrumento (Welch & Comer, 1988). Con respecto a la prueba en su totalidad, este coeficiente tiene un puntaje de .78, que significa que es un valor aceptable.

El coeficiente alfa de Cronbach que arroja el factor 1, llamado Comprensibilidad, como lo indica el modelo teórico, es de .64. Asimismo, en cuanto al análisis de ítems las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .16 y .57. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

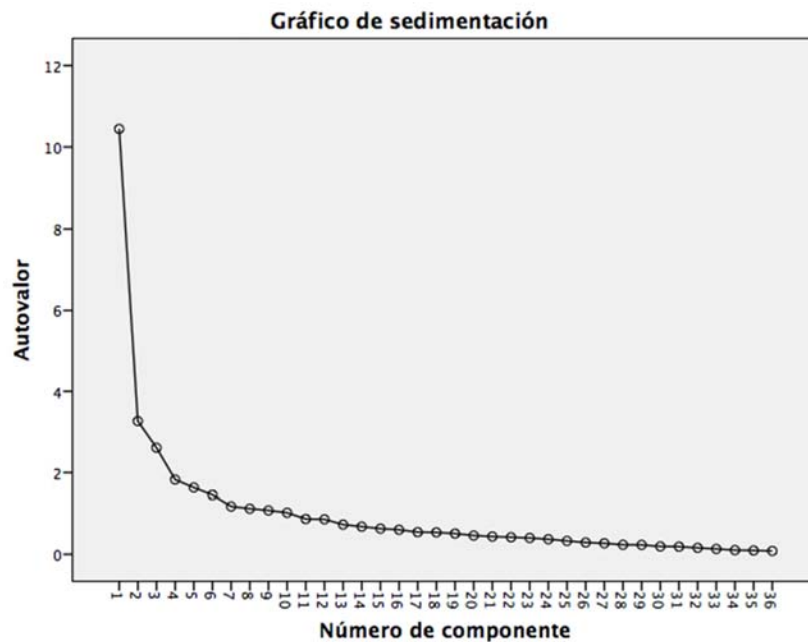
El coeficiente alfa de Cronbach que arroja el factor 2, llamado Manejabilidad, como lo indica el modelo teórico, es de .45. Asimismo, en cuanto al análisis de ítems las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .17 y .35. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

El coeficiente alfa de Cronbach que arroja el factor 3, llamado Significatividad, como lo indica el modelo teórico, es de .62. Asimismo, en cuanto al análisis de ítems las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .26 y .51. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

Por otra parte, en relación a la Escala de Flow Disposicional (González-Cutre, Sicilia, Moreno & Fernández-Balboa, 2009), en cuanto a las evidencias de validez, se desarrolló un análisis factorial de componentes principales a partir de los datos recogidos de la aplicación del instrumento con rotación de Oblimín Directo. Como resultado del análisis, se observó que se cumplen los supuestos para desarrollarlo tendiendo un valor aceptable en el puntaje Kaiser-meyer-Olkin (KMO) de .84, el cual relaciona los

coeficientes de correlación y da cuenta que la relación entre variables es alta y, por lo tanto, confiable. Además, la prueba de esfericidad de Bartlett, que evalúa la aplicabilidad del análisis factorial de las variables, puntúa altamente significativo ( $p < .000$ ) y presenta un Chi cuadrado de 2394.44. Esto significa que el análisis factorial puede llevarse a cabo pues cuenta con valores interpretables (Lloret, Ferreres, Hernández & Tomás, 2014).

El resultado de este análisis factorial del DFS - 2, evidencia 8 factores, lo cual también puede observarse en el gráfico de sedimentación (Ver Figura 2). Asimismo, se evidencia que el factor 1 explica el 27.55% de la varianza, el factor 2 explica el 8.51% de la varianza y el factor 3 explica el 6.60% de la varianza, el factor 4 explica el 5.15% de la varianza factor 5 explica el 4.63% de la varianza, el factor 6 explica el 4.06% de la varianza, el factor 7 explica el 3.43% de la varianza y el factor 8 explica el 2.83% de la varianza. Se puede observar que la mayor cantidad de ítems están agrupados en el factor 1, lo cual también se confirma en el gráfico de sedimentación. Además, los ocho factores explican el 62.75% de la varianza del instrumento.



*Figura 2.* Gráfico de sedimentación de Cattell del análisis de componentes principales de la Escala de Flow Disposicional – 2 (DFS-2).

Luego en la matriz de patrón (Ver Tabla 2) , se obtuvieron los siguientes resultados: el factor 1 está compuesto por los ítems 1, 3, 4, 10, 12, 13, 21, 28 y 30; el factor 2, por los ítems 8, 17, 26 y 35; el factor 3, por los ítems 5, 6, 14, 23, 32; el factor 4, por los ítems 2, 11, 20, 29; el factor 5 está conformado por los ítems 7, 15, 16 y 34; el factor 6, por los ítems 9, 27 y 36; el factor 7, por los ítems 18, 19, 22, 24 y 31; y el factor 8, por los ítems 15 y 33.

Como podemos observar, los ítems se distribuyen en 8 factores, mas no en 9 como lo indica el modelo original de la prueba. Ante esto, se indujo en el programa SPSS una distribución de 9 factores. Sin embargo, los ítems que los conformaban, no eran los mismos que se planteaba en el modelo teórico. Por lo tanto, se decide conservar la estructura original de la prueba que se encuentra en relación al modelo teórico del Flow.

Tabla 2

*Cargas factoriales de los ítems de la Escala de Flow disposicional 2*

	Componente							
	1	2	3	4	5	6	7	8
12. Estoy seguro de lo que quiero hacer	.79							
1. Sé que mis habilidades me permitirán hacer frente al reto que se me plantea	.72							
30. Mis metas están claramente definidas	.72							
3. Conozco claramente lo que quiero hacer	.65							
4. Tengo realmente claro cómo lo estoy haciendo	.64							
10. Mis habilidades están igualadas con los altos retos de la situación	.60							
21. Sé lo que quiero conseguir	.60							
28. Las dificultades y mis habilidades para superarlas están a un mismo nivel	.45							
13. Sé lo bien que lo estoy haciendo	.38							
17. El paso del tiempo parece ser diferente al normal		.81						
26. Siento como el tiempo pasa rápidamente		.80						
35. Pierdo la noción normal del tiempo		.80						
8. El tiempo parece alterarse (pasa más lento o más rápido)		.66						
23. Tengo una total concentración			.82					
14. Puedo mantener mi mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo			.71					

5. Mi atención está completamente enfocada en lo que estoy haciendo	.59
32. Estoy totalmente centrado en lo que tengo entre manos	.53
6. Tengo una sensación de control sobre lo que estoy haciendo	.39
20. Ejecuto automáticamente	.80
11. Parece que las cosas están sucediendo automáticamente	.76
29. Hago las cosas espontánea y automáticamente	.53
2. Hago las cosas correctas sin pensar, de manera automática	.51
34. No me preocupa lo que otros pudieran pensar sobre mí	.79
25. Me da igual la imagen que doy a los demás	.79
16. Me da igual cómo los otros pueden estar evaluándome	.74
7. No me interesa lo que otros pudieran pensar sobre mí	.69
9. Realmente me divierte la experiencia	.76
27. La experiencia me deja buen sabor de boca (buena impresión)	.76
36. Encuentro la experiencia muy valiosa y reconfortante	.73
22. Tengo buenos pensamientos acerca de lo bien que lo estoy haciendo mientras estoy ejecutando	.68
18. Me gusta lo que experimento con mi ejecución y me gustaría sentirlo de nuevo	.54
31. Puedo confirmar que en esa práctica lo estoy haciendo muy bien	.51

24. Tengo un sentimiento de control total	.51
19. Siento que soy lo suficientemente bueno para hacer frente a las demandas de la situación	.45
15. Siento que puedo controlar lo que estoy haciendo	.54
33. Siento un control total de mi cuerpo	.53

---

Con respecto a la prueba en su totalidad, este coeficiente tiene un puntaje de .91, que significa que es un valor aceptable.

Además, se puede observar que en el factor 1, denominado Equilibrio entre el desafío y las habilidades, el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .71. Este, al ser mayor de 70, indica que la consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .47 y .53. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

En el factor 2, denominado Fusión de acción y consciencia , el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .79. Este, al ser mayor de 70, indica que la consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .50 y .68. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

En el factor 3, denominado Objetivos claros , el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .81. Este al ser mayor de 70, indica que la consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones

ítem test estuvieron comprendidas entre .55 y .71. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

En el factor 4, denominado Retroalimentación , el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .76. Este, al ser mayor de 70, indica que la consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .50 y .63. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

En el factor 5, denominado Concentración y enfoque , el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .78. Este, al ser mayor de 70, indica que la consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .55 y .63. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

En el factor 6, denominado Sentimiento de control sobre la tarea , el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .70. Este indica que la consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .44 y .52. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

En el factor 7, denominado Pérdida de autoconsciencia, el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .75. Este, al ser mayor de 70, indica que la consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .51 y .60. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

En el factor 8, denominado Deformación de percepción del tiempo, el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .85. Este, al ser mayor de 70, indica que la



consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .56 y .67. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

Por último, en el factor 9, denominado Experiencia autotélica, el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .75. Este, al ser mayor de 70, indica que la consistencia interna del instrumento es alta. Con respecto al análisis de ítems se evidencia que las correlaciones ítem test estuvieron comprendidas entre .43 y .64. Por lo tanto, los ítems se mantienen debido a que disminuiría el alfa si se decide eliminar alguno.

Seguidamente, se desarrolló un análisis descriptivo de los factores de cada prueba. De la escala de Orientación hacia la vida, el factor de (SOC1) tiene una media de

Además se desarrolló un análisis descriptivo en el que, el factor de Comprensibilidad de la escala de Orientación hacia la vida tiene una media de 4.34 y una desviación estándar de 1.12. Asimismo, el factor de Manejabilidad, perteneciente a la misma escala, presenta una media de 4.34 y una Desviación estándar de 1.02. Además, el factor de Significatividad evidencia una media de 5.58 y una desviación estándar de 0.95.

Por otro lado, en la escala de Flow Disposicional 2, el factor de Equilibrio entre el desafío y las habilidades presenta una media de 3.79 con una desviación estándar de .55. El factor de Fusión acción consciencia presenta una media de 3.21 y una desviación estándar de .73. En el factor de Objetivos claros se observa una media de 4.18 y una desviación estándar de .63. El factor de Retroalimentación tiene una media de 3.71 y una Desviación Estándar de .61. En el factor de Concentración y enfoque se observa una media de 3.88 y una desviación estándar de .62. En el factor de Percepción de control sobre la tarea se puede ver una media de 3.63 y una Desviación Estándar de .58. El factor de Pérdida de autoconsciencia presenta una media de 3.18 y una Desviación estándar de .86. En el factor

de Deformación de la percepción del tiempo se observa una media de 3.69 y una Desviación Estándar de .81. Por último, el factor de Experiencia autotélica tiene una media de 3.69 y una Desviación Estándar de .81.

Asimismo, para determinar el estadístico a utilizar se hizo una prueba de normalidad de Kolmogorov Smirnov en donde el factor de Comprensibilidad presenta un puntaje K-S = .20,  $p > .01$ . El factor de Manejabilidad tiene un puntaje K-S = .002,  $p < .01$ . El factor de Significatividad tiene un puntaje K-S = .003,  $p < .01$ .

Además, en la escala de Flow Disposicional, el factor de Equilibrio entre el desafío y habilidad presenta un puntaje K-S = .000,  $p < .001$ . El factor de Fusión Acción conciencia, K-S = .000,  $p < .001$ . El factor de Objetivos claros, K-S = .000,  $p < .001$ . El factor de Retroalimentación, K-S = .000,  $p < .001$ . El factor de Concentración y enfoque, K-S = .000,  $p < .001$ . El factor de Percepción de control sobre la tarea, K-S = .001,  $p < .01$ . Pérdida de autoconsciencia, K-S = .000,  $p < .001$ . El factor de Deformación de la percepción del tiempo, K-S = .000,  $p < .001$ . El factor de Experiencia autotélica, K-S = .000,  $p < .001$ .

Por lo tanto, al observar que los factores presentan en su mayoría, valores significativos que no se acercan a una distribución normal, a excepción del factor de Comprensibilidad, se opta por utilizar el estadístico de Rho Spearman.

Así, se realizó un análisis correlacional con dicho estadístico en donde se ingresaron los factores de cada instrumento y las variables sociodemográficas como Edad, Tiempo realizando la actividad y Frecuencia con la que la realiza. Para reportar los valores correlacionales se especificará la fuerza con la que se correlacionan estos factores considerando que los valores de  $r$ , al ser de 0 a .10, es muy débil; de .11 a .25, es débil; de

.26 a .50, es moderada; de .51 a .75, es considerable; de .76 a .90, es muy fuerte y de .90 a 1 es correlación positiva perfecta (Hernández, Fernández & Baptista, 2010).

Se observa una relación significativa y débil entre el factor de Comprensibilidad, de la escala de Orientación hacia la vida, y el factor de Equilibrio entre desafío y habilidades de la escala del Flow; con valores de  $r = .24$  ( $p < .05$ ). Además, el factor de Comprensibilidad, correlaciona de manera significativa y moderada con el factor de Fusión Acción-Consciencia; con valores de  $r = .25$  ( $p < .05$ ). El factor de Comprensibilidad, correlaciona también con el factor de Concentración y enfoque de manera moderada y muy significativa y presenta valores de  $r = .26$  ( $p < .01$ ). De la misma manera, el factor de Comprensibilidad correlaciona moderada y muy significativamente con el factor de Percepción de control sobre la tarea, con valores de  $r = .29$  ( $p < .01$ ).

Por otro lado, el factor de Manejabilidad, de la escala de Orientación hacia la vida, y el factor de Equilibrio entre el desafío y habilidades correlacionan de manera significativa y débil con valores de  $r = .21$  ( $p < .05$ ). También, el factor de Manejabilidad correlaciona de manera significativa y moderada con el factor de Fusión Acción-Consciencia, con valores de  $r = .26$  ( $p = .01$ ). A su vez, el factor de Manejabilidad, correlaciona de manera débil y significativa con el factor de Objetivos Claros, con valores de  $r = .21$  ( $p < .05$ ). Además, el factor de Manejabilidad, correlaciona de forma moderada y muy significativa con el factor de Concentración y enfoque, con valores de  $r = .28$  ( $p < .01$ ).

También se puede observar, en el factor de Significatividad, de la escala de Orientación hacia la vida, una relación muy significativa y moderada con el factor de Equilibrio entre el desafío y las habilidades; con valores de  $r = .27$  ( $p < .01$ ). Además, el factor de Significatividad correlaciona de manera muy significativa y moderada con el factor de Fusión Acción- Consciencia; con valores de  $r = .28$  ( $p < .01$ ). El factor de

Significatividad correlaciona de manera altamente significativa y moderada con el factor de Objetivos Claros, con valores de  $r = .35$  ( $p < .001$ ).

En lo que respecta a los datos sociodemográficos, la Edad del sujeto correlaciona de manera significativa y débil con el factor de Pérdida de Autoconsciencia con valores de  $r = -.21$  ( $p < .05$ ). A su vez, la edad del sujeto correlaciona de forma débil y muy significativa con el factor de Experiencia autotélica con valores de  $r = .24$  ( $p < .01$ ). Además, la edad del sujeto también correlaciona moderada y altamente significativa con el factor de Manejabilidad, con valores de  $r = .31$  ( $p < .01$ ), y con el factor de Significatividad, con valores de  $r = .26$  ( $p < .01$ ).

Por otro lado, la Frecuencia con la que el sujeto practica el Teatro Musical correlaciona de manera débil y significativa con el factor de Equilibrio entre el desafío y las habilidades, con valores de  $r = .18$  ( $p < .05$ ). Así también, la Frecuencia con la que se practica la actividad, correlaciona de manera muy significativa y débil con el factor de Concentración y Enfoque, con valores de  $r = .18$  ( $p < .01$ ).

Estos resultados se pueden observar en la Tabla 3.

Tabla 3  
 Tabla de correlaciones de Rho Spearman de los factores de las escalas de Sentido de Coherencia y Flow Disposicional-2.

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
(1) Equilibrio	.53***	.68***	.69***	.44***	.57***	.23**	.15	.26**	.24*	.21*	.27**	.02	.18*	.01
(2) Fusión Acción- Consciencia		.49***	.52***	.37***	.54***	.32***	.23**	.19*	.25*	.26*	.28**	.04	.04	.01
(3) Objetivos claros			.65***	.51**	.54**	.23**	.12	.39**	.14	.21*	.35**	.11	.16	-.01
(4) Retroalimentación				.49***	.63***	.32***	.02	.34***	.109	.18	.14	-.04	.14	-.03
(5) Concentración y enfoque					.61***	.23**	.19*	.33***	.26**	.20*	.18	.02	.18*	-.04
(6) Control de la tarea						.25**	.16*	.35***	.29**	.19	.28**	.02	.11	-.08
(7) Pérdida de autoconsciencia							.15	.13	-.008	.03	.03	-.21*	-.01	-.12
(8) Deformación del tiempo								.25**	.04	-.025	.07	-.15	.14	-.08
(9) Experiencia Autotélica									-.014	.10	.22*	.24**	.03	-.09
(10) Comprensibilidad										.69**	.38***	.31**	-.03	-.01
(11) Manejabilidad											.32**	.20	-.07	.03
(12) Significatividad												.26**	.05	.11
(13) Edad del sujeto													-.03	.33***
(14) Frecuencia con la que practica la actividad														.13
(15) Tiempo que lleva realizando la actividad														

Nota. \*p < .05; \*\* p < .01; \*\*\* p < .001

## Capítulo 4. Discusión

La presente investigación tiene como objetivo explorar la relación entre el Flow y el Sentido de Coherencia en personas que practican Teatro Musical en Lima. No existen investigaciones que hayan relacionado anteriormente los constructos mencionados. Sin embargo, por las investigaciones relacionadas con variables similares, se especula que puede haber una relación significativa entre el SOC y el Flow.

Para poder llegar a este objetivo se utilizó la Escala de Orientación hacia la vida (SOC-13, Saravia & Iberico, 2013), y la Escala de Flow Disposicional (DSF-2, González-Cutre, Sicilia, Moreno & Fernández-Balboa, 2009), las cuales fueron aplicadas a una muestra de 142 personas de 18 – 40 años pertenecientes a 5 Asociaciones Culturales de Lima que realizaban teatro musical. De estas personas, la mitad fueron mujeres, y la otra mitad, hombres. El SOC-13 está compuesto por 3 áreas que son: Comprensibilidad, Manejabilidad, y Significatividad. El DFS-2 Consta de 9 factores, los cuales hacen referencia a los 9 factores del Flow: (1) Equilibrio entre el desafío y las habilidades, (2) Fusión de acción y consciencia, (3) Objetivos Claros (4) Retroalimentación, (5) Concentración y enfoque, (6) Sentimiento o percepción de control sobre la tarea, (7) Pérdida de autoconsciencia, (8) Deformación de la percepción del tiempo y (9) Experiencia autotélica.

Se pudo llegar a la conclusión de que los constructos se relacionan significativamente entre ellos. Así entonces, se observó que los tres factores del SOC-13 correlacionan de manera significativa con Equilibrio entre desafío y habilidades, Objetivos claros, Concentración y enfoque, Fusión acción-consciencia y Sentimiento de control sobre la tarea. Esto indica que aquel que tiene más confianza en poder tener los recursos para

mantener la situaciones bajo control y sobrellevarla, tiende a poder disfrutarlas y por lo tanto encontrarles un sentido.

En lo que respecta a la validez de la escala SOC-13, en el presente estudio se obtuvo un puntaje KMO .71 con un puntaje significativo de Barlet (.000). Se distribuyeron los ítems en 3 factores. Asimismo, se evidencia que el factor 1 explica el 29.58% de la varianza, el factor 2 explica el 12.16% y el factor 3 explica el 11.03%; explicando, los tres, el 52.76%. En comparación con el instrumento de Saravia e Iberico (2013), correlacionado con salud mental (.59,  $p < .001$ ); también se obtuvo tres factores, pero con los ítems distribuidos de manera distinta. No se encuentran investigaciones en donde haya una distribución similar. Diversas investigaciones utilizan la distribución original de los ítems, por ejemplo, una en la que se correlaciona esta variable con la calidad de vida (Mira & Gómez, 2013), así como con el autoestima, salud y personalidad resistente (Moreno, 1997). De la misma manera se encuentra en una correlación con la salud en población adolescente (Rivera, Ramos, García-Moya, Jiménez-Iglesias & Moreno, 2011). Por esta razón y porque los ítems se presentan muy dispersos, se opta por mantener la distribución de los ítems como lo presenta el modelo teórico de la prueba, como se ha estado utilizando para todas sus respectivas investigaciones.

En relación a la confiabilidad del SOC-13, cuenta con un alfa de Cronbach de .80, que significa un nivel de consistencia interna alta (Saravia & Iberico, 2013). Los resultados del análisis desarrollados en esta investigación con respecto al factor de (1) Comprensibilidad, indican un coeficiente Alfa de Cronbach de .64. El coeficiente alfa de Cronbach que arroja el factor de (2) Manejabilidad, es de .45 y el factor de (3) Significatividad, arroja un valor de coeficiente de Alfa de Croncach de .62. Estos valores resultan ser inferiores a la norma. De la misma manera se puede observar en la adaptación del instrumento (Saravia & Iberico, 2013), en donde se discute que estos resultados se dan

debido a que, en la reducción de ítems a la versión abreviada de la prueba, la cantidad de ítems por factor disminuye y esto probablemente esté afectando a la consistencia interna (George y Mallery, 2003).

Por otro lado, en cuanto a la escala de Flow Disposicional se obtuvo valores KMO de .78, con un puntaje de Bartlett altamente significativo ( $p < .000$ ). El resultado de este análisis factorial del DFS - 2, evidencia 8 factores, lo cual también puede observarse en el gráfico de sedimentación (Ver Figura 2). Asimismo, se evidencia que el factor 1 explica el 27.55% de la varianza, el factor 2 explica el 8.51% de la varianza y el factor 3 explica el 6.60% de la varianza, el factor 4 explica el 5.15% de la varianza factor 5 explica el 4.63% de la varianza, el factor 6 explica el 4.06% de la varianza, el factor 7 explica el 3.43% de la varianza y el factor 8 explica el 2.83% de la varianza. Los ocho factores explican el 62.75% de la varianza del instrumento. Diferentes investigaciones han utilizado la distribución original como en estudios para evaluar el Flow en personas que se dedican a la danza (Camacho et al., 2011), investigaciones acerca del compromiso con las actividades placenteras (Karageorghis, Vlachopoulos, & Terry, 2000), y para determinar el rendimiento óptimo en las mismas (Jackson & Csikszentmihalyi, 2002). De la misma manera se aplicó en estudiantes de música para medir el desempeño según la cantidad de experiencias de Flow (O'Neill, 1999). Por lo tanto, se opta también por conservar la distribución de ítems que sugiere el modelo teórico de la prueba.

En el análisis de confiabilidad, el factor de (1) Equilibrio entre el desafío y las habilidades, el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .71, el factor (2) Fusión de acción y consciencia , tiene un coeficiente alfa de Cronbach de .79. El factor (3) Objetivos claros , arroja un coeficiente alfa de Cronbach de .81. El factor (4) Retroalimentación , tiene un coeficiente alfa de Cronbach es de .76. En el factor (5)



Concentración y enfoque , se observa un coeficiente alfa de Cronbach de .78. En el factor (6) Sentimiento de control sobre la tarea , el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .70. En el factor (7) Pérdida de autoconsciencia, se puede observar un coeficiente alfa de Cronbach de .75. El factor (8) Deformación de percepción del tiempo, arroja un coeficiente alfa de Cronbach de .85. En el factor (9) Experiencia autotética, el valor de que arroja el coeficiente alfa de Cronbach es de .75. Considerando un límite de consistencia interna de 0.70 puntos, se puede decir que, resultados que dan cuenta de que la consistencia interna de este rubro es alta. En el estudio de González-Cutre, Sicilia, Moreno & Fernández-Balboa (2009) se pudo observar un valor alfa de .92, lo cual da cuenta de una buena fiabilidad , al igual que en la presente investigación.

Por otro lado, entrando en detalle al análisis de los resultados descriptivos, los participantes puntúan medio - alto en el Sentido de Coherencia. Esto implicaría que la muestra evaluada posee recursos generales de resistencia para el desarrollo del constructo, siendo el arte uno de ellos (Antonovsky, 1993). También podría compararse con las puntuaciones de aquellas personas que practican actividad física , como en un estudio de adolescentes que la practicaban de manera rutinaria en donde puntúan altamente en el SOC y la salud (Rivera, Ramos, García-Moya, Jiménez-Iglesias & Moreno, 2011). En la medida en que se pueda considerar al teatro musical como una disciplina que requiere un estado físico altamente preparado, puede ser predictor de bienestar y buena salud, ya que existen investigaciones, en donde se encuentra que esta muestra posee mejores niveles de autoestima y menores niveles de ansiedad (Wainright, Surtees, Welch, Luben, Khaw & Bingham, 2007). Esto significa que el arte refuerza el SOC por dos razones, por ser un recurso general de resistencia, y por tratarse de una actividad física que otorga características personales que favorecen al bienestar. Se han hecho investigaciones en

donde relacionan al SOC con el bienestar (Anson, Paran, Neumann & Chernichovsky, 1993) en donde se ha podido también encontrar que quienes puntúan más alto en el SOC tienden a vivir menos situaciones que califiquen como estresantes y adoptan una vida más saludable (Rodríguez-Blázquez & Virués-Ortega, 2009). Además, también se han observado estudios en donde los factores del SOC correlacionan de manera positiva con el autoestima (Moreno, 1997).

Agregado a lo interior, es importante mencionar que el que la muestra refiera tener un nivel de Sentido de Coherencia medio- alto implica que tienen más desarrollada la capacidad de poder percibir los estímulos evaluarlos y saber qué recursos tienen para poder afrontar las situaciones (Antonovsky, 1987). Esta capacidad es contraria al estereotipo que estigmatiza al artista como alguien que tiene falta de comprensión y adaptación al medio (Guillén, 2007; López, 2010); por lo que podemos concluir que los artistas están, más bien, beneficiados por el arte a nivel personal y social (Pérez, 2004).

Además podemos observar que la muestra puntúa más alto en el factor de significatividad. Esto da cuenta de que consideran que la experiencia artística es valiosa, de manera que pueden mostrarse motivados a pesar de las dificultades que pueda tener esta disciplina (Antonovsky, 1987).

Con respecto al Flow, la muestra puntúa de manera medio-alto. Estos resultados son comparables con muestras similares en donde los bailarines profesionales (Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva & García-Calvo, 2011) y amateur (Piazza, 2011), también presenciaron puntajes similares en relación a esta variable, hallando también, en ellos mejor uso de estrategias para afrontar las situaciones de estrés (Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva & García-Calvo, 2011). En esta misma línea, en una investigación en estudiantes de música las puntuaciones en relación al Flow fueron altas,

encontrando que este constructo es un buen predictor del bienestar subjetivo (Fritz & Avsec, 2007). Esto implicaría que la práctica de actividades artísticas que a su vez mejoran el bienestar y la capacidad para el afrontamiento del estrés, favorecen al desarrollo del flow. Esto se ha podido ver en investigaciones en donde el Flow correlaciona positivamente con el uso de estrategias para el afrontamiento del estrés (Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Oliva & García-Calvo, 2011) así como el del bienestar (Smolej & Avsec, 2007).

Asimismo, se pudo observar que los participantes puntúan más alto en el factor de Experiencia autotélica, lo cual refiere que realizar teatro musical es su fuente de disfrute, independientemente de que sea una actividad compleja, ésta resulta ser intrínsecamente gratificante (Csikszentmihalyi, 1998). Investigaciones en deportistas también evidencia alto puntaje en la experiencia autotélica, y que además puntuaban altamente en la motivación intrínseca (Jackson, 1996; Kimiecik, 2000).

Los estudios que han analizado las relaciones entre la motivación y el estado de Flow en entornos deportivos muestran que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la motivación intrínseca favorecen la aparición del flow durante la práctica (Jackson et al., 1998; Moreno, Cervelló & González-Cutre, 2006).

Por otro lado, los puntajes de Fusión Acción Consciencia son levemente más bajos en comparación a los demás, pero tiene un puntaje medio. Estos resultados pueden tener que ver con que el teatro musical es una actividad en la que entran en juego muchas aristas que dificultan que la persona se vea absorta en una sola actividad de manera sostenida; pues se tiene que tener en cuenta, desde el ámbito de la actuación, la escucha y la acción-reacción; los compases de la canción que dan pie a los textos y movimientos; y la carga

emotiva que se tiene que transmitir en el proceso (Walsh & Platt, 2003 citado en Pérez-Aldeguer, 2013).

Por otra parte, se observa una relación significativa con los factores del SOC-13, lo que implica que la comprensión y manejo de estímulos puede facilitar, en algunas ocasiones, la sensación de que uno se encuentra ensimismado en la actividad.

También se puede observar que los puntajes de Pérdida de autoconsciencia son también levemente más bajos que el resto, lo cual indica que el sujeto sigue siendo consciente del entorno al ejecutar la actividad. Esto está relacionado con que el teatro es una disciplina cuyo resultado final está expuesto a un público, por lo que el proceso de actuación está condicionado a una mirada externa en el proceso. Entrando más en detalle, el teatro se hace posible por el hecho de que los actores y el público entran en una convención, que hace al espectador partícipe y condicionador de las escenas (Brook, 2015).

En lo que respecta a los resultados de la correlación, se puede observar que la Edad del sujeto se relaciona significativamente con el factor de Comprensibilidad y con el factor de Significatividad. Esto podría asociarse al aspecto teórico del Sentido de Coherencia que afirma que este se ve de manera más desarrollada a medida que las personas incrementan las experiencias de vida (Antonovsky, 1993). Esto quiere decir que conforme va pasando el tiempo las personas nutren su capacidad para comprender lo que en la vida les deviene. Otras investigaciones han tenido resultados similares con personas de la tercera y cuarta edad, en donde se ve que a pesar de que la calidad de vida se ve afectada por un deterioro cognitivo y físico, el sentido de coherencia aumentaba (Mira & Gómez, 2013), dando cuenta de que había un mejor manejo y comprensión de las situaciones, pues el sentido de coherencia se orienta a un bienestar que perdura a pesar de la enfermedad, dolor,

habilidades y limitaciones funcionales (Antonovsky, 1979). Además, algunos autores sugieren que el SOC es influido por los acontecimientos vividos durante la adolescencia y la adultez (Flensburg-Madsen, Ventegodt, y Merrick, 2005; Smith, Breslin, y Beaton, 2003). En la misma línea, se pudo encontrar un estudio que comparaba el SOC en personas menores y mayores de 30 años, en donde los mayores tenían índices más altos y estables del SOC (Feldt et al., 2003).

Por otro lado, se pudo observar que la frecuencia con la que se realiza el teatro musical influye significativamente en el Equilibrio entre el desafío y las habilidades. De la misma manera, se puede observar con la concentración y el enfoque. Esto quiere decir que en cuanto sea más frecuente la realización de la actividad, estas capacidades estarán más desarrolladas. Por lo tanto, en lo que respecta a los resultados basados en los datos sociodemográficos recogidos, se puede decir que, en la medida en que los participantes tienen más edad y tienen más tiempo practicando la actividad, pueden encontrarle mejor sentido y valor a las situaciones que se les presentan en su vida diaria e identificar cómo sobrellevarlas según los recursos que poseen. (Antonovsky, 1979; Erikson, 2000).

Agregado a lo anterior, según los resultados hallados en el análisis de correlación entre los constructos estudiados en esta investigación, se pudo encontrar que los factores del SOC – 13 correlacionan significativamente Equilibrio entre desafío y habilidades, Objetivos claros, Concentración y enfoque, Fusión acción-consciencia, Sentimiento de control sobre la tarea y Experiencia Autotélica. Esto significaría que aquellos que tienen un mejor conocimiento de sus recursos y de encontrarle sentido a aquello que les depara se sienten más capaces de ejecutarlo de manera exitosa (Antonovsky & Sourani, 1990; Csikszentmihalyi, 1990) y por lo tanto, esto influye en el conocimiento de su desempeño en la tarea, en este caso el teatro musical, así como en los objetivos y el placer que esta implica

(Csikszentmihalyi, 1998). Esto indica que según cuanta confianza tengan las personas en aquellos recursos que posean y sepan manejarlos, podrán percibir que estos están a la altura de las vicisitudes y que tienen control sobre ellas, pudiendo resolverlas de manera efectiva.

En otras palabras, se podría decir que la comprensión de las situaciones permite entender la magnitud del reto, como realizar teatro musical, y percibir que sus habilidades están a la altura para enfrentarlo satisfactoriamente. De manera que, la persona pueda sentir que tiene control de la actividad a través del manejo de sus recursos personales y así puede verse absorto en la actividad y disfrutarla en el proceso. La persona está más predispuesta a poder percibir y afrontar la situaciones de la manera descrita, en la medida en que la actividad es realizada con mayor frecuencia, tiene mayor práctica y mayor edad, ya que estos factores llenan a la persona de experiencias de las que ha aprendido para valerse en eventualidades futuras.

A modo de conclusión, al responder al objetivo general se establece que existe una relación significativa entre factores del sentido de coherencia y el flow en las personas que practican teatro musical, específicamente, se encuentra una correlación significativa entre los factores del SOC-13 y los factores del DFS – 2 : Equilibrio entre desafío y habilidades, Objetivos claros, Concentración y enfoque, Fusión acción-consciencia y Sentimiento de control sobre la tarea. Esto cual indica que aquellos que tienen alto Sentido de Coherencia, es decir, que pueden comprender las situaciones y utilizar sus recursos para enfrentarlas; perciben que tienen las habilidades necesarias para cumplir los retos, poseen objetivos claros y saben cómo lograrlos, teniendo la situación bajo control.

Asimismo, cabe resaltar que la proyección de esta investigación es poder contribuir en el desarrollo de la línea de investigación de la psicología positiva. Esta tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y prevenir la aparición de trastornos mentales. Se aleja

de la concepción tradicional focalizada en lo patológico que se centra en corregir defectos y se centra en la construcción de competencias y en la prevención (Seligman, 2002). Así entonces, la psicología positiva se proyecta a futuro complementando con terminología positiva, las expresiones negativas de la psicología tradicional; así como también en hacer énfasis, como en esta investigación, a los instrumentos de evaluación centrados en identificar las fortalezas del individuo para poder orientar la prevención y los tratamientos en base a los recursos de las personas en miras de potenciar su desarrollo (Vera, 2006).

En cuanto a las limitaciones, se puede observar el tipo de muestreo utilizado: no probabilístico. Se considera una limitación, pues los resultados encontrados en esta investigación no pueden ser generalizados. Esto se da porque la muestra no es una selección representativa de la población, sino más bien ha sido determinada por la accesibilidad a la misma.

En relación a las características de la muestra, se puede observar una heterogeneidad en la misma, pues en el caso de la frecuencia con la que practican teatro musical, el 50% reportó dedicar 4 o más veces a la semana, en relación a quienes lo practican solo 1 vez a la semana o 2 o más veces a la semana. De la misma manera, la mayoría de la muestra 31% lleva practicando el teatro musical por 1 año o más, en diferencia a los pocos quienes lo practican hace menos de 1 año o menos de 6 meses, como más de 3 años. En lo que respecta al rubro de la remuneración, solo el 28% es remunerado. Por esta variedad, se puede decir que la muestra no es homogénea. Sin embargo, responden a la característica principal de la muestra: Practicar teatro musical que es también un reflejo de lo que existe en la realidad.

Por lo tanto, como recomendaciones se consideran, en relación al instrumento utilizado, se podría utilizar de manera más frecuente estas escalas en la población peruana artista.

Además, se podría recomendar, en el ámbito del muestreo, poder realizar un estudio mediante un muestreo probabilístico que permita obtener resultados representativos de la población.

También, es importante proponer estudios correlacionales con otras variables como resiliencia y estrés o con habilidades de afrontamiento. Se podría dar en esta población pero con actores profesionales y amateur. En variación a la muestra, se podría dar en deportistas.



## Referencias

Alday, S. (2009). La danza: sus beneficios y sus patologías. *Revista Salta 21*. Recuperado de: <http://salta21.com/La-Danza-sus-beneficios-y.html>

Amado, D. Sánchez-Miguel, P, Leo, F, Sánchez-Oliva, D, & García-Calvo, T. (2011) Estudio de las relaciones entre la teoría de la autodeterminación, el flow disposicional y las estrategias de afrontamiento del estrés en función de la modalidad de danza practicada. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 27, 43-58

Amado, D., Leo, F. M., Sánchez, P. A., Sánchez, D. y García Calvo, T. (2011). Interacción de la teoría de autodeterminación en el flow disposicional en practicantes de danza. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 11(1), 7-17.

Amirkhan, J. & Greaves, H. (2003). Sense of coherence and stress: the mechanics of a healthy disposition. *Psychology and Health*, 18, 31–62.

Anson, O, Paran, E, Neumann, L, & Chernichovsky, D. (1993). Gender differences in health perceptions and their predictors. *Social science & medicine* 36, 419–427.

Antonovsky, A & Sourani, T. (1990). Family sense of coherence and family adaptation. *Journal of Marriage and the Family*. 50, 79-92.

- Antonovsky, A. (1979). *Health, stress and coping. New Perspectives on Mental and Physical Well-Being*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Antonovsky, A. (1987). *Unraveling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well*. Jossey-Bass: Publishers, San Francisco, CA.
- Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science & Medicine* 36, 725-733.
- Belinche, D. & Ciafardo, M. (2008) Los estereotipos en el arte: Un problema de la educación artística. *La Puerta* 3 (3). 27-38
- Benito, M.P, Simón, M.J, Sánchez, A & Matachana, M. (2005). *Promoción de la salud y apoyo psicológico al paciente. Unidad 3: Estrés y Ansiedad*. 2da Edición McGraw-Hill Interamericana de España. ISBN: 84-481-7639-1.
- Besteiro, J, Álvarez, M, Lemos, S, Muñiz, J, Costas, C. & Weruaga, A. (2007) Dimensiones de personalidad, sentido de coherencia y salud percibida en pacientes con un síndrome fibromiálgico – Universidad de Oviedo – España - *International Journal of Clinical and Health Psychology* 8(2), 411-427.
- Brown, F. (1999) *Principios de la medición en psicología y educación*. Editorial: El Manual Moderno, S.A. de C.V. – México, D.F. Recuperado de:

<http://es.slideshare.net/SoraZuri/257178138principiosdelamedicionenpsicologiayeducacionfrederickgbrown>

Brook, P. (2015) *El espacio vacío* Editorial: Ediciones Península, Pedro i Pons, 9-11, 11 pta. 08034 Barcelona.

Camacho, C, Arias, D, Castiblanco, A & Riveros, M. (2011). Revisión teórica conceptual de flow: medición y áreas de aplicación – *Cuadernos Hispanoamericanos de psicología*, 11(1), 48-63.

Caruso, C. (2002). El arte en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades. *Prevención y salud mental*. Buenos Aires: Argentina.

Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159.  
<http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>

Csikszentmihályi, M. & Csikszentmihályi, I. S. (1998). *Experiencia Óptima. Estudios psicológicos del flujo en la Conciencia*. Editorial Desclée de Brouwer, S.A. Bilbao.

Csikszentmihalyi, M. (1975). "*Beyond Boredom and Anxiety*". Jossey-Bass: San Francisco, CA.

Csikszentmihalyi, M. (1988). The flow experience and its significance for human psychology. En Csikszentmihalyi M. & Csikszentmihalyi I. (Eds.). *Optimal*

experience: Psychological studies of flow in consciousness *New York: Cambridge University Press*. 15-35.

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Fluir (Flow), Una psicología de la felicidad*. Barcelona: España Kairós, S.A.

Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with every-day life*. New York: Basic Books.

Csikszentmihalyi, M. (1998). *Aprender a fluir*. Barcelona: Españ. Editorial Kairos S.A.

De la Fuente, J.M. (2012). Impactos de la globalización en la salud mental. *Gaceta Médica de México*. 90, 148-586.

Dillon, K. M. y Tait, J. L. (2000). Spirituality and being in the zone in team sports: A relationship?. *Journal of Sport Behavior*, 23(2), 119-128.

Erikson, E. H. (2000). *El ciclo vital completado*. Tercera edición. Paidós: Barcelona.

Eriksson, M. & Lindström, B.(2005) Validity of Antonovsky's sense of coherence scale: a systematic review. *Journal: Epidemiol Community Health* 59, 460-466.

- Eriksson, M. & Lindström, B. (2006). Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: A systematic review. *Journal of Epidemiology and Community Health* 5, 376-81.
- Feldt, T., Leskinen, E., Kinnunen, u., & Ruoppila, I. (2003) *The stability of sense of coherence comparing two age groups in a 5 year follow up study*. *Personality and Individual Differences*, 35, 1151 -1156.
- Ferguson, C. J. (2009). An effect size primer: A guide for clinicians and researchers. *Professional Psychology: Research and Practice*, 40(5), 532–538. doi:10.1037/a0015808
- Flannery, R. & Flannery, G. (1990). Sense of coherence, life stress and psychological distress: A prospective methodological inquiry. *Journal of Clinical Psychology* 46(4), 415-20.
- Flensburg-Madsen, T Ventegodt, S & Merrick, J. (2005).Sense of coherence and physical health. A review of previous findings. *The scientific world Journal*. 5. 665-673.
- Fritz, B.S., & Avsec, A. (2007). The experience of flow and subjective well-being of music students. *Psihološka Obzorja / Horizons of Psychology*, 16(2), 5-17.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. 11.0 update (4th ed). Boston: Allyn & Bacon. Goggin, G. (2006).

Glanz K, Maskarinec G. & Carlin L. (2005). Ethnicity, sense of coherence, and tobacco use among adolescents. *Annals of behavioral medicine: a publication of the society of Behavioral medicine*. 29(3) 192-9.

González-Cutre, Sicilia, Moreno & Fernández-Balboa (2009) Dispositional Flow in Physical Education: Relationships With Motivational Climate, Social Goals, and Perceived Competence. *Journal of Teaching in Physical Education* 28, 422-440.

Guillén, E. (2007). *Retratos del genio: el culto a la personalidad artística en el siglo XIX*, Editorial: Cátedra, Madrid.

Hatem, T. Lira, P. & Mattos, S. (2006) The therapeutic effects of music in children following cardiac surgery. *Jornal de pediatria*, 82(3), 186-192.

Hernández, E, Ehrenzweig, Y. & Yépez, L. (2010). Sentido de coherencia y salud en personas adultas mayores autopercebidas como sanas. *Revista Costarricense de Psicología*, 29(43), 17-34.

Hernandez, Fernández & Baptista (2010) *Metodología de la investigación*. 5ta Edición. Editorial Mc Graw – Hill. México DF.

Jackson, S. & Csikszentmihalyi, M. (2002). *Fluir en el deporte: Claves para la experiencias y situaciones optimas de Barcelona*: Editorial Paidotribo. Original: “*Flow*” in sports. Champaign, IL: Human Kinetics.

Jackson, S. & Eklund, R. C. (2002). Assessing flow in physical activity: The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology* 24(2) 133 – 150.

Jackson, S. A., Kimiecik, J. C., Ford, S. y Marsh, H. W. (1998). Psychological correlates of flow in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20, 358-378.

Jiménez-Torres, M, & Cruz Quintana, F. (2011). Experiencias de flujo y rendimiento escolar en adolescentes. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 13(2), 97-118

Kalimo, Raija; El-Batawi, Mostafa A. & Cooper, Cary L. - OMS (1988). Los factores psicosociales en el trabajo y su relación con la salud. Recuperado de: [http://whqlibdoc.who.int/publications/1988/9243561022\\_spa.pdf](http://whqlibdoc.who.int/publications/1988/9243561022_spa.pdf)

Karageorghis, C., Vlachopoulos, S. & Terry, P. (2000). Latent variable modelling of the relationship between flow and exercise-induced feelings: An intuitive appraisal perspective. *European Physical Education Review*, 6, 230- 248.

Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Editorial: Martínez Roca Barcelona – España.

Lindström, B. & Eriksson, M. (2005a) Professor Aaron Antonovsky (1923–1994). The father of the Salutogenesis. *Journal of Epidemiology and Community Health* 59 (6), 59-511.

Letelier, A. (2007). Estudio correlacional entre la ansiedad estado competitiva y las estrategias de afrontamiento deportivo en tenistas juveniles. Memoria para optar al título de psicología. Universidad de Chile.

Levine, C. L. (2006). Flow and motivation in male ballet dancers. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering*. Vol.67 (8-B), 2007, pp. 4693.

López Rodríguez, M. (2010) Factores determinantes en la construcción del mito del artista. Seminario Periódico del Grupo ACIS, Madrid, Universidad Complutense. Recuperado de: [http://eprints.ucm.es/12211/1/lopez\\_mito\\_del\\_artista20100609.pdf](http://eprints.ucm.es/12211/1/lopez_mito_del_artista20100609.pdf)

Lloret, S., Ferreres, A., Hernández, A., & Tomás, I. (2014). El Análisis Factorial Exploratorio de los Ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología* 30(3). Recuperado de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021297282014000300040&script=sci\\_arttext](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021297282014000300040&script=sci_arttext)

Mariategui (1925) El artista y la época. Columna en El mundial. Cuadernos del Inadi. Abril 2011. URL: <http://cuadernos.inadi.gob.ar/numero-04/jose-carlos-mariategui-el-artista-y-la-epoca/>



Mariñelarena-Dondena, L. (2009). Psicología positiva y modelos integrativos en psicoterapia. San Luis – Argentina. *Fundamentos en Humanidades* 9(2). 55-69.

Martin, J & Cutler, K (2002): An Exploratory Study of Flow and Motivation in Theater Actors, *Journal of Applied Sport Psychology*, 14:4, 344-352 URL:  
<file:///Users/Home/Downloads/25.AnExploratoryStudyofFlowandMotivationinTheaterActors2002JASP14344-352..pdf>

Martínez, N. & López, M. (2009) *Reinventar la vida: el arte como terapia*.  
Primera edición. Editorial Eneida – Madrid.

Massimini F., Csikszentmihalyi, M. & Carli M. (1987). The monitoring of optimal experience: a tool for psychiatric rehabilitation. *Journal of Nervous and mental Disease*. 175(9), 270-279.

Mira, D & Gómez, J (2013) *Sentido de Coherencia y calidad de vida en la tercera y cuarta edad*. Recuperado de: <https://zaguan.unizar.es/record/11708?ln=es#>

Moreno, B (1997) *Sentido de Coherencia, Personalidad Resistente, Autoestima y Salud*.  
Revista de psicología de la salud, ISSN 0214-4859, 9, 2, 115-138 Recuperado de:  
<https://www.uam.es/gruposinv/esalud/Articulos/Personalidad/sentido-d-coherencia-PR-AE.pdf>

- Moreno, J. A., Cervelló, E. y González-Cutre, D. (2006). Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *Anales de psicología*, 22(2), 310-317.
- Neuner, B, Miller, P Maulhardt, A, Weiss-Gerlach, E Neumann, T, Lau, A Brähler, E, Helmert, U, Haas, N, Muller, J, Wenecke, KD. & Spies, C. (2006). Hazardous alcohol consumption and sense of coherence in emergency department patients with minor trauma. *Drug alcohol dependence* 82.143-150.
- Nilsson, K. W., Starrin, B., Simonsson, B., & Leppert, J. (2007). *Alcohol-related problems among adolescents and the role of a sense of coherence*. *International Journal of Social Welfare*, 16(2), 159-167. doi: 10.1111/j.1468-2397.2006.00452.x
- O'Neill, S. (1999). Flow theory and the development of musical performance skills. *Bulletin of the Council for Research in Music Education*, 141, 129-134.
- Palacios-Espinosa, X, & Restrepo-Espinosa, M. (2008). Aspectos conceptuales e históricos del sentido de coherencia propuesto por Antonovsky: ¿una alternativa para abordar el tema de la salud mental? - *Informes Psicológicos*, 10(11), 275 – 300.
- Pallant, J.F. & Lae, L. (2002). Sense of coherent, well-being, coping and personality factors: further evaluation of the sense of coherence scale. *Personality and Individual Differences*, 33, 39-48.

Pérez Chirinos, D. A. & Ramos Mestanza, S (2018) El desarrollo del vínculo entre sujetos en estado de exploración como punto de partida y motor para el desarrollo del vínculo entre personajes. URL:

[http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/12736/P%C3%89REZ\\_RAMOS\\_EL\\_DESARROLLO\\_DEL\\_VINCULO\\_ENTRE\\_SUJETOS\\_EN\\_ESTADO\\_DE\\_EXPLORACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/123456789/12736/P%C3%89REZ_RAMOS_EL_DESARROLLO_DEL_VINCULO_ENTRE_SUJETOS_EN_ESTADO_DE_EXPLORACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Pérez Gutiérrez (2004). La dramatización como recurso clave en el proceso de enseñanza y adquisición de las lenguas. *Revista electrónica internacional Glosas Didácticas* (12)  
Recuperado de: <http://www.um.es/glosasdidacticas/doc-es/GD12/04mapegu.pdf>

Pérez-Aldeguer, S (2013) Efectos del Teatro Musical Colaborativo sobre el Desarrollo de Competencia Social. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology* 29(1),117-138

Piazza, A. (2011). La experiencia óptima o flow en personas que practican danza: una mirada desde la psicología positiva – Universidad del Aconcagua. Recuperado de: [http://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4679/TDR\\_SANABRIA\\_CHAMIZO.pdf?sequence=6](http://riuma.uma.es/xmlui/bitstream/handle/10630/4679/TDR_SANABRIA_CHAMIZO.pdf?sequence=6)

Reininghaus, U. Craig, T., Gournay, K., Hopkison, P. & Carson, J. (2007). The high secure psychiatric hospitals' nursing staff stress survey 3: identifying stress resistance resources in the stress process of physical assault. *Personality and Individual Differences*, 42, 397-408.

Restrepo, L., & González, J. (2007). De Pearson a Spearman. *Revista colombiana de ciencias pecuarias*, 20, 183-192.

Rivera, F., Ramos, P., García-Moya, I., Jiménez-Iglesias, A., Moreno, C. (2011) *Análisis de la relación entre sentido de coherencia y actividad física*. XIII Congreso Andaluz de Psicología de la Actividad Física y el Deporte. ISSN 978-84-939424-1-0

Rodríguez-Blázquez, C & Virués-Ortega, J. (2009). Posibilidades en prevención del constructo Sentido de Coherencia. *Archivos de prevención de riesgos laborales*, 12(2), 88-90.

Romero, J. (2001). *El mito del artista y la locura: estudio de la tradición cultural y la investigación científica sobre la relación entre creatividad y psicopatología*. Tesis doctoral inédita. Universidad Complutense de Madrid. España. Recuperado de: <https://mediacionartistica.files.wordpress.com/2013/05/libro-at-pilar-dominguez.pdf>

Salazar, F. & Bernabé, E. (2012). The spanish SF-36 in Peru: Factor structure, construct validity and internal consistency. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 13, 1-9.

Saravia, J.C & Iberico, C. (2013) Validation of Sense of Coherence (SOC) 13-item scale in a Peruvian sample. *En pre-prensa*

Seligman, M.E.P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press/Simon and Schuster.

Sherhoff, D.J, Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., & Steele-Sherhoff, E. (2003). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. *School Psychology Quarterly*, 18(2), 158–176.

Sistema de información Cultural (2011) Directorio de Asociaciones culturales. Lima-Perú  
Recuperado de: <http://culturaperu.org/cp/directorio>

**Smith, P., Breslin, F., Beaton, D. (2003) *Questioning the stability of sense of coherence- the impact of socio-economic status and working conditions in the Canadian population. Soc Psychiatry Epidemiol. 38(9), 475-84.***

Smolej, B. & Avsec, A. (2007). The experience of flow and subjective well-being of music students. *Horizons of Psychology*, 16(2), 5- 17.

Ventegodt, S, Flensburg-Madsen, T, Anderson NJ., Merrick J. (2005) *Factors during pregnancy, delivery and birth affecting global quality of life of the adult child at long-term follow-up. Results from the prospective Copenhagen Perinatal Birth Cohort. Scientific World Journal. 1;5, 933-41.*

Vera Poseck, B. (2006) Psicología Positiva: Una nueva forma de entender la psicología.

Papeles del Psicólogo, 27(1), 3-8 Recuperado de: <http://www.cop.es/papeles>

Wainright, N, Surtees, P, Welch, A, Luben, R, Khaw, K, & Bingham, S. (2007).

Healthy lifestyle choices: could sense of coherence aid health promotion? *Journal of Epidemiology Community Health* 61. 871-876.

Wald, G. (2011). Promoción de la salud integral a través del arte con jóvenes en situación de vulnerabilidad social: estudio comparativo de dos orquestas juveniles de la Ciudad de Buenos Aires. *Eä Journal, Revista de Humanidades Médicas & Estudios Sociales de la Ciencia y la Tecnología*. 3(1).

Welch, S., & Comer, J. (1988). Quantitative methods for public administration. Dorsey Press.

## APÉNDICES

### Apéndice A

#### 1. CUESTIONARIO DE ORIENTACIÓN HACIA LA VIDA (OLO-13)

A continuación le presentamos una serie de preguntas relacionadas a varios aspectos de sus vidas. **Cada pregunta tiene siete respuestas posibles. Por favor, marque o mencione el número que exprese su respuesta considerando el 1 y el 7 como las respuestas opuestas y extremas.** Si la frase al costado del 1 es la correcta para usted haga un círculo en el Número 1. Si la frase al costado del 7 es la correcta para usted haga un círculo alrededor del 7. Si usted piensa que su respuesta es diferente haga un círculo en uno de los números que se encuentran en el medio y **que exprese mejor su sentimiento u opinión. Por favor, solo de una sola respuesta.**

1	¿Siente usted que no le importa lo que sucede a su alrededor?								
	Nunca o muy rara vez	1	2	3	4	5	6	7	A menudo
2	¿Le ha sucedido en el pasado que se ha sorprendido por el comportamiento de la gente que usted pensaba que conocía muy bien?								
	Nunca me ha sucedido	1	2	3	4	5	6	7	Siempre me ha sucedido
3	¿Le ha sucedido que la gente con la que usted contaba lo ha decepcionado?								
	Nunca me ha sucedido	1	2	3	4	5	6	7	Siempre me ha sucedido
4	Hasta el momento, su vida ha tenido								
	Ninguna meta ni proyecto claro	1	2	3	4	5	6	7	Metas y proyectos muy claros
5	¿Tiene usted el sentimiento que ha sido tratado injustamente?								
	A menudo	1	2	3	4	5	6	7	Rara vez o nunca
6	¿Tiene usted el sentimiento de que está en una situación poco familiar y no sabe que hacer?								
	A menudo	1	2	3	4	5	6	7	Rara vez o nunca
7	Hacer las cosas que usted hace diariamente son:								
	Una fuente de profundo placer y satisfacción	1	2	3	4	5	6	7	Una fuente de dolor y aburrimiento

8	¿Tiene usted ideas y sentimientos confusos?								
	A menudo	1	2	3	4	5	6	7	Rara vez o nunca
9	¿Siente usted dentro de sí algo que no le gustaría sentir?								
	A menudo	1	2	3	4	5	6	7	Rara vez o nunca
10	Muchas personas, inclusive las de carácter fuerte, algunas veces se sienten perdedoras en ciertas situaciones. ¿Cuán a menudo usted ha tenido esto en el pasado?								
	Nunca	1	2	3	4	5	6	7	A menudo
11	Cuando algo ha sucedido, generalmente ha encontrado que usted:								
	Sobrestimo o subestimo su importancia	1	2	3	4	5	6	7	Vio las cosas en la medida correcta
12	¿Cuán a menudo tiene usted el sentimiento que tienen poco sentido las cosas que realiza en su vida diaria?								
	A menudo	1	2	3	4	5	6	7	Rara vez o nunca
13	¿Cuán a menudo tiene usted el sentimiento de no estar seguro de poder mantenerse bajo control?								
	A menudo	1	2	3	4	5	6	7	Rara vez o nunca



## Apéndice B

### 2. ESCALA DE FLOW DISPOSICIONAL (DFS-2)

Estas cuestiones se refieren a los pensamientos y sentimientos que puedes experimentar mientras practicas Teatro Musical. Puedes experimentar esos pensamientos y sentimientos parte del tiempo, todo el tiempo, o nada de tiempo. Piensa cómo de a menudo experimentas cada característica durante la práctica de teatro musical y señala la respuesta que mejor se ajusta a tu experiencia.

<b>Quando practico teatro musical</b>	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>A veces</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Siempre</b>
1. Sé que mis habilidades me permitirán hacer frente al reto que se me plantea	1	2	3	4	5
2. Hago las cosas correctas sin pensar, de manera automática	1	2	3	4	5
3. Conozco claramente lo que quiero hacer	1	2	3	4	5
4. Tengo realmente claro cómo lo estoy haciendo	1	2	3	4	5
5. Mi atención está completamente enfocada en lo que estoy haciendo	1	2	3	4	5
6. Tengo una sensación de control sobre lo que estoy haciendo	1	2	3	4	5
7. No me interesa lo que otros pudieran pensar sobre mí	1	2	3	4	5
8. El tiempo parece alterarse (pasa más lento o más rápido)	1	2	3	4	5
9. Realmente me divierte la experiencia	1	2	3	4	5
10. Mis habilidades están igualadas con los altos retos de la situación	1	2	3	4	5
11. Parece que las cosas están sucediendo automáticamente	1	2	3	4	5
12. Estoy seguro de lo que quiero hacer	1	2	3	4	5

13. Sé lo bien que lo estoy haciendo	1	2	3	4	5
14. Puedo mantener mi mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo	1	2	3	4	5
15. Siento que puedo controlar lo que estoy haciendo	1	2	3	4	5
16. Me da igual cómo los otros pueden estar evaluándome	1	2	3	4	5
<b>Quando practico teatro musical</b>	<b>Nunca</b>	<b>Rara vez</b>	<b>A veces</b>	<b>Frecuentemente</b>	<b>Siempre</b>
17. El paso del tiempo parece ser diferente al normal	1	2	3	4	5
18. Me gusta lo que experimento con mi ejecución y me gustaría sentirlo de nuevo	1	2	3	4	5
19. Siento que soy lo suficientemente bueno para hacer frente a las demandas de la situación	1	2	3	4	5
20. Ejecuto automáticamente	1	2	3	4	5
21. Sé lo que quiero conseguir	1	2	3	4	5
22. Tengo buenos pensamientos acerca de lo bien que lo estoy haciendo mientras estoy ejecutando	1	2	3	4	5
23. Tengo una total concentración	1	2	3	4	5
24. Tengo un sentimiento de control total	1	2	3	4	5
25. Me da igual la imagen que doy a los demás	1	2	3	4	5
26. Siento como el tiempo pasa rápidamente	1	2	3	4	5
27. La experiencia me deja buen sabor de boca (buena impresión)	1	2	3	4	5
28. Las dificultades y mis habilidades para superarlas están a un mismo nivel	1	2	3	4	5
29. Hago las cosas espontánea y automáticamente	1	2	3	4	5
30. Mis metas están claramente definidas	1	2	3	4	5

31. Puedo confirmar que en esa práctica lo estoy haciendo muy bien	1	2	3	4	5
32. Estoy totalmente centrado en lo que tengo entre manos	1	2	3	4	5
33. Siento un control total de mi cuerpo	1	2	3	4	5
34. No me preocupa lo que otros pudieran pensar sobre mí	1	2	3	4	5
35. Pierdo la noción normal del tiempo	1	2	3	4	5
36. Encuentro la experiencia muy valiosa y reconfortante	1	2	3	4	5

### 3. APÉNDICE C FICHA SOCIODEMOGRÁFICA:

Edad: \_\_\_\_\_

Sexo:

- (1)F
- (2)M

Frecuencia en la semana que practica teatro musical:

- (1) Una vez a la semana
- (2) Dos o más veces a la semana
- (3) Cuatro o más veces a la semana

Tiempo que lleva realizando teatro musical:

- (1) Menos de 6 meses
- (2) Más de 6 meses
- (3) Un año o más
- (4) Tres años o más
- (5) Cuatro años o más

Practica teatro musical como:

- (1) Profesional
- (2) Aficionado

Soy remunerado por realizar teatro musical:

- (1) Sí
- (2) No

En caso responda sí:

- (1) La remuneración es alta
- (2) La remuneración es baja

Practica teatro musical por:

- (1) Obligación
- (2) Elección

Además del teatro Musical, ¿realiza alguna otra actividad?

- (1) Sí
- (2) No

En caso de que responda sí:

- (1) Trabajo
- (2) Estudio
- (3) Trabajo y estudio
- (4) Deporte
- (5) Trabajo, estudio y deporte
- (6) Otras actividades artística

Estado del montaje de la obra:

- 1. Pre estreno
- 2. Estreno

### 3. Post estreno

En caso su respuesta sea pre estreno, ¿En cuánto tiempo se estrenará la obra?

1. En una semana o menos
2. En tres semanas o menos
3. En un mes o menos
4. En dos meses o menos
5. En medio año o menos

En caso su respuesta sea post estreno, ¿Hace cuánto tiempo se estrenó la obra?

1. Hace una semana o menos
2. Hace 2 semanas o menos
3. Hace un mes o menos

#### 4. APÉNDICE D

##### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

Estimado participante, los cuestionarios presentados a continuación se dan por motivos de investigación. Esta presenta el objetivo de indagar la relación entre el Sentido de Coherencia y el Flow en jóvenes que practican Teatro Musical. La participación es voluntaria y si desea retirarse, puede hacerlo. Cabe resaltar que los cuestionarios son anónimos y la información recogida acerca de usted será tomada en forma confidencial. Asimismo, los resultados a partir de estos cuestionarios serán para usos exclusivamente académicos.

Con pleno conocimiento de lo expresado, acepto voluntariamente participar en la investigación realizada por Karina Granados Santoyo, estudiante de la carrera de Psicología perteneciente a la Facultad de Ciencias Humanas de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas.

Gracias por su colaboración

---

Firma del Participante

---

Karina Granados Santoyo