



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA  
**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL**  
UNIDAD AJUSCO

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN E INNOVACIÓN PEDAGÓGICA

(LEIP

*Musicología: ¿Cómo funciona la musicoterapia en alumnos de 3° de secundaria para mejorar el rendimiento académico?*

LÍNEA DE FORMACIÓN: Pedagogía Social

PROYECTO DE DESARROLLO EDUCATIVO  
QUE PARA SU REGISTRO  
PRESENTA:

***Edmundo Paz Cano***

ASESOR:

*Elizabeth Rojas Samperio*

Septiembre 2023



Ciudad de México a 26 de octubre de 2023.

Ex LEIP (017/2023)

**DESIGNACIÓN DE JURADO DE EXAMEN PROFESIONAL**

La Coordinación del Área Académica Teoría Pedagógica y Formación Docente, tiene el agrado de comunicarle que a propuesta de la Comisión de Titulación de la Licenciatura en Educación e Innovación Pedagógica, han sido designados SINODALES del Jurado del Examen Profesional de: **EDMUNDO PAZ CANO** , con número de **MATRÍCULA 180924080** , pasante de esta Licenciatura, quien presenta el Proyecto de Desarrollo Educativo titulado: **MUSICOLOGÍA, ¿CÓMO FUNCIONA LA MUSICOTERAPIA EN ALUMNOS DE TERCERO DE SECUNDARIA PARA MEJORAR SU RENDIMIENTO ACADÉMICO?** , para obtener el título de Licenciada en Educación e Innovación Pedagógica.

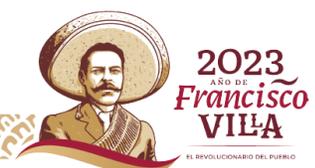
Reciba un ejemplar de la misma para su revisión y DICTAMINACIÓN. Se le recuerda que con base el artículo 39 del Reglamento General de Titulación Profesional de Licenciatura, dispone de un plazo no mayor de 20 días hábiles, a partir de la fecha de recibido, para emitir el dictamen por escrito correspondiente.

JURADO	NOMBRE
Presidente (a)	MARTHA ALTAMIRANO RODRÍGUEZ
Secretaria (o)	ELIZABETH ROJAS SAMPERIO
Vocal	MARTA MATILDE VERA OLIVERA
Suplente	RAUL ALVAREZ BENAVIDEZ

Atentamente  
"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

**DRA. ELIZABETH ROJAS SAMPERIO**  
Coordinadora del Programa Educativo  
Licenciatura en Educación e Innovación  
Pedagógica

**NOTA:** Oficio revisado y aprobado por el Consejo de la Licenciatura en Educación e Innovación Pedagógica y por la Comisión de Titulación de la Licenciatura en Educación e Innovación Pedagógica.  
c.c.p.- Comisión de Titulación.



## INDICE

AGRADECIMIENTOS.....	4
INTRODUCCIÓN.....	5
1. ANTECEDENTES.....	7
1. LINGÜÍSTICO -VERBAL.....	8
2. LÓGICO-MATEMÁTICA.....	9
3. ESPACIAL.....	10
4. CORPORAL-KINESTÉSICA.....	10
5. MUSICAL.....	10
6. INTERPERSONAL.....	11
7. INTRAPERSONAL.....	11
8. NATURALISTA.....	12
9. FÍSICA-CINESTÉSICA.....	12
10. COLABORATIVA.....	12
11. CREATIVA.....	13
12. EXISTENCIAL.....	13
1.2 USOS EN EL CAMPO LABORAL.....	13
1.3 LAS ARTES Y SU INCLUSIÓN EN LA EDUCACIÓN.....	14
1.3.1 LA IMPROVISACIÓN Y EL SOCIO-DRAMA.....	15
1.3.2 LA PANTOMIMA.....	16
1.4 LAS EMOCIONES.....	16
1.5. RUEDA DE PLUTCHIK.....	17
1 TIPOLOGÍA.....	19
2. ANTAGONISMO.....	20
3. INTENSIDAD.....	21
1.6 LAS DÍADAS EMOCIONALES.....	23
1.5 FUNCIÓN DE LAS EMOCIONES SEGÚN PLUTCHIK.....	24
2. MARCO TEÓRICO.....	26
2.1 HISTORIA Y APLICACIÓN DE LA MÚSICA A TRAVÉS DEL TIEMPO.....	36

2.1.1	TÉCNICAS DE MUSICOTERAPIA .....	39
2.1.2	EL MÉTODO KODÁLY .....	40
2.1.2	MÉTODO DALCROZE.....	45
2.1.3	MÉTODO ORFF .....	47
2.2.1	FASES DE LA METODOLOGÍA DE LA MUSICOTERAPIA HUMANISTA .....	50
2.4	ACTITUDES Y HABILIDADES DEL MUSICOTERAPEUTA HUMANISTA.....	53
2.5	LA MEMORIA .....	57
2.5.1	TIPOS DE MEMORIA SEGÚN SU DURACIÓN.....	57
2.5.2	TIPOS DE MEMORIA DEPENDIENDO DEL CONTENIDO .....	58
2.5.3	TIPOS DE MEMORIA EN FUNCIÓN DEL NIVEL DE CONSCIENCIA .....	59
2.6	LA NUEVA ESCUELA MEXICANA.....	60
3.	IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA.....	62
3.1	TÉCNICAS DE RELAJACIÓN PARA EL ESTRÉS .....	63
3.1.1	RESPIRACIONES PROFUNDAS .....	63
3.1.2	MOTIVACIÓN.....	68
3.2	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....	74
3.3	DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA .....	74
4.	CRONOGRAMA PROPUESTA.....	76
5.	RESULTADOS.....	79
6.	CONCLUSIONES.....	94
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	95
	ANEXO 1: DIARIO DE CAMPO .....	99
	ANEXO 2: FICHA FINAL.....	100
	ANEXO 3: CUESTIONARIO 1.....	101

## **AGRADECIMIENTOS**

Quiero agradecer a la **UPN** y la **LEIP** por la formación y los conocimientos adquiridos.

A los maestros: **Erika Shelick García Galván, Raúl Álvarez Benavides, Martha Matilde Vera Olivera** y **Martha Altamirano** que a lo largo de los módulos dieron ese extra que un docente con vocación da sin que se lo pidan ni esperar nada a cambio, ser un ejemplo profesional y personal en cómo ser personas extraordinarias. Sin más que decir: ***gracias a cada uno de ellos.***

Especialmente agradezco a mi tutora ***Elizabeth Rojas Samperio***, por su apoyo para culminar los últimos módulos, por regresarme esa motivación que estaba perdiendo y por el apoyo en este PDE para que se realizara con éxito. **Gracias.**

Y principalmente agradezco a mis padres por su apoyo incondicional, a mi madre que estuvo en todo momento desde que inicié, a mi padre que cuando se enteró (no sabía hasta los últimos módulos, era una sorpresa) me dio las mejores palabras de ánimo, **gracias por todo.**

Y quiero agradecer especialmente a mi pareja, la Maestra Rubí Salero Narvárez que fue quien me animo a realizar el examen de ingreso, y durante toda la Licenciatura (asesorándome en mis tareas y trabajos), desde el 1er módulo hasta la realización de este trabajo, es la razón y a quien le dedico mi título, es la mejor pareja que pude haber encontrado y agradezco cada día de mi vida desde que la conocí dando talleres y a mitad de su licenciatura hasta hoy día que sigue superándose, próximamente como Dra. En Educación.

**VAPA: Te AMO y GRACIAS POR TODO LO QUE ME HAS DADO HASTA EL DÍA DE HOY.**

Y **gracias a mí** por no rendirme a pesar de todo.

## INTRODUCCIÓN

La música es considerado un Arte, que a términos generales es la manifestación de lo que perciben los sentidos a través de lo intangible. A grandes rasgos, es “todo aquello que nazca de lo humano, de su percepción del mundo que expresa una emoción”-definición propia.

En este proyecto de Intervención abordaremos la música desde una perspectiva pedagógica, apoyados de la psicología como herramienta. Para ello se utilizará la musicoterapia como medio de unión entre lo antes mencionado para la realización de actividades con los sujetos de investigación y como elemento para recolectar datos que permitan realizar una intervención satisfactoria y exitosa.

Se realizó una intervención en 3 instituciones diferentes, tanto en sus contextos como en el nivel socioeconómico, pero coinciden con el rezago causado por la pandemia, también en el lado psico-emocional que se vio truncado el crecimiento interno, su madurez se vio pausada por el largo receso de 2 años de las clases regulares, ocasionando que la forma de estudio y aprendizaje diera un giro de 180° con la modalidad en línea, así como del estudio en casa y la convivencia 24/7 que se tuvo con la familia, cambiando la rutina de todos los miembros de la familia.

Y el estrés que se generó, la ansiedad y demás trastornos que se presentan aún hoy en día después del confinamiento, afectó en su desarrollo cognitivo, lo cual me parece acertado trabajarlo por medio de la Musicoterapia, que combina el arte de la Música con la Terapia, para equilibrar las emociones y así estabilizarlas para centrar y mejorar su rendimiento académico.

Algunos recursos aplicados fueron cuestionarios, escuchar diversos tipos de música y lo que les generaba, reflexiones orales y escritas sobre conceptos como: ¿qué es la motivación?, ¿qué es la ansiedad?, ¿qué es la depresión?, ¿qué es memoria?, lo que escuchaban cotidianamente y ¿por qué les gustaba?

El interés de este Proyecto de Intervención (PI) nace a partir de mi experiencia e interacción con jóvenes estudiantes de nivel básico (Secundaria) y sus inquietudes respecto a la etapa que están viviendo que es la Adolescencia, las consecuencia emocional generada por la pandemia por Covid-19 y el rendimiento escolar, que fue de manera virtual durante el confinamiento, y que después de ello regresan con mucha incertidumbre y confusión a clases presenciales respecto a ello.

Ello despertó mi interés por combinar mi formación como músico profesional, con la actual carrera de pedagogía (LEIP-UPN), para ser un apoyo durante ésta etapa de aprendizaje y crecimiento en la que se encuentran.

## 1. ANTECEDENTES

El uso de la música para terapia y curación data de la Antigua Grecia, pero el uso terapéutico actual empezó en el siglo XX, después de que terminara la Segunda Guerra Mundial. La referencia más antigua a la terapia musical viene de un artículo de 1789 titulado "Consideración física de la música".

Los años 1800 vieron el crecimiento de la investigación médica sobre la capacidad terapéutica de la música, y desde 1940, las universidades empezaron a ofrecer programas de terapia musical. (Gastón, 1940), uno de los tres hombres que incursionaron en el uso de la música como herramienta terapéutica, ha organizado y promovido la práctica para que se convirtiera en un tipo aceptado de terapia ().\*

La Musicoterapia o terapia musical se ha implementado desde la Antigua Grecia como se menciona anteriormente, pero tomó relevancia en el siglo XX donde se desarrolló mucho más y tomó la importancia que actualmente tiene. Cabe destacar su implementación ha sido mayor en los últimos años, por los beneficios que tiene al combinarse con diversos tratamientos, siendo así un excelente complemento.

Es importante contribuir con el aprendizaje del alumno de forma que éste quede bien cimentado y con actividades innovadoras; esto se puede lograr a través de actividades lúdicas, vivenciales, innovadoras y dinámicas con el cual se genere ese aprendizaje significativo que tanto buscamos los docentes dentro del aula escolar.

El arte por su parte busca la libertad del aprendiz, generando un entorno auténtico con el cual se logra expresar ideas, sentimientos y emociones las cuales pueden estar guardadas o surgen por medio de este y que representen el día a día en su vida cotidiana.

La pedagogía va guiando al alumno desde diversos modelos, uno de ellos el constructivista en el cual el alumno con apoyo de un guía construye su propio conocimiento, el arte puede ser de gran apoyo como método didáctico en la construcción de ese conocimiento, por medio de la danza, el teatro, la música y las artes plásticas se puede mejorar los aprendizajes adquiridos en las distintas

asignaturas curriculares como Lectura y Redacción, Matemáticas, Inglés, Física y Química.

La sociedad también necesita recuperar el significado del arte, ya que con las nuevas tecnologías se ha perdido conocimientos de identificación cultural y social de la juventud. Música tradicional mexicana, danzas prehispánicas, visitas a obras de teatro, incorporaciones a centros culturales, compra de pinturas o productos manuales se han ido perdiendo ya que la sociedad actual se dedica al uso del internet y de las nuevas tecnologías. Por ello es necesario complementar las materias curriculares con el arte y generemos una nueva educación.

Las inteligencias múltiples se relacionan directamente con los estilos de aprendizaje de los estudiantes. La inteligencia es la capacidad que tiene el ser humano de entender, razonar, tomar decisiones, y darle forma a la realidad en la que vive. Howard Gardner la define como *"La capacidad de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas"*. (Gardner, 1995)

Por lo tanto, hablar de inteligencias múltiples es conocer la forma en la que un ser\* humano puede aprender. Como todos sabemos los seres humanos somos diferentes y únicos en su forma de entender, comportarse, desarrollarse, y por consecuente de aprender; para ello existen 12 tipos de inteligencias identificadas en el ser humano (). Es importante darnos cuenta que cada persona puede tener 2 o más tipos de inteligencias, para ello es importante identificar cada una ellas.

### **1. Lingüístico -Verbal**

Es la capacidad de usar las palabras de manera efectiva, en forma oral o escrita. Incluye la habilidad en el uso de la sintaxis, la fonética, la semántica y los usos pragmáticos del lenguaje (la retórica, los códigos, la explicación y el metalenguaje). Alto nivel de esta inteligencia se ve en escritores, poetas, periodistas y oradores, entre otros. Está en los alumnos a los que les encanta redactar historias, leer, jugar con rimas, trabalenguas y en los que aprenden con facilidad otros idiomas.

En este tipo de inteligencia el alumno aprende mejor leyendo, escuchando y viendo palabras, hablando, escribiendo o debatiendo. El alumno suele destacar en lectura, escritura, narración de historias, memorización de fechas, piensa en palabras.

## **2. Lógico-Matemática**

Es la capacidad para usar los números de manera efectiva y de razonar adecuadamente. Incluye la sensibilidad a los esquemas y relaciones lógicas, las afirmaciones y las proposiciones, las funciones y otras abstracciones relacionadas. Alto nivel de esta inteligencia se ve en científicos, matemáticos, contadores, ingenieros y analistas de sistemas, entre otros.

Los alumnos que la han desarrollado analizan con facilidad problemas. Se acercan a los cálculos numéricos, estadísticas y presupuestos con entusiasmo. Las personas con una inteligencia lógica matemática bien desarrollada son capaces de utilizar el pensamiento abstracto utilizando la lógica y los números para establecer relaciones entre distintos datos. Destacan, por tanto, en la resolución de problemas, en la capacidad de realizar cálculos matemáticos complejos y en el razonamiento lógico.

Competencias básicas: razonar de forma deductiva e inductiva, relacionar conceptos, operar con conceptos abstractos, como números, que representen objetos concretos. Profesionales que necesitan esta inteligencia en mayor grado: científicos, ingenieros, investigadores, matemáticos. Actividades de aula: Todas las que impliquen utilizar las capacidades básicas, es decir, razonar o deducir reglas (de matemáticas, gramaticales, filosóficas o de cualquier otro tipo), operar con conceptos abstractos (como números, pero también cualquier sistema de símbolos, como las señales de tráfico), relacionar conceptos, por ejemplo, mediante mapas mentales, resolver problemas (rompecabezas, problemas de matemáticas o lingüísticos), realizar experimentos.

El alumno aprende mejor usando pautas y relaciones, clasificando y trabajando con lo abstracto. Destaca en matemáticas, razonamiento, lógica, resolución de problemas y pautas. Les gusta resolver problemas, cuestionar, trabajar con números y experimentar.

### **3. Espacial**

Es la capacidad de pensar en tres dimensiones. Permite percibir imágenes externas e internas, recrearlas, transformarlas o modificarlas, recorrer el espacio o hacer que los objetos lo recorran y producir o decodificar información gráfica. Presente en pilotos, marinos, escultores, pintores y arquitectos, entre otros. Está en los alumnos que estudian mejor con gráficos, esquemas, cuadros. Les gusta hacer mapas conceptuales y mentales. Entienden muy bien planos y croquis.

El alumno aprende mejor si se le enseña con dibujos y colores, visualizando, usando su ojo mental y dibujando él mismo. Le gusta diseñar, crear, construir, soñar despierto y observar dibujos. Destaca en la lectura de mapas, gráficos, dibujando, laberintos, rompecabezas, imaginando cosas y visualizando.

### **4. Corporal-Kinestésica**

Es la capacidad para usar todo el cuerpo en la expresión de ideas y sentimientos, y la facilidad en el uso de las manos para transformar elementos. Incluye habilidades de coordinación, destreza, equilibrio, flexibilidad, fuerza y velocidad, como así también la capacidad kinestésica y la percepción de medidas y volúmenes. Se manifiesta en atletas, bailarines, cirujanos y artesanos, entre otros. Se la aprecia en los alumnos que se destacan en actividades deportivas, danza, expresión corporal y / o en trabajos de construcciones utilizando diversos materiales concretos. También en aquellos que son hábiles en la ejecución de instrumentos.

El alumno kinestésico aprende mejor tocando, moviéndose, procesando información a través de sensaciones corporales. Se destaca en atletismo, danza, arte dramático, trabajos manuales y utilizando herramientas. Le gusta moverse, tocar, hablar y el lenguaje corporal.

### **5. Musical**

Es la capacidad de percibir, discriminar, transformar y expresar las formas musicales. Incluye la sensibilidad al ritmo, al tono y al timbre. Está presente en compositores,

directores de orquesta, críticos musicales, músicos y oyentes sensibles, entre otros. Los alumnos que la evidencian se sienten atraídos por los sonidos de la naturaleza y por todo tipo de melodías. Disfrutan siguiendo el compás con el pie, golpeando o sacudiendo algún objeto rítmicamente.

Los alumnos musicales aprenden mejor con ritmos, melodías, cantar y escuchar música. Le gusta cantar, tararear, tocar un instrumento, escuchar música. Destacan en el canto, reconocer melodías o sonidos, y los ritmos.

## **6. *Interpersonal***

La inteligencia interpersonal es la capacidad de entender a los demás e interactuar eficazmente con ellos. Incluye la sensibilidad a expresiones faciales, la voz, los gestos y posturas y la habilidad para responder. Presente en actores, políticos, buenos vendedores y docentes exitosos, entre otros. La tienen los alumnos que disfrutan trabajando en grupo, que son convincentes en sus negociaciones con pares y mayores, que entienden al compañero.

Le gusta tener amigos, hablar con la gente y juntarse con ellos. Aprende mejor compartiendo, comparando, relacionando, cooperando o entrevistando. Destacan entendiendo a la gente, liderando, organizando, comunicando, resolviendo conflictos o vendiendo.

## **7. *Intrapersonal***

Es la capacidad de construir una percepción precisa respecto de sí mismo y de organizar y dirigir su propia vida. Incluye la autodisciplina, la auto comprensión y la autoestima. Se encuentra muy desarrollada en teólogos, filósofos y psicólogos, entre otros. La evidencian los alumnos que son reflexivos, de razonamiento acertado y suelen ser consejeros de sus pares.

A éste tipo de alumnos les gusta trabajar solos, reflexionar y seguir sus intereses, destacan entendiéndose a sí mismos, reconociendo sus debilidades y sus puntos fuertes y estableciendo objetivos. Aprenden trabajando solos, haciendo ejercicios a su propio ritmo, teniendo espacio y reflexionando.

### **8. *Naturalista***

Es la capacidad de distinguir, clasificar y utilizar elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas. Tanto del ambiente urbano como suburbano o rural. Incluye las habilidades de observación, experimentación, reflexión y cuestionamiento de nuestro entorno. La poseen en alto nivel la gente de campo, botánicos, cazadores, ecologistas y paisajistas, entre otros.

Se da en los alumnos que aman los animales, las plantas; que reconocen y les gusta investigar características del mundo natural y del hecho por el hombre. Estos alumnos destacan entendiendo la naturaleza, haciendo distinciones, identificando la flora y la fauna. Le gusta participar en la naturaleza y hacer clasificaciones, aprende mejor cuando trabaja en el medio natural, explorando seres vivientes, aprendiendo de las plantas y temas de la naturaleza.

### **9. *Física-Cinestésica***

Es la habilidad para usar el propio cuerpo para expresar ideas y sentimientos, y sus particularidades de coordinación, equilibrio, destreza, fuerza, flexibilidad y velocidad, así como propioceptivas y táctiles.

Se la aprecia en los niños que se destacan en actividades deportivas, danza, expresión corporal y/o en trabajos de construcciones utilizando diversos materiales concretos. También en aquellos que son hábiles en la ejecución de instrumentos.

### **10. *Colaborativa***

La inteligencia colaborativa constituye la habilidad para establecer lazos de unión y participación colaborativa con el resto de personas. Se trata de personas con una habilidad especial para trabajar en equipo. Este tipo de personas se manejan bien, por

ejemplo, como encargados de grupos de trabajo ya que pueden gestionar correctamente las relaciones humanas que se den dentro del grupo.

### **11. Creativa**

Otros de tipos de inteligencia múltiple de esta lista de 12 es la creativa, aquella que permite a las personas "crear" como habilidad especial. Los ámbitos artísticos se desarrollan gracias a personas con altos niveles de inteligencia creativa.

De igual modo, este tipo de inteligencia se manifiesta en personas emprendedoras que imaginan y pueden llegar a desarrollar proyectos innovadores. Para conocer en detalle esta clasificación, lee *Inteligencia creativa: características, ejemplos y cómo desarrollarla*.

### **12. Existencial**

El último de los 12 tipos de inteligencia múltiple es el existencial. La existencia se da en aquellas personas con intereses metafísicos y existenciales, más allá de los intereses mundanos. Algunos ejemplos de personas que presentan altos niveles de inteligencia existencial son los filósofos y las personas espirituales.

Este desarrollo de la inteligencia existencial lleva a estas personas a necesitar indagar en temas existenciales con respecto al sentido de la vida, nuestra misión en el mundo, etc.

## **1.2 USOS EN EL CAMPO LABORAL**

Seleccionar el tipo de inteligencia en el cual tenemos la habilidad, nos permite reconocer en la época estudiantil los estilos de aprendizaje para mejorar nuestra recepción del conocimiento. Uno de los puntos principales de reconocer adecuadamente el tipo de inteligencia es que nos apoya para encontrar nuestra orientación vocacional la cual puede ser decisiva en la vida laboral y con ellos poder integrar esas habilidades en una vida futura. Solamente aplicando y conociendo cada

una éstas inteligencias, podemos ser capaces de construir nuestro propio futuro de una manera más clara y precisa.

En el siglo XIX se distingue por grandes compositores como *Frederick Chopin* cuyas grandes obras son “La marcha Fúnebre”, “La Polonesa” y su obra cumbre “Divina Ilusión” entre otras, dejando una huella imborrable en la música clásica y quien muere a los 39 años víctima de tuberculosis.

Otro compositor importante es *Ludwig Van Beethoven* quien nace en Bonn, Alemania en 1770; creador de 9 sinfonías, y 2 solos para piano “Para Elisa” y “Claro de Luna”, sonatas para violín, entre otros temas, quien muere completamente sordo. Entre sus sinfonías destacan la número 3 “Eroica” dedicada a Napoleón Bonaparte (que en ese momento apoyaba) y la novena sinfonía “Oda a la Alegría”, siendo la primer sinfonía en integral una parte coral a 4 voces, y siendo un rotundo éxito, a pesar ya de que estaba completamente sordo.

En 1756 nace en Salzburgo, Austria Wolfgang Amadeus Mozart del cual se dice que su primera obra la compone a los 3-4 años de edad, hijo de un destacado violinista (Leopold Mozart) quien lo promueve al descubrir su talento nato para la música. Se ganó el mote de “El niño prodigio de la Música” destacando entre sus muchas composiciones “Réquiem”, “La Flauta Mágica”, “Don Giovanni” entre otras. Muere el 5 de diciembre de 1791 en Viena Austria, siendo uno de los más grandes genios de la música es enterrado en la fosa común y hasta la fecha se desconoce dónde están sus restos.

### **1.3 LAS ARTES Y SU INCLUSIÓN EN LA EDUCACIÓN**

La educación artística se aplica en toda la educación básica como una parte de fortalecimiento al conocimiento del entorno y a la socialización del estudiante.

En la educación preescolar destaca éste aporte pedagógico en las artes ya que el trabajo lúdico con los niños lo permite, y con ellos los alumnos aprenden a base de cantos, rondas y juegos que les permiten tener un aprendizaje significativo, el cual en

muchas ocasiones es recordado hasta la etapa adulta. La inclusión de en el dibujo, la utilización de materiales donde puedan conocer de forma táctil el exterior es parte de la importancia del arte como forma de desarrollo integral del pequeño.

En algunas escuelas primarias y secundarias en escuelas públicas el trabajo con danza folclórica algunos ritmos actuales y representaciones teatrales forman parte del desarrollo del alumno como parte de algunos temas de diversas asignaturas; no así, en las escuelas privadas donde tienen éstas materias como una asignatura especial, con un tiempo designado.

La propuesta es implementarla en instituciones públicas y privadas, ya que hay una percepción diferente al arte de acuerdo al contexto social en el que se desarrollan los sujetos de estudio de ésta investigación, lo cual es importante conocer para saber de las vertientes que pueda tomar el PDE y ajustarse a ello.

Durante la educación básica el desarrollo de las actividades artísticas como un método pedagógico ha sido factible desde el principio constructivista del docente a cargo. Algunas de las actividades que nos impulsan al apoyo e impulso del conocimiento artístico pueden ser factibles utilizándolas desde un medio vanguardista y siempre con la observación subjetiva que el arte requiere. Para ello es importante conocer y reconocer técnicas que nos impulsen a facilitar el trabajo en el apoyo docente.

### **1.3.1 LA IMPROVISACIÓN Y EL SOCIO-DRAMA**

Son técnicas muy utilizadas en el arte dramático, consiste en hacer “imitaciones” con situaciones de la vida cotidiana, estimula la creatividad de los participantes “poniéndose en el lugar del otro” en ciertas situaciones las cuales suelen ser identificadas espontáneamente. En teatro se le conoce como la técnica de la “Oferta-Demanda” ya que el actor principal debe ser observador y escuchar todas aquellas cosas que sucedan a mí alrededor para con ello poder tomar alguna de las opciones que los participantes me den o en su defecto poder ofertar una. Esta actividad suele ser utilizada en aquellas actividades donde exista un problema por resolver. Asignaturas

como: Español, Formación Cívica y Ética, Historia, Biología, inglés, etc. pueden utilizar éste método como un recurso de conocimiento para el alumno.

### **1.3.2 LA PANTOMIMA**

Es el arte en el que intervienen movimientos, gesticulaciones y expresiones corporales para representar historias. Se basa en la Mímica Proviene de un vocablo griego pantomimos "actor," literatura "imitador de todo," de panto (pan) "todo" + mimos "imitador." Que significa "drama u obra sin voz." Existen mimos que imitan temas religiosos, políticos, de comedia, o tragedia, mediante movimientos mudos de manos o cuerpo; un "pantomimo". En una representación dramática de uno o más actores se utilizan métodos mudos para transferir su historia. El trabajo de la pantomima puede ser viable en juegos y actividades utilizadas en cualquier asignatura escolar, y es una buena forma de conocimiento en la expresión humana a base de gestos y movimientos.

Todas las artes están relacionadas entre sí, es inevitable que no tomen elementos de otras, como la danza y el teatro, ya que, tanto en unas como en otras coinciden algunos recursos empleados, con diferente proyección, pero que aportan y complementan su entendimiento, tanto en la práctica de ello, así como en la labor del docente.

### **1.4 LAS EMOCIONES**

Existen dos tipos de experiencias extremas claves en el desarrollo de las inteligencias múltiples que es importante tener en cuenta. Veamos cuáles:

*Experiencias cristalizantes:* son hitos en la historia personal, claves para el desarrollo del talento y de las habilidades en las personas. A menudo estos hechos se producen en la temprana infancia. Estas experiencias son las que encienden la chispa de una inteligencia e inician su desarrollo hacia la madurez.

*Experiencias paralizantes:* existen como contrapartida de las anteriores, se refieren a aquellas experiencias que bloquean el desarrollo de una inteligencia, están llenas de

emociones negativas, capaces de frenar el normal desarrollo de las inteligencias. Sensaciones de miedo, vergüenza, culpa, odio, impiden crecer intelectualmente.



## 1.5. RUEDA DE PLUTCHIK

La **rueda de las emociones** es un recurso gráfico que sirve para identificar los diferentes tipos de emociones, y entender cómo se relacionan entre sí. La utilización de este recurso psicológico dentro del PDE, nos va a permitir enfocar de una mejor manera lo que se busca que el estudiante desarrolle y las herramientas que le van a servir a corto-mediano-largo plazo.

En 1980, su creador Robert Plutchik, se sirvió de ella para explicar la “Teoría Psico-evolutiva de la Emoción” utilizando un modelo cónico y otro circular. Robert Plutchik nació el 21 de Octubre de 1927 y fue Profesor Emérito de la Universidad de Medicina Albert Einstein y Profesor adjunto de la Universidad del Sur de la Florida. Recibió su Ph.D. de la Universidad de Columbia y también fue psicólogo. Su investigación principal incluyó el estudio de las emociones, el estudio del suicidio y la violencia y el proceso de la psicoterapia.

El modelo circular o en 2ª dimensión es la más conocido (de ahí que se haya popularizado como “rueda”), y se utiliza para entender las emociones básicas y sus posibles combinaciones.

Mediante la vista cónica o en 3ª dimensión, se puede medir y analizar la intensidad de las emociones básicas respecto a sus derivadas compuestas.

La rueda de la emoción tiene tres elementos que también actúan como sus tres características principales:

#### Colores

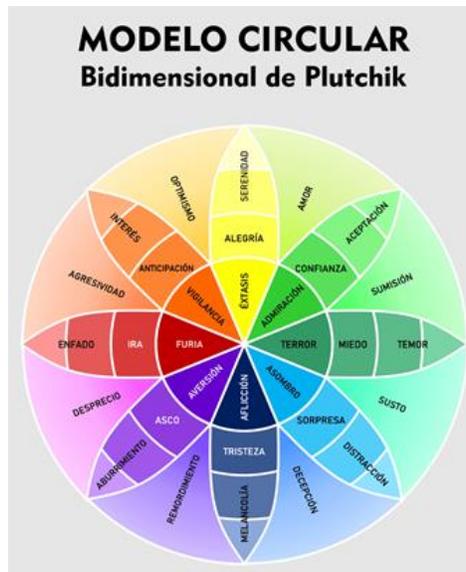
Las ocho emociones básicas han sido marcadas con un color reconocible dentro de la Rueda de la emoción. A medida que aumenta la intensidad de la emoción, también lo hace la intensidad del color. Sin embargo, las combinaciones de dos emociones básicas no tienen un color.

- *Capas*

El círculo de las emociones tiene diferentes capas y dimensiones. Hacia la mitad de la rueda, aumenta la intensidad de la emoción y el color.

- *Relaciones*

El esquema representa las relaciones mutuas que se encuentran entre las emociones opuestas. Las combinaciones de emociones que surgen cuando las emociones se mezclan se encuentran entre las emociones básicas. Como resultado, todas las emociones están en contacto mutuo entre sí.



Funciona en base a una relación esquematizada entre las distintas emociones, las cuales describe siguiendo 3 criterios:

- *Tipología*: agrupándolas en emociones básicas y compuestas.
- *Antagonismo*: de acuerdo al grado de similitud o discrepancia entre ellas.
- *Intensidad*: conforme al nivel de excitación con que pueden experimentarse.

Plutchik tomó las propiedades de los colores, como analogía para estudiar y explicar la forma en que las emociones se combinan unas con otras. Como en los colores primarios, la mezcla de emociones básicas da lugar a emociones compuestas, que su vez, tienen distintas tonalidades o matices. La concepción de esta analogía con los colores, resulta fundamental para entender cómo utilizar la rueda de las emociones de forma práctica.

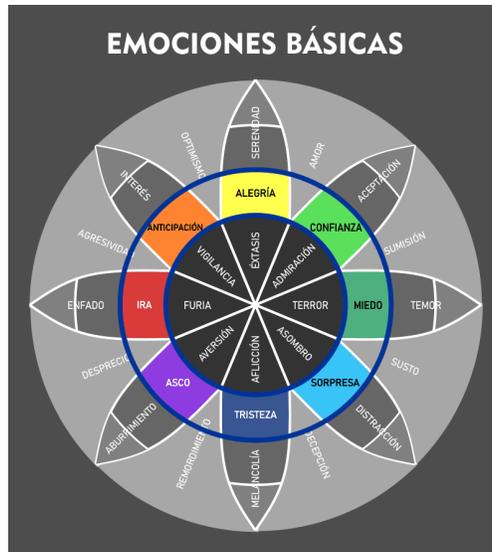
### 1 Tipología

Para comprender su funcionamiento, este criterio es el punto de partida (y el más fácil de entender), ya que parte de una conceptualización muy sencilla.

Como ya mencionamos, Plutchik clasificó las emociones en 2 grandes grupos: emociones básicas y compuestas, o primarias y secundarias.

Las 8 emociones básicas son: Alegría, Tristeza, Miedo, Ira, Confianza, Asco, Sorpresa y Anticipación, y las emociones compuestas serían todas las demás. Actualmente son 12, pero no están desarrolladas e incluidas, siguen estudiándose, por lo tanto, se enfocará su estudio y aplicación en base a las primeras 8.

Estas emociones básicas, podemos ubicarlas en la circunferencia subsecuente al círculo central (alrededor del “núcleo”) de la rueda.



## 2. Antagonismo

Plutchik afirma que las 8 Emociones Básicas (cuya combinación da origen todas las demás), pueden ser agrupadas en 4 pares de polos opuestos:

Alegría es antagónica de Tristeza.

Miedo es antagónico de Ira.

Confianza es antagónica de Asco.

Sorpresa es antagónica de Anticipación.

Entre estas emociones opuestas existen varias etapas o “emociones intermedias” que las separan gradualmente, y se asemejan en mayor o menor medida, de acuerdo a su grado de separación.

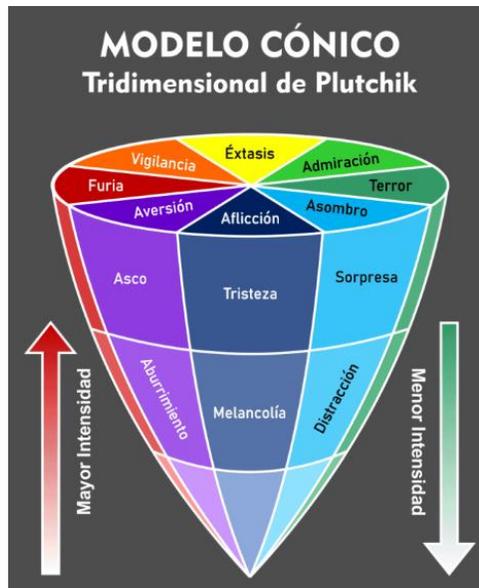
La relación de similitud o antagonismo entre las emociones, se ubica en el área de intersección entre los “pétalos” diametralmente opuestos y los límites de cada circunferencia.



### 3. Intensidad

En este criterio el nivel de excitación de las emociones y sus transiciones, están representadas por la gradualidad de los colores en cada “pétalo”. De tal forma, que mientras una emoción se encuentra más cerca del núcleo, su color será más oscuro (emociones intensas) y mientras más lejos, su color será más pálido (emociones contenidas).

Por ejemplo: en el centro de la rueda, el azul oscuro que representa la Aflicción, cambia a un azul tenue indicando que la Tristeza, está disminuyendo en intensidad respecto a su antecesora.



Su utilidad como recurso de *análisis emocional* es sumamente interesante y valioso, ya que permite observar el *curso de las emociones* de manera visual.

Revelando el estado inicial de cada emoción (como se originan), su trayectoria (combinación o intensidad), hasta su función u objetivo último.

Es decir, la rueda de las emociones nos ayuda a:

1. Identificar las emociones.
2. Detectar los eventos que desencadenan las emociones.
3. Expresar y usar las emociones asertivamente.
4. Encontrar conductas alternativas para satisfacerlas.
5. Entender y empatizar con las emociones de los demás.

Cuando entendemos lo que sentimos y por qué lo sentimos, somos capaces de gestionar mejor nuestros impulsos, y dar un sentido a lo que nos sucede. Al final, una mejor *comprensión emocional*, se traduce en una mayor claridad ante la solución de problemas y la forma en que reaccionamos ante ellos. Específicamente, la aplicación práctica de la rueda de las emociones suele darse en 3 grandes áreas de la psicología:

- **Psicología Educativa**, como contenido de aprendizaje y herramienta pedagógica.

- **Psicoterapia**, como recurso de autoconocimiento o con fines de orientación clínica.
- **Psicología Laboral**, para el adiestramiento de personal y el análisis del clima organizacional.

## 1.6 LAS DÍADAS EMOCIONALES

Cada posible combinación de las 8 emociones básicas, dan como resultado 24 emociones compuestas, que Plutchik clasificó en 3 grupos de díadas. Cada grupo representa los grados de separación con las emociones básicas, de tal forma que la posibilidad de experimentar emociones de la díada 1, 2, y 3 disminuye a medida que su separación aumenta.



## 1.5 FUNCIÓN DE LAS EMOCIONES SEGÚN PLUTCHIK

Para Plutchik cada emoción tiene “una razón de ser”, funciones muy concretas que las distinguen y permiten la supervivencia del individuo en su ambiente. Según su modelo secuencial, las emociones se activan ante la exposición a estímulos específicos, lo que su vez desencadena las denominadas conductas de supervivencia (Krohn, 2007).

Es decir, **las emociones no son ni buenas ni malas, sino necesarias**. Y se activan instintiva e inconscientemente para generar comportamientos que aseguren nuestro bienestar. Para Plutchik cada emoción (y sus combinaciones) pueden generar diversas conductas de supervivencia:

- DEFENSA, protección y huida » generada por Miedo y Terror.
- DESTRUCCIÓN, de un obstáculo » generada por Ira y Rabia.
- INCORPORACIÓN, ingesta de alimentos » generada por Confianza.
- RECHAZO, como respuesta a material dañino » generada por Asco.
- REPRODUCCIÓN, intercambio genético » generada por Alegría y Placer.
- REINTEGRACIÓN, como respuesta a la pérdida » generada por Tristeza y Dolor.
- EXPLORACIÓN, del entorno » generada por Curiosidad y Juego.
- ORIENTACIÓN, como respuesta a lo desconocido » generada por Sorpresa.

8 Conductas de Supervivencia				
Estímulo	Valoración Cognitiva	Reacción Emocional	Respuesta Conductual	FUNCIÓN
Objeto Valorado	Posesión	Alegría	Retener	OBTENER RECURSOS
Miembro del grupo	Amigable	Confianza	Emparentar	APOYO MUTUO
Situación Amenazante	Peligroso	Miedo	Escapar	ESTAR A SALVO
Evento Inesperado	¿Qué es?	Sorpresa	Detenerse	ORIENTARSE
Pérdida de objeto	Abandono	Tristeza	Llorar	ASIMILAR PERDIDA
Entidad desagradable	Tóxico	Asco	Repeler	EXPULSAR VENENO
Obstáculo	Enemigo	Ira	Atacar	ELIMINAR OBSTÁCULO
Territorio Desconocido	Test	Anticipación	Explorar	CONOCER TERRITORIO

Nuestro cerebro es emotivo, reacciona emocionalmente a los estímulos, liberando sustancias que nos ayudan a tener un comportamiento acorde a lo que experimentamos. Si el estímulo persiste, la reacción emocional puede mantenerse, disminuir, eliminarse o combinarse con otra emoción a fin de cumplir su función de supervivencia.

La Teoría Psico-evolutiva de las Emociones (Plutchik, 1980) es la base teórica de esta herramienta, y es una de las teorías más influyentes en cuanto a clasificación de emociones se refiere. Esta teoría sostiene que las emociones evolucionan y adaptan su forma de expresión con el fin de preservar la supervivencia y reproducción de los individuos. Cuenta con 10 postulados que son:

1. Existen como fenómeno en todo animal y estado del desarrollo.
2. Evolucionan expresándose de diferentes formas en cada especie.
3. Se adaptan para asegurar la supervivencia de los organismos en su entorno.
4. Conservan patrones o rasgos comunes en todas las especies (a pesar de sus diversas formas de expresión).
5. Son reducidas en número en cuanto a su calidad inicial o estado básico.
6. Se combinan dando lugar a una amplia gama de emociones compuestas o derivadas.
7. Son antagónicas o pueden ser conceptualizadas en pares de polos opuestos.
8. Son hipotéticas de manera que su experiencia y características solo pueden deducirse.
9. Se asemejan lo que implica diferentes grados de similitud entre ellas.
10. Se intensifican pudiendo experimentarse en diversos niveles de excitación o irritabilidad.

## 2. MARCO TEÓRICO

El presente trabajo es una investigación del tipo cualitativa, por lo que los datos arrojados por la información no son cuantificables, no se miden en números o dentro de un parámetro medible, sino que es un estudio del tipo social.

Todo método cualitativo **aspira a recoger los discursos completos sobre un tema específico**, para luego proceder a su interpretación, enfocándose así en los aspectos culturales e ideológicos del resultado, en lugar de los numéricos o proporcionales.

Esto implica comprender el contexto natural y cotidiano del fenómeno estudiado. También considera los significados que se le atribuyen y las valoraciones que las personas hacen. Dicho de otro modo, y parafraseando a Taylor (Taylor, 1984), el método cualitativo **plantea comprender lo que la gente piensa y dice**. Es una investigación del tipo participativa ya que se centra en una población estudiantil en pro de su beneficio. La siguiente es una breve definición sobre los aspectos de una investigación participativa.

*Investigaciones participativas.* Aquellas en las que el investigador interrelaciona su pesquisa con la participación de los sujetos investigados, para comprender el funcionamiento de una comunidad en pro de su beneficio. Ejemplos de ello son los trabajos sociales que buscan proponer modelos de desarrollo para las comunidades deprimidas, como barriadas urbanas o poblaciones marginales.

El Paradigma de Evaluación es del tipo *Naturalista* ya que es Holística y cargado de valores al utilizar el Arte como herramienta para la Intervención (I) basado en 2 paradigmas de educación acorde a las etapas en que se realizará la Intervención: *Conductual* y *Constructivista*. El modelo de Evaluación que considero se aplique al Proyecto de Intervención (PI) es el de “**Evaluación Orientada por Objetivos**” ya que como se menciona en el texto de (Bohla, 1989): “*los participantes en un programa o proyecto se examinan para ver si se han logrado los objetivos referidos a la adquisición de formas particulares de pensar, sentir y actuar. En términos prácticos, la evaluación se equipara con las pruebas...*”

Se adecua a la naturaleza del PI “Musicología” porque se evaluará acorde a los resultados de las pruebas aplicadas en los sujetos de estudio que participan dentro del proyecto.

Se considera el Paradigma Conductual y Constructivista como base en el enfoque de “Musicología” por sus elementos en que se basa, desde la Psicología de la Música (la Música y sus efectos en el cerebro), la Neurodidáctica (motivación Intrínseca y Extrínseca, Memoria), y la Pedagogía (Aprendizaje) que serán una alternativa en el desarrollo educativo del estudiante. Al tratar con el paradigma Conductual por medio del Arte (música) es del tipo Naturalista porque conforme se desarrolla el PI va a ir cambiando y transformándose conforme lo requiera, el muestreo es propositivo, especializado para recolectar los datos que necesita la I.

A continuación definimos los principales términos de la teoría conductista.

#### 1. *Estímulo*

Este término se refiere a cualquier señal, información o evento que produce una reacción (respuesta) de un organismo.

#### 2. *Respuesta*

Cualquier conducta de un organismo que surge como reacción a un estímulo.

#### 3. *Condicionamiento*

El condicionamiento es un tipo de aprendizaje derivado de la asociación entre estímulos y respuestas.

#### 4. *Refuerzo*

Un refuerzo es cualquier consecuencia de una conducta que aumenta la probabilidad de que ésta vuelva a darse.

#### 5. *Castigo*

Opuesto al refuerzo: consecuencia de una conducta que disminuye la probabilidad de que vuelva a darse.

Sobre los paradigmas Conductual y Constructivista, se tomó en cuenta lo que autores como Pavlov y Skinner (Conductual) como a Piaget y Vigotsky (Constructivista), que desarrollaron estos paradigmas que, aún hoy día, siguen vigentes o se basan en ellos para la Enseñanza-Aprendizaje (E-A), y que sirvieron como punto de apoyo para la realización del presente trabajo.

**Ivan Petrovich Pavlov** (1849-1936) era un fisiólogo ruso que se dio cuenta, mientras realizaba experimentos sobre secreción de saliva en perros, de que los animales salivaban de forma anticipada cuando veían u olían la comida, e incluso simplemente cuando se acercaban los encargados de darles de comer. Posteriormente consiguió que salivaran al oír el sonido de un metrónomo, de una campana, de un timbre o de una luz por asociar estos estímulos con la presencia de comida.

A partir de estos estudios Pavlov describió el condicionamiento clásico, un concepto fundamental en el conductismo, gracias al cual se desarrollaron las primeras intervenciones basadas en las técnicas de modificación de la conducta en seres humanos. Ahora bien, para entender cómo funciona el condicionamiento clásico primero hay que saber con qué estímulos se trabaja en él.

Las propuestas de Thorndike fueron el antecedente de lo que conocemos como condicionamiento operante, pero este paradigma no se desarrolló de forma completa hasta la aparición de las obras de **Burrhus Frederic Skinner** (1904-1990).

Skinner introdujo los conceptos de refuerzo positivo y negativo. Se denomina refuerzo positivo al hecho de premiar una conducta dando algo, mientras que el refuerzo negativo consiste en la retirada o la evitación de un evento desagradable. En ambos casos, la intención es la de aumentar la frecuencia e intensidad de aparición de una conducta determinada.

Skinner defendía el conductismo radical, que mantiene que todo el comportamiento es resultado de asociaciones aprendidas entre estímulos y respuestas. El enfoque teórico y metodológico desarrollado por Skinner se conoce como análisis experimental de la conducta y ha sido especialmente eficaz en la educación de niños con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Si el constructivismo filosófico se encarga de intentar responder a la incógnita de qué es aquello que podemos llegar a conocer y de qué manera se relaciona este conocimiento con "la realidad", el constructivismo de la psicología es bastante más pragmático y se centra en estudiar de qué manera se lleva a cabo el aprendizaje y la generación de esquemas de significado en nuestra manera de pensar para poder aplicar estos descubrimientos científicos, especialmente, en dos ramas de la psicología: la psicoterapia y la psicología educativa.

De este modo, la idea de "construcción del conocimiento" que se utiliza en el constructivismo de la psicología es menos abstracto que el de su análogo de la filosofía, y su razón de ser está en la necesidad de crear teorías científicas capaces de predecir parte de lo que ocurrirá en el comportamiento de las personas (en general), y de dar soluciones a problemas concretos (en particular).

Así pues, el constructivismo de la psicología puede ser definido como un conjunto de teorías y escuelas de pensamiento (pertenecientes a este ámbito científico) que se basan en la idea de que el modo en el que los individuos generan conocimiento a partir de sus experiencias es a través de un papel activo en el que crean sistemas de significado únicos y cuyo valor no está en parecerse más o menos a la realidad.

Entre los investigadores que normalmente son considerados parte del constructivismo en la psicología están dos de las grandes figuras de la historia de la psicología del desarrollo y de la educación: **Jean Piaget y Lev Vygotsky**.

Ambos partían de la idea de que el motor de la creación de conocimiento a partir del cual se desarrolla el aprendizaje es la interacción con el entorno (y, en el caso de Vygotsky, con la sociedad en la que se vive), impulsada por la curiosidad. Por consiguiente, no es una tarea basada en las actividades internas, sino algo que nace de la relación con el contexto inmediato.

**Jean William Fritz Piaget Jackson** nació el 9 de agosto de 1896 en Neuchâtel, Suiza. Fue el primogénito del profesor de literatura medieval Arthur Piaget y de Rebecca Jackson, hija del propietario de la primera fábrica de acero al crisol de Francia.

Llevó a cabo la elaboración de la epistemología genética, otra de sus grandes contribuciones, en la que trabajaba las estructuras cognitivas y los cambios evolutivos e históricos de la relación conciencia-entorno. Esta contribución conduciría a la generación del concepto esquema cognitivo y su teoría constructivista en que valoraba la relación biología-ambiente en la formación del pensamiento.

Jean Piaget falleció a los 84 años de edad el día 16 de septiembre de 1980, en Ginebra, tras alrededor de diez días hospitalizado. Su deceso es un acontecimiento de gran relevancia, siendo su legado y su contribución a la psicología una de las más extensas y relevantes del último siglo.

En términos generales, entiende el aprendizaje como una reorganización de las estructuras cognitivas existentes en cada momento. Es decir: para él, los cambios en nuestro conocimiento, esos saltos cualitativos que nos llevan a interiorizar nuevos conocimientos a partir de nuestra experiencia, se explican por una recombinación que actúa sobre los esquemas mentales que tenemos a mano tal como nos muestra la *Teoría del Aprendizaje de Piaget*.

Al igual que un edificio no se construye transformando un ladrillo en un cuerpo más grande, sino que se erige sobre una estructura (o, lo que es lo mismo, una colocación determinada de unas piezas con otras), el aprendizaje, entendido como proceso de cambio que se va construyendo, nos hace pasar por diferentes etapas no porque nuestra mente cambie de naturaleza de manera espontánea con el paso del tiempo, sino porque ciertos esquemas mentales van variando en sus relaciones, se van organizando de manera distinta a medida que crecemos y vamos interactuando con el entorno. Son las relaciones establecidas entre nuestras ideas, y no el contenido de estas, las que transforman nuestra mente; a su vez, las relaciones establecidas entre nuestras ideas hacen cambiar el contenido de estas.

Sus teorías sobre el desarrollo infantil han influido a una gran cantidad de autores tan conocidos como Bruner, Bandura, Ausubel o Erikson, y aún siguen valorándose y teniéndose en cuenta a nivel teórico. Destaca especialmente la importancia de su teoría cognitivo-evolutiva, sobre el desarrollo de las capacidades cognitivas y en la que nos habla de los distintos estadios del desarrollo. Empero, no es este el único campo

en el que trabajó sino que también realizó diversas contribuciones en campos como la sociología, la filosofía o incluso la biología.

*La Teoría Sociocultural de Vygotsky* pone el acento en la participación proactiva de los menores con el ambiente que les rodea, siendo el desarrollo cognoscitivo fruto de un proceso colaborativo. **Lev Vigotsky** (Rusia, 1896-1934) sostenía que los niños desarrollan su aprendizaje mediante la interacción social: van adquiriendo nuevas y mejores habilidades cognoscitivas como proceso lógico de su inmersión a un modo de vida.

Aquellas actividades que se realizan de forma compartida permiten a los niños interiorizar las estructuras de pensamiento y comportamentales de la sociedad que les rodea, apropiándose de ellas.

Según la Teoría Sociocultural de Vygotsky, el papel de los adultos o de los compañeros más avanzados es el de apoyo, dirección y organización del aprendizaje del menor, en el paso previo a que él pueda ser capaz de dominar esas facetas, habiendo interiorizado las estructuras conductuales y cognoscitivas que la actividad exige. Esta orientación resulta más efectiva para ofrecer una ayuda a los pequeños para que crucen la zona de desarrollo proximal (ZDP), que podríamos entender como la brecha entre lo que ya son capaces de hacer y lo que todavía no pueden conseguir por sí solos.

Los niños que se encuentran en la ZDP para una tarea en concreto están cerca de lograr poder realizarla de forma autónoma, pero aún les falta integrar alguna clave de pensamiento. No obstante, con el soporte y la orientación adecuada, sí son capaces de realizar la tarea exitosamente. En la medida en que la colaboración, la supervisión y la responsabilidad del aprendizaje están cubiertas, el niño progresa adecuadamente en la formación y consolidación de sus nuevos conocimientos y aprendizajes.

Se eligieron estos autores (**Pavlov, Skinner, Piaget y Vigotsky**) ya que, al ser de los principales autores de los paradigmas **Conductual y Constructivista**, sus teorías son aplicables a lo que este PDE busca, adaptándolas a las necesidades de los sujetos de estudio, que en este caso son estudiantes de diversas organizaciones educativas, con diferentes contextos socio-cultural sirven de base junto con los elementos de la

psicología (musicoterapia humanista, técnicas de respiración, tipos de memoria, motivación extrínseca e intrínseca) para ser los pilares de ello.

De esta manera autores como de (Tavira, 2007) destaca la importancia del creador dramático como pedagogo de la vida real y cultural de la sociedad. Apoya la acción artística como una educadora de la sociedad tradicionalista, pero a la vez sentimental y con una conciencia formativa de la realidad. Hace una referencia crítica de la realidad hacia los formadores del arte.

*“En tal progresión lógica la realidad muestra que el orden de los factores sí altera el producto”* (Tavira, 2007)

Hace referencia hacia preguntas teológicas como “¿Qué actores quiero formar?, ¿Para que el teatro? Y ¿Para que el espectador? Muestra que más del 90% de la población en México jamás ha tenido la experiencia teatral tanto de la forma actoral, como parte de parte del espectador. Analiza que, si la población marginada saliera a conocer la experiencia del arte, tal vez su visión del mundo sería diferente. El rescate de sus antecedentes históricos vistos desde la cultura teatral, asemejándolo con la “educación social”. A partir del siglo XIX el eje pedagógico ha incluido la cultura en la educación.

*“Los modelos sociales que entrañan los modelos educativos y viceversa, la contundencia misma del hecho social mediante el cual se consolidan diferentes maneras de transferir contenidos y procesos desde la educación a la sociedad y viceversa; problemas, necesidades, actitudes, métodos, a través de los cuales se promueven nuevas alternativas para conocer, aprender, saber y formarse como personas en el horizonte de las realidades sociales. Quien considera la actualidad de la educación, en realidad considera el porvenir de la sociedad, tanto como aquel que considera la actualidad de los dilemas sociales, en realidad cuestiona la vigencia del sistema educativo...”* (Tavira, 2007)

La tarea de la educación ha tratado de remover la idea errónea de la línea informal de las tareas educativas con las acciones culturales y artísticas. Se habla de una educación integral e integradora en el ámbito del pensamiento y el social comprendiendo así la educación artística como una “Educación Social”, donde llevando el modelo conductista el aprendiz sea un alumno crítico de su sociedad.

La Pedagogía es un arte, formando así parte de la educación artística trabajando desde la diversidad para la diversidad, encontrando su propia esencia, siendo vivencial en el ejercicio de los derechos y libertades, formando al sujeto en desarrollo para la vida.

“La educación social, reencuentra los rasgos que la hacen ser, por naturaleza, compleja, innovadora, interdisciplinaria, experimental, crítica con la construcción del conocimiento pedagógico y su concreción en las diferentes prácticas que promueve, con perfiles que abarcan dimensiones múltiples de una educación que cambia en un mundo en cambio permanente”.

La Nueva escuela exige una transformación de competencias para la vida, y la enseñanza de las artes es una parte muy importante en éste proceso. Los educadores han tomado la educación a través de las artes como una vía que puede utilizarse para lograr todo objetivo que pretenda el conocimiento de sí mismos, la vitalidad de la sensibilidad, el fomento del crecimiento personal, el desarrollo de la capacidad crítica, el fortalecimiento de la estima propia y la comprensión de la realidad en que se vive.

Las artes contribuyen a mejorar los resultados académicos, reducir la apatía escolar, establecer una relación de calidad con el medio ambiente que difícilmente se da en otras materias de conocimiento, e incentivar el aprecio por la diversidad, la libertad de expresión, la capacidad crítica y la tolerancia.

La enseñanza en las artes tiene como propósito conseguir en los educandos “un aprendizaje duradero y sistemático en las competencias, formas de pensamiento y métodos de presentación de las diferentes formas artísticas (artes visuales, danza, música y teatro) el enfoque busca en el adolescente un cierto perfeccionamiento técnico en algún lenguaje artístico que haya elegido, donde se desplieguen las habilidades o los recursos que no necesariamente manifiestan un proceso creativo.

La propuesta artística es concretamente dirigida a los pedagogos y profesores así como formadores dentro del área educativa, resaltando en su labor docente el trabajo de motivar al alumno para que aprenda con las diferentes disciplinas artísticas.

Haciendo referencia al documento “Propuesta Curricular de la Educación Obligatoria 2016” de la Secretaria de Educación Pública como parte de la Ruta de Mejora Escolar

para Nivel de Educación Básica 2016 la cual se basa en la Pedagogía Crítica o Psicología Cognitiva; se pueden resaltar algunos de los puntos que apoyará el método "Educar con arte" desde algunos principios pedagógicos como: .

- Enfocarse a un proceso de aprendizaje: haciendo hincapié en las inteligencias múltiples, siendo así el alumno un aprendiz activo.
- Tener en cuenta los saberes y conocimientos previos del alumno: El aprendizaje anclado de los conocimientos existentes (previos) a los conocimientos nuevos teóricos y prácticos.
- Diseñar situaciones didácticas que propicien el aprendizaje situado: Trabajando situaciones artísticas llevándolas a la realidad, haciendo del aprendiz un ente reflexivo y crítico del medio en que se desenvuelve.
- Reconocer la naturaleza social del conocimiento: Siendo el educando responsable de su propio conocimiento con un adulto como facilitador.
- Dar un peso fuerte a la motivación intrínseca del estudiante: considerando sus intereses habilidades y deficiencias, reforzando su propio conocimiento por medio de su sentir artístico.
- Favorecer la cultura del aprendizaje: Una de las partes más importantes dentro del arte es el trabajo en equipo. Se resalta en ésta sección el trabajo entre pares y la confrontación del conocimiento entre iguales. La autorregulación del estudiante apoyado en la experiencia artística.
- Ofrece acompañamiento en el aprendizaje: Encontrando estrategias de aprendizaje donde el alumno se sienta parte de una identificación social.
- Promover la relación interdisciplinaria: Encontrar y demostrar la transversalidad de lo aprendido con otras materias siempre enfocado a su vida cotidiana.
- La evaluación como un proceso relacionado con la planeación: En éste caso los criterios de evaluación deberán ser de manera subjetiva, sin olvidar que es parte de una evaluación actitudinal, formativa y sumativa.
- Superar la visión de la disciplina como mero cumplimiento de normas: haciendo al oyente centro de su conocimiento de manera libre y seguro.
- Modelar el aprendizaje: Trabajando por medio de la disciplina artística "andamiaje de pensamiento" (trabajo del conocimiento de menos a más).

- Mostrar interés por los intereses de sus alumnos: Donde el alumno pueda reconocer por medio de sus gustos artísticos el aprendizaje que el facilitador le pueda mostrar, para con ello lograr la construcción de su propio aprendizaje y la retroalimentación entre pares.
- Revalorizar y redefinir la labor docente: integrando dentro de su práctica docente las diversas manifestaciones artísticas encontrando en ella un apoyo didáctico para que poder llegar a los aprendizajes esperados y significativos del educando.

El trabajar con arte va más allá de sólo un trabajo de cultura, tiene que ver con un medio de identificación personal, social, emocional. Encontrar su propio valor y ser crítico y reflexivo encontrando su propia visión hacia el futuro.

Otro artículo interesante es el realizado en España por Tomas Ruiz-Rivas (Ruiz-Rivas, 2015) "Pedagogía del arte: la revolución que viene" se realiza una entrevista a María Acaso profesora titular de la Universidad Complutense, en la Facultad de Bellas Artes, en el departamento de educación artística y socia fundadora del colectivo Pedagogías Invisibles apoyando a personas que realizan tesis en torno al arte y educación.

En el artículo se hace mención que en España la mayoría de las personas relacionan el arte y la educación con "niños pintando". Trabajando lo que significa la infantilización, como ejemplo la autora pone el 10 de mayo donde existe el paradigma del dibujo para la madre en su día y siempre se vincula con ello. Pero en la actualidad ese paradigma es intrascendente y se debe de eliminar actualizándolo a los nuevos modelos educativos.

Hace hincapié en que debemos renovarnos en la visualización crítica, haciendo una transversalidad con las actividades y conocimientos de la posmodernidad aplicándolo al área lógico matemática, comunicación y lenguaje y conocimiento del mundo que nos rodea.

Es importante relacionar la educación artística con el conocimiento y defenderlo como una forma pedagógica de enseñanza actual. Propone la idea que en el salón de clases se verá un cambio real cuando las actividades estén enfocadas al análisis de imágenes

y no haciendo objetos. No solamente es producir sino a mirar, a descolonizar la mirada, y genera la reflexión de que la educación artística son “Niños pintando” más no “Niños mirando”.

## **2.1 HISTORIA Y APLICACIÓN DE LA MÚSICA A TRAVÉS DEL TIEMPO**

Hay en el niño una potencia creadora que el maestro debe y puede aprovechar; pero los resultados dependerán del método elegido para estimularlo. Si se vuelve la mirada a los pueblos de la antigüedad, llama la atención comprobar la importancia que en Grecia se le asignaba a la música dentro de la educación.

Platón dice: “Formemos nuestros guerreros comenzando por la música más bien que por la gimnasia” (La República; 380 a.C.). Él consideraba que la música tenía una influencia decisiva en la formación del carácter y que debía enseñarse desde la infancia, desarrollando la voz y el aprendizaje de un instrumento.

Es a Carlomagno a quien se le debe el gran empuje que toma la música y su enseñanza en el mundo occidental, pues ordena crear escuelas en monasterios y catedrales para la práctica musical.

Durante la Edad Media, son los monjes los que se hacen cargo de la enseñanza musical, teniendo ésta gran relación con el oficio religioso. Con el Renacimiento nace el culto al virtuosismo: la música deja de ser una manifestación íntima y toma carácter de espectáculo y, más tarde, con la Reforma, los métodos que eran para unos pocos, deben popularizarse.

Así es que tanto los luteranos como los calvinistas propician una educación para todos los niños y jóvenes como en la antigua Grecia. Terminadas las luchas religiosas, se afirma el Humanismo, originando un gran movimiento pedagógico.

En el siglo XVII, Comenio en la Didáctica Magna dice: “La música es imprescindible para la educación desde la escuela materna. Nada hay en la inteligencia que no haya

pasado antes por los sentidos”. Froebel, iniciador de los jardines de infantes, saludaba a los niños cantando y obtenía de ellos respuestas cantadas.

El niño debía ejercitarse en el canto, modelado y pintura, pero no para llegar a ser un artista sino para desarrollar en forma total su naturaleza, para tener conciencia de sus intereses y para llegar a apreciar el verdadero arte.

En consecuencia, se comprende qué importante es la educación musical y, por lo tanto, el acto de creación, sobre el individuo. Al aumentar la capacidad creadora y la sensibilidad para valorar y mejorar las propias experiencias, irán mejorando los resultados. Este proceso creador que se trata de incorporar en las clases de música, será un elemento para la integración del niño.

La imaginación del niño es inagotable, y la continua experiencia con ellos, enseña que su poder de creación es superior al del adulto. Al familiarizarse con los elementos musicales, hará uso de ellos en función de su expresividad, y pronto los irá ubicando en forma lógica. El resultado será una forma de expresión espontánea y positiva. “Tener inteligencia musical quiere decir ser consciente de los diversos elementos del arte musical”. (Edgar Willems). “La pedagogía musical debe partir de la vivencia artística y conducir hacia ella”. (Guillermo Graetzer).

Según define la Real Academia Española (RAE), *“La música es el arte de combinar los sonidos de la voz humana o de los instrumentos, o de unos y otros a la vez, de suerte que produzcan deleite, conmoviendo la sensibilidad, ya sea alegre, ya tristemente”*.

Cuando escuchamos música que nos gusta, se activan determinadas sustancias químicas en nuestro organismo que actúan sobre el sistema nervioso central. Se estimula la producción de neurotransmisores (dopamina, oxitocina, endorfinas,...) obteniéndose un estado que favorece la alegría y el optimismo en general. (Jauset Berrocal, Septiembre 2011)

Es decir, que la música activa el proceso cerebral para secretar sustancias que alteran los estados de ánimo. Otra definición es la de Moncada: “Música es el Arte y la Ciencia de los Sonidos”. **Fuente especificada no válida.**

La definición que da Moncada es: “es el resultado de las vibraciones de un cuerpo sonoro” **Fuente especificada no válida.**, y como se sabe, el cuerpo humano está compuesto de 2/3 de líquido, lo cual es pertinente para nuestro P.I. (Proyecto de Intervención) porque es un factor en el efecto que causa la música en el cuerpo humano.

Cuando escuchamos la radio, vemos una película, asistimos a un evento, a un concierto o a una ceremonia social o religiosa, oímos música. La música es una parte fundamental de nuestras vidas. En ella participan nuestra inteligencia y nuestra sensibilidad. La música se siente, pero se goza más cuando se comprende, y la audición musical suele plantear muchos interrogantes que solo responden a través del conocimiento, la experiencia musical y una actitud crítica y abierta.

Es importante señalar, antes de desarrollar este tema, que el logro de la creación, tanto en niños como en adultos, no es un camino fácil.

Ahora bien, pasemos a definir la palabra “*Musicoterapia*” que engloba varias formas de terapia como la *arte-terapia*, *psicodrama*, *danza-terapia*, entre otros. Sólo nos centraremos en la *Musicoterapia*, que atendiendo al significado etimológico del término se divide en dos partes: música y terapia, es decir: terapia a través de la música. **Fuente especificada no válida..**

La musicoterapia humanista emplea el poder del sonido y la música para vincular al paciente en una relación significativa y profunda con su sabiduría organísmica, con la fidelidad de un desarrollo del potencial humano y de conciencia de sí mismos. El encuentro entre la música (sonido), el paciente y el musicoterapeuta crean la posibilidad de trascender las historias que detienen el flujo natural del crecimiento personal.

Dicha relación establece el ámbito psicoterapéutico, para ofrecer a la personas la oportunidad de acceder a su psique en donde mora la complejidad de su naturaleza humana, como también la capacidad de sanarse a sí mismos.

Se utilizaran elementos de diversos métodos de enseñanza musical para la elaboración del P.I., como tal uno solo no, porque lo que se busca es que el estudiante relaciones y se apoye de la música y algunos recursos psicológicos para su desarrollo. Algunos de estos métodos son Kodály, Dalcroze, Orff, así como elementos de la psicología como el “Círculo de Plutchik”, Psicología de la emoción, Motivación Intrínseca y Extrínseca y los diferentes tipos de Memoria.

### **2.1.1 TÉCNICAS DE MUSICOTERAPIA**

- **Improvisación instrumental**
- **Improvisación vocal**
- **Canción**
- **Escucha y audición**
- **Recursos** (Respecto a los recursos materiales, estos variarán en función de las técnicas que se empleen, que como hemos explicado son la improvisación (instrumental y vocal), la canción y la escucha. Si la técnica a emplear es la improvisación instrumental, serán necesarios los diferentes instrumentos Orff (explicados anteriormente). En muchas ocasiones el Musicoterapeuta no dispondrá de todos estos instrumentos, pero no es necesario. Se emplearán los instrumentos que se dispongan del mejor modo posible, ajustándose a las necesidades del paciente.

También se puede plantear en alguna sesión que los pacientes sean ellos mismos los que creen sus propios instrumentos, como por ejemplo una carraca de cartón. Para ello el Musicoterapeuta deberá preverlo con antelación y llevar los materiales necesarios

para su realización. Si la técnica, en cambio, es la improvisación vocal, el recurso fundamental será la voz, tanto del musicoterapeuta como del paciente. Si se va a usar la técnica de las canciones, será necesario un repertorio amplio y variado de melodías, teniendo en cuenta los objetivos que se pretendan alcanzar en las diferentes sesiones.

Por último, si la técnica que se va a desarrollar es la audición, serán necesarias canciones, al igual que en la técnica anterior. La diferencia es que en este caso es muy importante la escucha, y por tanto, el oído del alumno. Aparte de estos recursos, el Musicoterapeuta podrá llevar consigo el instrumento o los instrumentos que vaya a tocar en las sesiones, como por ejemplo un teclado, una guitarra, una flauta... También será necesario que acuda con un cuaderno, donde apuntar los aspectos que considere oportunos y relevantes).

### **2.1.2 EL MÉTODO KODÁLY**

A comienzos del siglo veinte, el compositor húngaro **Zoltán Kodály** (1882–1967) quedó sorprendido con el bajo nivel de conocimientos musicales con el que ingresaban los estudiantes a la Zeneakademia, la escuela de música más prestigiosa de Hungría. No solamente no podían leer y escribir música con fluidez, sino que ignoraban su propia herencia musical.

Decidido a buscar remedio a dicha situación, Kodály se dirigió primero a los maestros de música a nivel escolar. Dictó cursos de capacitación, revisó currículos, transcribió, adaptó y compuso una gran cantidad de canciones y ejercicios con fines pedagógicos y, hasta el fin de sus días, perseveró en el esfuerzo de elevar el nivel de instrucción musical en los maestros escolares. En sus propias palabras:

Es mucho más importante saber quién es el maestro de Kisvárdá, que quien es el director de la Opera de Budapest. [...] pues un mal director fracasa solo una vez, pero un mal maestro continúa fracasando durante 30 años. Matando el amor por la música a 30 generaciones de muchachos.

Posteriormente Kodály se involucró en todos y cada uno de los aspectos que tuvieran que ver con la educación musical. Él y cientos de sus alumnos y colaboradores

lograron diseñar un método de pedagogía musical escolar que no solamente se convirtió en el método oficial de su país sino que se extendió por Europa y Japón y se arraigó fuertemente en Estados Unidos.

Sus resultados hablan por sí mismos. Hungría, un país con solo 10 millones de habitantes, tiene actualmente ochocientos coros adultos, cuatro orquestas profesionales en Budapest, cinco en otras ciudades y numerosas orquestas aficionadas como lo señala Kodály: “Un ciudadano sin educación musical es considerado inculto; casi todos tocan algún instrumento y/o cantan; las salas de concierto permanecen llenas.”

El método de enseñanza musical propuesto por Kodály se basa en los siguientes principios fundamentales expuestos por el mismo maestro húngaro:

La música pertenece a todos...El camino a la educación musical no debería estar abierto solamente a los privilegiados sino también a la gran masa. [...] El canto coral es muy importante: El placer que se deriva del esfuerzo de conseguir una buena música colectiva, proporciona hombres disciplinados y de noble carácter. Cantad mucho en grupos corales, y no temáis escoger las partes más difíciles. Por muy débil que sea vuestra voz, debéis intentar cantar música escrita sin la ayuda de ningún instrumento.

[...] También debéis intentar aprender la lectura musical. Es necesario aprender, practicar y reconocer las notas y las tonalidades tan pronto como sea posible. [...] Escuchad atentamente canciones folclóricas: son una fuente de melodías maravillosas y a través de ellas podréis llegar a conocer el carácter peculiar de muchos pueblos.

La aplicación de estos principios ha dado lugar a un método de educación musical basado en el canto coral cuyos componentes fundamentales son:

Una Secuencia pedagógica organizada de acuerdo con el desarrollo del niño.

Tres Herramientas metodológicas básicas:

- I. Las sílabas de solfeo rítmico.
- II. El solfeo relativo.
- III. Los signos manuales.

El Material musical: canciones folclóricas, rondas y juegos tradicionales y música de compositores reconocidos.

El método Kodály puede ser adaptado (no adoptado) a las más diversas culturas y sistemas de educación musical alrededor del mundo ya que sus secuencias, herramientas y materiales están organizados de acuerdo con el desarrollo del niño en su entorno y no de acuerdo con un ordenamiento lógico.

Kodaly organizó las actividades en forma de secuencias. De este modo, podía adaptarse al nivel de cada alumno y a sus edades. Sus tres herramientas metodológicas básicas son:

- ♪ Las sílabas de solfeo rítmico. Parte de la consideración de la negra como la unidad de pulso y se le atribuye la sílaba ta. A partir de ella, a las corcheas, se les asigna las sílabas ti-ti. Sin embargo, no se tiene en cuenta el hecho de los tiempos de cada corchea sean la mitad de la negra.
- ♪ Sistema de solfeo relativo o do móvil. Consiste en que cada alumno adopta el tono que le resulta cómodo y las notas aparecen representadas en una sola línea. Esa línea representa el pentagrama tradicional. Debajo de cada figura aparece el nombre de la nota o su inicial. Por eso, en algunas escuelas la nota si pasa a ser ti para que no sea coincidente con la inicial de sol.
- ♪ Los signos manuales. No los diseñó Kodaly sino John Curwen a finales del siglo XIX. Representan las notas y sus relaciones entre ellas. Así, por ejemplo, do se representa con un puño cerrado y re con el índice extendido como si señaláramos algo. La intensidad del tono se manifiesta colocando la mano a diferente altura.

Se cree erróneamente que la metodología Kodály es aquella que enseña música solamente a partir de la escala pentatónica y que puede ser aplicada en nuestras culturas latinoamericanas a partir de la traducción de la música Húngara. En varios de los intentos de adaptación del método Kodály en América Latina, en particular en el caso de Argentina, ha faltado una recopilación de música tradicional que permita adaptar la secuencia y las herramientas al material musical tradicional de cada pueblo y no buscar un material musical que se adapte, a las buenas o a las malas, a una secuencia preestablecida.

Más que un método es un sistema pedagógico para la enseñanza musical. Con él, Kodaly trataba de soslayar las dificultades técnicas que experimentaban los niños cuando entraban en contacto con un instrumento musical. Estableció varios niveles de dificultad, dependiendo de la edad de los alumnos.

Por otro lado, les proporcionó un lugar relevante a las canciones tradicionales pertenecientes al folclore propio de la lengua materna. De esta forma, además de música, los más pequeños aprendían también su idioma. Escogió este tipo de canciones por ser, generalmente, fáciles de ejecutar.

Este método incluye varias novedades:

- I. La base principal es el canto. A través de las canciones populares, siempre en la lengua materna del niño, se accede al ritmo y a los esquemas melódicos. Posteriormente, se amplía la base musical incorporando otros ritmos y otros conceptos musicales presentes en otras culturas. Lo interesante del método es que solo se utiliza la voz cantada como si fuera un instrumento musical.
- II. Sistema pentatónico. Se trata de un sistema muy sencillo de cinco notas sin semitonos. La relevancia que posee es que se encuentra en la base de la música tradicional de muchos pueblos. Su ausencia de complejidad permite al alumno aprender los conceptos básicos sin enfrentarse a las dificultades técnicas de aprender a tocar un instrumento.
- III. Proceso de solmización. Se trata de un sistema de lectura musical en el que se toma la nota tónica y se la llama do, aunque la nota real representada no sea esa. A partir de ese do, se reproducen ordenadamente las demás. La solmización enseña las notas a través de los sonidos, sin prestar atención a su nombre.
- IV. El recurso de la fonomimia. Es uno de los más característicos de este sistema. Indica los sonidos de la escala con una determinada posición de las manos y la altura en la que se realiza. De esta forma, los alumnos interiorizan los intervalos y se estimula el desarrollo del canto interior. Es muy útil, por ejemplo, en la fase de oralización en niños sordos.
- V. La polifonía. Ayuda a desarrollar la audición interior y favorece la afinación adecuada. De esta manera, se produce el desarrollo del oído musical. La pauta

comienza con un canto simple a dos voces, al que se incorpora poco a poco una tercera voz, una cuarta y, así, sucesivamente. Se avanza de una forma más natural hacia la diversidad rítmica y la estructura coral.

- VI. Los fonemas rítmicos. Al principio, los alumnos verbalizan algunos ritmos y los reproducen con percusiones sencillas, como las palmadas. De este modo, los va interiorizando.
- VII. La memoria musical. Se estimula mediante la repetición de ritmos y de melodías. Al desarrollar tanto la audición interna como el oído, se favorece la memoria musical.
- VIII. La audición interior. Permite el canto interior según aparece en la partitura. Así, se interpreta correctamente tanto mediante la voz como con un instrumento.

Las ventajas del método Kodaly son multifactoriales. Está demostrado que favorece el desarrollo y madurez de determinadas capacidades cognitivas. Entre otras cosas, afecta positivamente al proceso de aprendizaje de la comprensión lectora y de la escritura. De esta forma, estimula el desarrollo del lenguaje tanto en su expresión oral como escrita.

La interacción entre los alumnos que implementa potencia sus habilidades sociales. También el ritmo estimula la expresividad corporal. Por último, desarrolla el oído musical y las capacidades sensitivas de los niños.

Enseñar música no tiene por qué ser tedioso ni para los profesores ni para los alumnos. Para su aprendizaje, pueden utilizarse métodos intuitivos, como el sistema Kodaly. El método Kodaly sigue siendo una forma revolucionaria de introducir a los más pequeños en el aprendizaje musical.

Además, estimula otras áreas del conocimiento, como su capacidad lectora, el lenguaje y les ayuda con la escritura. Por otro lado, estas habilidades se pueden ordenar por niveles según la edad y la madurez de los alumnos. El uso de las canciones tradicionales rescata ese patrimonio cultural de cada pueblo, un valor reconocido por la Unesco.

### 2.1.2 MÉTODO DALCROZE

**Émile Jaques-Dalcroze** fue un compositor y pedagogo suizo (Viena, 1865-Ginebra, 1950) que diseñó una metodología de enseñanza de la música basada en el movimiento y el ritmo, cuestiones que hasta la fecha no se tenían en cuenta. Empezó a utilizarlo en el conservatorio de Ginebra y, debido a su éxito, el método Dalcroze continúa aplicándose en la actualidad.

El método Dalcroze se centra en involucrar el movimiento corporal para trabajar el ritmo y establecer pautas sonoras, así como realizar mentalmente representaciones de los sonidos. Para ello, se desarrolla el oído del alumnado y sus habilidades de percepción y coordinación corporal a través de diferentes actividades con las que aprenden conceptos musicales.

Sus características del método Dalcroze son:

- Se basa en el aprendizaje de la rítmica.
- Se aleja de la enseñanza tradicional de la música, buscando el aprendizaje mediante la experimentación del movimiento.
- Las sesiones se establecen con una duración mínima de 30 minutos.
- Se considera que las aulas deben contar con alrededor de 15 personas.
- Apoyo en la actividad corporal para desarrollar el oído musical.
- Mediante el movimiento, se trabaja el ritmo, así como otros elementos de la música como la melodía.
- Mejora la orientación espacial en el alumnado.
- Favorece la improvisación.
- Establece una relación entre diferentes desplazamientos y las notas musicales, identificándolas mediante la escucha y representándolas con acciones concretas.

Para trabajar lo anteriormente mencionado, se pueden realizar diferentes juegos musicales con el alumnado, adaptados a la edad y características del mismo. Algunos ejemplos de actividades que se utilizan en este método de aprendizaje de la música son:

- Mediante la reproducción de diferentes sonidos
- Permitir a los alumnos la improvisación de la expresión corporal en función de cómo sienta la música.
- Con un único instrumento
- Marcar un compás que el estudiante deba seguir mediante el movimiento de los pies.

Después, añadir a ese el de los brazos y, según vaya cambiando la música y las instrucciones del maestro, se añaden más acciones. Inicialmente, los movimientos serán individuales y, progresivamente, se trabajará en equipo, pasando de un alumno al otro; por lo que no solo deben seguir la música sino también tener en cuenta los turnos.

Establecer una relación entre una nota musical (corchea, semicorchea...) y un acto concreto (caminar, correr...), y mediante la escucha de la música que el alumnado se mueva en función del sonido que corresponda.

Añadiendo material, como pueden ser pañuelos o vasos, emplearlos para seguir la armonía de una canción, variando intensidades y movimientos. Esto puede realizarse colocados en círculo con un pañuelo por persona y, cuando comience a sonar la música, se gira el objeto en el círculo moviéndolo arriba y abajo, a un lado y al otro, según el ritmo que se marque en cada momento, mediante desplazamientos más suaves o algunos más bruscos para marcar la intensidad del sonido.

El método Dalcroze utiliza en gran medida el movimiento corporal y el desarrollo de la rítmica en los niños.

### 2.1.3 MÉTODO ORFF

La pedagogía musical engloba el proceso de enseñanza-aprendizaje relacionado con la música y las personas. Desde el ámbito educativo, los docentes disponen de varias metodologías con las que favorecer el desarrollo del alumnado. Una de ellas, es el método Orff, el cual se centra en la voz, el cuerpo, el uso de instrumentos y el baile folklórico como punto de partida en el aprendizaje de la música, evolucionando desde ahí hacia la parte cognitiva de la misma.

El precursor de este método fue **Carl Orff**, un compositor y pedagogo alemán que diseñó en 1930 un método de enseñanza de la música con el que se obtuvieron buenos resultados en los estudiantes. Dicha metodología sigue utilizándose en la actualidad.

El método Orff consiste en el aprendizaje y enseñanza de la música mediante el uso de la voz, el cuerpo y el baile, realizando una serie de actividades motivadoras y que fomentan la participación y experimentación del alumnado para trabajar diferentes aspectos de la música (ritmo, armonía, melodía, timbre, forma y dinámica).

Los **aspectos fundamentales** que caracterizan esta metodología son:

- Es un método eminentemente **práctico** que va desde lo más simple hasta el conocimiento complejo de la música, aprovechando la actividad y uso de la voz, así como los instrumentos, para ampliar los conocimientos previos que ya posee el alumnado. En él prima la participación activa de los estudiantes.
- Fomenta la **creatividad** y da gran importancia al proceso mediante el cual se desarrolla el conocimiento y a la experimentación como medio de aprendizaje. También se realizan representaciones de lo aprendido, pero no es la única parte que importa en este método.
- Desarrolla el **autoconocimiento** mediante el aprendizaje de la música, dando relevancia al alumnado y su desarrollo, al tiempo que a la música y su aprendizaje.
- Mejora la **competencia lingüística**, así como favorece la expresión de los estudiantes.

- Fomenta el **respeto y valores** presentes en la vida en sociedad.
- Utiliza **instrumentos musicales** presentes en la cultura del alumnado y de uso sencillo, como el tambor o la flauta.

Para poner en práctica esta metodología existen diversas actividades que se pueden utilizar con los niños. Algunas de ellas son:

- Marcar el ritmo con movimiento: algunos alumnos disponen de instrumentos como el xilófono, el triángulo etc. y de forma gradual comienzan a tocar: primero el xilófono, un par de tiempos después le sigue el siguiente instrumento... Cuando todos los instrumentos están sonando, el resto del aula realiza movimientos como giros, pasos o chasquidos con los dedos de las manos para seguir el ritmo marcado por los primeros alumnos.
- Canto y música: utilizando una canción popular, realizar la música con el cuerpo al tiempo que se canta la canción.
- Progresión hacia la canción: comienza conociendo la letra y el ritmo de una canción, utilizando solo el cuerpo y la voz la reproducen, después continúan trabajando ese ritmo (mediante la utilización del cuerpo humano para producir sonidos) con la canción sonando de fondo. Una vez trabajada así se incluyen instrumentos básicos para representarla.
- Historia sonora: se divide el aula en varios grupos —cada uno con un instrumento diferente— y se relaciona cada instrumento con una palabra concreta de las que aparecerán en la historia. Después, se narra la historia y el alumnado debe hacer sonar su instrumento en el momento correcto y todos al mismo ritmo.

Una vez definidos los elementos musicales que nos servirán de apoyo, pasemos a los elementos psicológicos como lo es la Musicoterapia Humanista, Motivación Intrínseca y Extrínseca, diferentes tipos de Memoria, Técnicas de Respiración y Relajación.

El modelo de Musicoterapia Humanista, es uno de los receptores de dos grandes herencias de la humanidad: la música y la psicología humanista, que han estado relacionados con la necesidad de trascendencia del ser humano. Estos dos bellos legados forman nuestro centro de donde se desprenden las líneas de nuestro modelo.

Algunos de los beneficios de la musicoterapia son los siguientes:

- *Facilita el creer o volver a creer en sus capacidades y potencial como ser humano, el aprendizaje adecuado para aplicar la empatía, congruencia y aceptación, el crecimiento y desarrollo como persona,*
- *Fortalece y desarrolla autoestima*
- *Favorece la comunicación interpersonal*
- *Ayuda a tomar conciencia del aquí y ahora*

Al escuchar música se activan neurotransmisores (dopamina, oxitocina, endorfinas) que estimulan los centros de placer y felicidad cerebral. Según opina la doctora Melissa Mercadal, psicóloga y Músico-terapeuta de Barcelona, *“lo aprendido en la primera época de la vida es lo último que se olvida, en el caso de las personas con demencia, y eso incluye a la música. Las canciones y música que una persona tiene integrada, siempre evocan emociones que se guardan almacenadas en el cerebro. Recuperándolas, es posible desbloquear las emociones que subyacen ciertas enfermedades”*.

*“Si estás triste y cantas a un volumen alto, sin duda alguna te animarás. La respiración variará de forma inmediata y también tu estado fisiológico. Tendrás mucha más energía, más confianza y mucho menos estrés.”* (Susan Lever, terapeuta vocal, citada por (Alexander, 1994)).

Según el Centre Clínic de Musicoterapia, hoy día son frecuentes las aplicaciones en los campos de la educación (autismo, hiperactividad, síndrome de Down, parálisis cerebral...), salud mental (depresión, estrés, ansiedad,...), geriatría (demencia senil, Parkinson, Alzheimer, enfermos terminales,...) y medicina (dolor, oncología, personas en la UCI,...). También se aplica a otros colectivos, como por ejemplo, en aquellas personas (hombres y mujeres) que han sufrido abusos físicos, sexuales y emocionales e incluso, en el tratamiento de los trastornos de alimentación (anorexia), aunque no existen suficientes estudios científicos al respecto.

En el ámbito de la salud mental, las áreas en las que más se trabaja tanto en niños, adolescentes y adultos, son las relativas a la autoestima y la interpersonal, además de la afectiva.

- *Enfermedades neurológicas, mentales y cerebrovasculares*
- *Trastornos de comunicación y autismo*
- *Hiperactividad y problemas de aprendizaje*
- *Estados depresivos y de ansiedad*
- *Neonatología (bebés)*
- *Estrés y dolor*
- *Influencia en el sistema inmunitario*
- *Oncología*
- *Problemas emocionales*
- *Discapacidades motrices*
- *Tanatología*

### **2.2.1 FASES DE LA METODOLOGÍA DE LA MUSICOTERAPIA HUMANISTA**

1. **Planteamiento del tema.** Es el momento cuando la persona expresa de una manera explícita la necesidad de trabajar algo, o tiene una intención clara para explorar algo; es también cuando el terapeuta inicia el diseño del experimento.

2. **Preparación.** En este momento se prepara al cuerpo y a la psique para que la música o la técnica musicoterapeuta empleada puedan ser recibidos y contactada de manera fluida y menos defensiva. La preparación estará siempre de acuerdo con el planteamiento del tema.

3. **Exploración.** Es el momento cuando empezamos explorar el tema de manera general y a dar tiempo para que la persona identifique los elementos más importantes, los cuales serán la figura del contacto. En el caso de la técnica de música pregrabada es el momento en que se empieza a usar la música.

Esta música es lo suficientemente abierta pero a la vez lo suficientemente relacionada de manera empática con el planteamiento del tema y con la preparación.

4. **Contacto.** Este es el momento del proceso cuando el paciente contacta con algo que le hace figura más claramente.

5. **Intensificación.** Esta fase se relaciona directamente con la plenitud del contacto que experimenta el paciente. Cuando el contacto es pleno el “self” funciona como una unidad o totalidad.

En la fase de intensificación la presencia de la música es fundamental, ya que puede llegar a expandir la conciencia del paciente, por ello el contacto se realizará desde lugares profundos de la psique.

Las obras musicales utilizadas en esta etapa, empatizan con el nivel de intensificación experimentado por el paciente y por lo tanto se tratan de obras con un contenido mayor en dramatismo y energización.

El aquí y él ahora es un producto de la conciencia que se germina en el contacto, y los mensajes de los sentimientos estarán en función de la necesidad auténtica.

Una característica general en esta etapa es que la conciencia del paciente se vuelve más amplia y, gracias a ello, esta fase puede experimentarse de tres maneras: profundidad, intensificación y expansión.

La profundidad con la que se realice el contacto será una diferencia por realizar, ya que necesariamente el contacto será desde un estado ordinario de conciencia. Esto nos lleva a las siguientes preguntas: ¿Con qué se hace contacto? y ¿Qué tan profundo es el elemento contactado en términos del proceso de crecimiento?, ya que se puede hacer contacto con estructuras o elementos de la personalidad conocidos por el paciente que no impliquen riesgo, y no habrá necesariamente un desarrollo de su potencial, ya que el contacto será en el nivel de la máscara, a diferencia de cuando el contacto implicaba un riesgo por los elementos desconocidos o nuevos para el paciente sobre sí mismo, puesto que no son contactos que se logren en un estado ordinario de conciencia.

Este tipo de profundidad es el contacto con estructuras de la psique de mayor profundidad, como el ser superior o el ser inferior. Es la gran oportunidad de encontrarse con los verdaderos estratos de la herida.

En la fase de la intensificación el paciente puede llegar a alcanzar el contacto más profundo con las estructuras de la psique, como, por ejemplo, arquetipos colectivos, descubrimientos de la conciencia de experiencias espirituales o de expansión de conciencia, etcétera, siempre y cuando se desarrolle una psicodinámica que lleve al paciente a esos niveles de conciencia, ya que, por otro lado, la experiencia puede desarrollarse en el sentido de su intensificación.

En esta fase el paciente intensifica su estado energético y la psicodinámica adquiere mayor riqueza por la complejidad que se desencadena en la plenitud del contacto; las emociones alcanzan su estado pleno de expresión, el enojo es enojo, la tristeza es tristeza y el paciente actúa como tal, el sentimiento contactado se vive sin máscara, alcanza su cúspide energética y hay un flujo del organismo a la plenitud de la experiencia debido al torrente de energía que se incrementa.

Otra posibilidad en la psicodinámica en esta etapa de la metodología es la expansión de la visión interna del paciente, un ejemplo de ello es cuando el paciente no profundiza en estructuras de la psique pero descubre nuevos elementos que no había visto anteriormente.

La expansión, metafóricamente hablando, sería trabajar sobre un cierto nivel de la estructura de la psique que permanece como un área ciega del paciente, y que a partir del contacto con esa área ciega penetra la luz de la conciencia, como cuando se abren las persianas de una habitación que se encuentra a oscuras y se encuentran los objetos que hay en la habitación y con los que anteriormente el paciente tropezaba en su vida cotidiana.

Este paso de nuestra metodología se llama intensificación, y es importante aclarar que puede desarrollarse cualquier tipo de psicodinámica en términos de intensificación, profundidad o amplitud y que necesariamente llegarán a un mismo punto, la resolución del proceso.

Sobre estas posibles dinámicas en la psique se desprende una conclusión personal, obtenida en distintas observaciones de procesos diversos tanto grupales como individuales en que la música estuvo presente, y es que pueden trabajarse estratos de la conciencia en distintos niveles, experiencias relacionadas con el nivel a) pre-personal, por medio de contacto con regresiones tanto intrauterinas como experiencias biológicas en que el paciente se vive como un átomo o una mariposa, etc.; b) procesos del ámbito personal: historia de vida, conflictos de pareja, entre otros, y c) experiencias transpersonales, como encuentro con algún arquetipo, experiencias de conciencia expandida, místicas, etc.

**Resolución.** Se produce como consecuencia natural del momento catártico que sucede en la intensificación, en la que el cuerpo se suelta, en donde el corazón está abierto y con necesidad de luz, en donde se dan los insights más importantes. El tipo de música que se ha de utilizar es una música que, sin perder la línea emocional del proceso, contiene armonías más luminosas que brindan al paciente una sensación de esperanza.

**Procesamiento.** Es el momento cuando la persona tiene tiempo para integrar, ya sea verbal o no verbalmente, lo que ha sucedido durante la sesión.

## **2.4 ACTITUDES Y HABILIDADES DEL MUSICOTERAPEUTA HUMANISTA**

Las actitudes de un terapeuta se relacionan directamente a su forma de vida, dichas actitudes son la forma en cómo se crea el contexto y el ambiente psicoterapéutico. Su implicación se relaciona directamente en el paciente en la complejidad de los procesos de la sesión, como en el psicoterapéutico, en donde se desarrolla la dinámica del crecimiento del paciente, ya que las actitudes y las conductas del terapeuta son las que crean el modelaje referencial para el paciente. El paciente aprende la importancia de aceptarse a sí mismo a partir de que se vive aceptado por su terapeuta, sin ser juzgado y menospreciado.

La labor del terapeuta a nivel profesional no se desliga de aspectos personales, porque las actitudes conllevan componentes cognitivos, afectivos y conductuales. Las actitudes

y conductas deben relacionarse con una serie de habilidades que se refieren a las destrezas para ejecutar una actividad, y realizar adecuadamente una tarea, ya que el terapeuta cuenta con el desarrollo de habilidades en distintos grados de competencia frente a un objeto psicoterapéutico determinado. El ser competente estará definido por las características y el nivel adecuado de habilidades para llevar a cabo las técnicas necesarias para resolver problemas o satisfacer necesidades.

Algunas de las habilidades que se requieren por parte del terapeuta son:

### *1. ACTITUD DE EMPATÍA TOTAL*

- Habilidad de escuchar activamente
- La habilidad de la selección adecuada del experimento
- La habilidad de acompañar verbalmente
- Buena elección musical (manejo de la metodología de escucha integral [matriz I y matriz II] manejo de las técnicas de selección musical desde la empatía)
- Actualización musical (habilidad)
- La habilidad de contacto físico respetuoso y pertinente

### *2. ACTITUD DE RIESGO RESPONSABLE*

- Actitud de flexibilidad
- La capacidad lúdica y creativa
- Práctica de algún instrumento (habilidad)

### *3. ACTITUD DE ESTAR EN LA VERDAD*

- Crecimiento personal (actitud)
- Potencia y confrontación (habilidad)
- Tener experiencia de vida.
- Congruencia (actitud)
- Trazar caminos terapéuticos

#### 4. TENDENCIA HACIA LA ESPIRITUALIDAD

- Confianza en el potencial humano
- Confianza en la relación entre la música y el ser humano
- Ser un creador (actitud)
- Intención amorosa (actitud)

Además, los profesionales de la salud mental pueden llevar la musicoterapia directamente a una persona, si esta no puede levantarse de la cama o ir al consultorio del terapeuta, por ejemplo. Disfrutar la terapia musical en casa también puede beneficiar a los niños que desean estar en un entorno familiar durante sus sesiones.

Sin embargo, esto no es exclusivo de la terapia musical, ya que muchos otros tipos de psicoterapia pueden realizarse en casa. Las habilidades que una persona aprende en la terapia musical también pueden ser útiles en su vida diaria. Incluso pueden aprender a tocar un instrumento, que pueden usar como herramienta para mejorar su salud mental y enfrentar las situaciones difíciles en su vida.

Muchos estudios sugieren que la terapia musical puede reducir los sentimientos de ansiedad, incluso en personas con cáncer, aquellas que se someten a cirugía, y personas que están en cuidado intensivo. Algunos estudios también sugieren que la música puede reducir la presión sanguínea y el ritmo cardíaco, lo que puede tener un efecto directo en el estrés que sienten las personas.

También existe evidencia que sugiere que las personas que se someten a la terapia musical experimentan menor **ansiedad** inmediatamente después de la sesión, lo que indica que la terapia musical podría ser una manera conveniente para reducir los síntomas inmediatamente.

La música afecta la cantidad de hormonas del estrés, como la adrenalina y el cortisol, que libera el cuerpo, y reducir estas hormonas puede ayudar a aliviar los síntomas de ansiedad.

Los estudios sugieren que la terapia musical puede mejorar los síntomas de la **depresión**, demostrando que las personas que se someten a la terapia musical junto con tratamientos estándar para la depresión, como una terapia de conversación, mejoran más que las personas que solo reciben la terapia estándar.

Escuchar música también puede liberar dopamina, una hormona que hace que las personas se sientan bien, y endorfinas, que son hormonas que pueden inducir un buen estado de ánimo y aliviar el dolor. Aunque la terapia musical no es una cura para la depresión, puede ofrecer beneficios a corto plazo al mejorar el estado de ánimo y estimular la expresión propia.

Está estructurado en base a 2 paradigmas educativos: *Conductivismo* y *Constructivismo*. Los principales autores en los que se basa el PI son: Skinner y Vigotsky, como principales referentes, en música se basa en Aarón Copland y Alex Mercado, en la cuestión psicológica en Robert Plutchik y el “círculo de las emociones”, Andrea Melamed y Fernández- Abascal con psicología de las emociones.

Definimos las inteligencias múltiples como 12 capacidades cognitivas que poseemos todos y todas en cierto nivel. Estas capacidades son relativamente autónomas y se definieron a partir del estudio de las habilidades mentales identificadas mediante un estudio de casos particulares.

Los distintos tipos de inteligencia pueden desarrollarse mediante la práctica y el refuerzo, por lo que no es innato completamente. El potencial humano juega un papel muy importante en el fomento de las inteligencias múltiples descrito por Howard Gardner.

El doctor (Gardner, 1995), director del Proyecto Zero y profesor de psicología y ciencias de la educación en la Universidad de Harvard, propuso su teoría de las Inteligencias Múltiples en 1993. En ella, llegó a la conclusión de que la inteligencia no es algo innato y fijó que domina todas las destrezas y habilidades de resolución de problemas del ser humano.

Además, ha establecido que la inteligencia está localizada en diferentes áreas del cerebro, interconectadas entre sí y que pueden también trabajar en forma individual,

teniendo la propiedad de desarrollarse ampliamente si encuentran un ambiente que ofrezca las condiciones necesarias para ello.

Los instrumentos diseñados fueron cuestionarios, con preguntas abiertas, ya que se busca que la respuesta dada sea personal, no colectiva o definida hacia algo, sino que sea una forma de expresión que cada uno tiene como individuo, así como en las emociones, podemos sentir una misma emoción, pero las causas de ello son diferentes para cada uno cuando se pregunta de manera personal.

## **2.5 LA MEMORIA**

La memoria es un proceso psicológico imprescindible para codificar, almacenar y recuperar información. Es una facultad psíquica muy útil, por la cual podemos retener y recordar el pasado.

Dicha recuperación puede producirse de forma involuntaria o deliberada. De la misma forma, hay informaciones que se pierden rápidamente y otras que permanecen en nuestro recuerdo toda la vida.

Existen diferentes tipos de memoria que se pueden clasificar de acuerdo con diferentes criterios: su duración, el contenido, el nivel de consciencia, etc. Se analizarán algunos de ellos.

### **2.5.1 TIPOS DE MEMORIA SEGÚN SU DURACIÓN**

- Memoria sensorial

Es la que conserva la información que recibimos a través de los sentidos durante un lapso muy breve. Toda la información sensorial externa (olores, imágenes, sonidos, sabores) que permanece en la memoria un instante antes de procesarse y disiparse.

- Memoria a corto plazo

La memoria a corto plazo es la que utilizamos para analizar lo que ocurre, comprenderlo y poder reaccionar correctamente. Todo este proceso se produce de forma muy breve. Permite la retención, el razonamiento y la reflexión

La memoria a corto plazo posibilita la memoria de trabajo o memoria operativa, que es la que nos permite almacenar y manipular la información guardada, así como asociarla con otras ideas. Entra en juego en la lectura y habilidades lógico-matemáticas, entre otros procesos.

- Memoria a largo plazo

Es la que nos permite almacenar información sin límites de tiempo ni capacidad. Los datos de la memoria a corto plazo pueden pasar a la memoria a largo plazo por medio de la repetición o de la asociación emocional.

## **2.5.2 TIPOS DE MEMORIA DEPENDIENDO DEL CONTENIDO**

Los tipos de memoria en función del contenido son tipos de memoria a largo plazo. Se dividen en tres grandes grupos:

- Memoria episódica

Es la que se refiere a los acontecimientos concretos, a nuestras propias experiencias. Se trata de un contenido biográfico. Así, podemos recordar dónde estuvimos el sábado pasado o qué regalo nos hicieron por nuestro cumpleaños.

- Memoria semántica

Es un archivo de conocimiento que incluye hechos, datos y conceptos, así como vocabulario. Ejemplo: en qué año llegó el hombre a la Luna, cuál es la capital de Italia, qué río pasa por París, etc.

- Memoria procedimental

Se denomina así a la que almacena habilidades y destrezas motoras. Por ejemplo, caminar, conducir, tocar un instrumento musical, etc.

### **2.5.3 TIPOS DE MEMORIA EN FUNCIÓN DEL NIVEL DE CONSCIENCIA**

- Memoria implícita

La que no necesita un esfuerzo consciente para recuperar la información. Por ejemplo, atarnos los zapatos.

- Memoria explícita o declarativa

La que sí necesita dicho esfuerzo consciente. Por ejemplo, recordar la respuesta de una pregunta de examen o recordar un número de teléfono.

- Memoria retrospectiva

Es la que utilizamos cuando nos retrotraemos al pasado para recordar algo que ya sucedió, por ejemplo, a qué restaurante fuimos el fin de semana pasado.

- Memoria prospectiva

Cuando necesitamos anticiparnos al futuro para obtener información sobre algo que ocurrirá. Por ejemplo, qué día tenemos visita con el dentista.

Antes de terminar, hay que dejar claro que los diferentes tipos de memoria están relacionados entre sí y se solapan. Por ejemplo, la memoria episódica es un tipo de memoria a largo plazo; la memoria biográfica necesita de la memoria semántica para valerse de palabras o conceptos que acaben de darle sentido, etc.

## 2.6 LA NUEVA ESCUELA MEXICANA

Dentro del Plan 2022 se involucra el área de las Artes como parte del campo formativo de Lenguajes, dentro de este enfoque Socio-formativo, indica que los estudiantes generen proyectos en los cuales sean útiles a su contexto. El contenido de la Fase 6 “Identidad y sentido de pertenencia en manifestaciones artísticas” (SEP, 2022), cuyo Proceso de Desarrollo del Aprendizaje (PDA) indica “Crea propuestas artísticas utilizando intencionalmente características de algunos estilos artísticos, a favor de la interculturalidad crítica, para fortalecer la identidad personal y colectiva” para tercer grado de secundaria considero que la Musicoterapia es una fuente de apoyo para lograrlo no sólo porque se involucra como un arte, sino porque es una herramienta para lograr que el alumno encuentre su identidad y pueda compartirla en su entorno.

En el contenido “Los lenguajes artísticos en la expresión de problemas de la comunidad” cuyo PDA indica “Experimenta con técnicas artísticas y elige una que implemente en un proyecto escolar creativo, para imaginar posibles soluciones a problemas de la comunidad” la terapia musical puede apoyar en la resolución de conflictos dentro de su comunidad como una parte reflexiva del entorno social en el que se desenvuelven los adolescentes.

Algunos de los contenidos con sus procesos de desarrollo de aprendizaje para 3ro de Secundaria son:

- Identidad y sentido de pertenencia en manifestaciones artísticas: crea propuestas artísticas utilizando intencionalmente características de algunos estilos artísticos, a favor de la interculturalidad crítica, para fortalecer las identidades personal y colectiva.
- Valor estético de la naturaleza, de la vida cotidiana y de diferentes manifestaciones culturales y artísticas: identifica algunas categorías estéticas como lo bello, lo sublime, lo grotesco, lo trágico, lo cómico y lo siniestro, al apreciarlas en la

naturaleza y en la vida cotidiana, para compartir sus juicios y difundirlos en la comunidad.

- Expresión artística de sensaciones, emociones, sentimientos e ideas, a partir de experiencias familiares, escolares o comunitarias: usa intencionalmente características y funciones de algunos géneros artísticos, para crear una obra original que simbolice sus vínculos con la comunidad.
- Memoria colectiva representada por medios artísticos, para registrar experiencias comunitarias: Manifiesta una postura crítica sobre la memoria colectiva, acerca de un acontecimiento relevante para la comunidad, al hacer uso de los lenguajes artísticos.

### 3. IDENTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

- Diagnóstico de necesidades:
  - Elevar su autoestima para que puedan aspirar a una mejor calidad de vida en un futuro.
  - Mejorar su nivel académico para tener mejores oportunidades, tanto educativas como laborales cuando se integren a ello.
  - Conocerse a sí mismos para desarrollarse de una mejor forma durante la adolescencia y tener un mejor control sobre su sentir emocional.

Por medio de la musicoterapia se busca mejorar el rendimiento académico junto con el desarrollo personal y emocional en alumnos de nivel básico de Secundaria; a través de instrumentos como la entrevista, cuestionarios, observación directa, diario de campo, entre otros se busca recolectar datos para la intervención y su implementación de manera correcta y efectiva.

La terapia musical no depende de la comunicación verbal, así que puede ser mejor para las personas que tienen problemas para comunicarse verbalmente. Esto podría deberse a una discapacidad, una afección neurodegenerativa como demencia, una lesión cerebral adquirida o una afección de salud mental.

Gran parte de que los alumnos no tengan un buen rendimiento escolar, es que sufren algunos malestares como: ansiedad, estrés, poca retención (fallas en la memoria a corto plazo) debido al confinamiento causado por Covid-19. Por ello “Musicología” fue diseñado, tomando elementos sobre las teorías como el Conductismo y Constructivismo (antes ya explicadas), elementos sobre la Música, Memoria, Motivación (Extrínseca e Intrínseca).

## **3.1 TÉCNICAS DE RELAJACIÓN PARA EL ESTRÉS**

El estrés crónico puede ser malo para su cuerpo y mente. Lo puede poner en riesgo de problemas de salud como presión arterial alta, dolores de estómago, dolores de cabeza, ansiedad y depresión. Utilizar técnicas de relajación puede ayudarlo a sentirse tranquilo. Estos ejercicios también pueden ayudarlo a manejar el estrés y aliviar los efectos que este tiene en su cuerpo.

¿Cómo ayuda la relajación? Cuando usted siente estrés, su cuerpo responde liberando hormonas que aumentan su presión arterial y elevan su frecuencia cardíaca. Esto se denomina respuesta al estrés.

Las técnicas de relajación pueden ayudarle a su cuerpo a relajarse y disminuir su presión arterial y su frecuencia cardíaca. Esto se denomina respuesta de relajación. Existen muchos ejercicios que puede probar. Averigüe cuáles pueden funcionarle mejor.

### **3.1.1 RESPIRACIONES PROFUNDAS**

Una de las maneras más simples de relajarse es practicando la respiración profunda. Usted puede hacer respiraciones profundas casi en cualquier lugar.

- Siéntese o acuéstese y coloque una mano sobre su estómago. Coloque su otra mano sobre su corazón.
- Inhale lentamente hasta que sienta que su estómago se eleva.
- Aguante la respiración por un momento.
- Exhale lentamente, sintiendo su estómago descender.

Existen también muchos otros tipos de técnicas de respiración que puede aprender. En muchos casos, usted no necesita una gran cantidad de instrucción para poder hacerlos por sí mismo.

## 🎵 *Meditación*

La meditación involucra concentrar su atención para ayudarlo a sentirse más relajado. Practicar la meditación puede ayudarlo a reaccionar de manera más calmada a sus emociones y pensamientos, incluso aquellos que le provocan estrés. La meditación se ha practicado por miles de años y existen muchos estilos distintos.

La mayoría de los tipos de meditación usualmente incluyen:

- Atención enfocada. Usted puede concentrarse en su respiración, en un objeto o en un conjunto de palabras.
- Silencio. La mayor parte de la meditación se realiza en lugares silenciosos para limitar las distracciones.
- Posición corporal. La mayoría de las personas cree que la meditación se lleva a cabo sentado, pero también se puede hacer acostado, caminando o de pie.
- Una actitud abierta. Esto significa que usted se mantenga abierto a los pensamientos que vengan a su mente durante la meditación. En lugar de juzgar estos pensamientos, usted los deja pasar llevando su atención de vuelta a su concentración.
- Respiración relajada. Durante la meditación, usted debe respirar de manera lenta y tranquila. Esto también lo ayuda a relajarse.

Con el actual ritmo de vida no somos conscientes de que realizamos una respiración incorrecta. Solemos respirar de forma acelerada y superficialmente, sin aprovechar al máximo nuestra capacidad pulmonar. Asociada a este hecho está la aparición de diferentes problemas de salud comunes en las grandes metrópolis, como el estrés y la ansiedad, las cuales a su vez dificultan aún más el ejercicio de respiración.

Una correcta respiración es clave para tener una buena salud. En Occidente nunca se le ha dado demasiada importancia al ejercicio de respirar que la de sustentar nuestra existencia, pero en Oriente sí encontramos esto. Concretamente con la disciplina del yoga, donde dan gran importancia a la correcta respiración consciente para tener una buena salud de nuestro cuerpo y mente.

### ✓ *Respiración diafragmática o abdominal*

Este tipo de respiración se basa en el movimiento del diafragma, el músculo de forma cóncava que separa la cavidad torácica de la cavidad abdominal y que es responsable de la actividad de respirar. Al inspirar, los pulmones se llenan poco a poco de aire, empujando al diafragma, que a su vez empuja los órganos de la cavidad abdominal, dando la sensación que se está hinchando el vientre. Por este motivo también se conoce como respiración abdominal.

Al exhalar, los pulmones se vacían de aire y van ocupando menos espacio, quedando en una zona más restringida. El diafragma regresa a su posición inicial. En el yoga se conoce como respiración baja.

Se recomienda que para empezar es mejor hacerlo acostándonos boca arriba, y a medida que se domina la técnica ir pasando a otras posturas, como por ejemplo estando sentados o de pie. Se tiene que estar cómodo, con las manos sobre el abdomen, y realizar el ejercicio de respiración con la nariz.

Para empezar es necesario expulsar a fondo el aire de los pulmones, para así provocar una inspiración profunda por falta de aire.

- Inspira profundamente y lentamente, hinchando el abdomen relajado.
- Retén el aire por un instante.
- Cuando sientas la necesidad de exhalar, hazlo de forma larga, lenta y profunda.
- Quédate sin aire en los pulmones por un instante, y cuando tenga la necesidad de inspirar, repite los pasos.

Durante el ejercicio es también recomendable hablar (por ejemplo uso de la expresión OM), ya que las vibraciones sonoras ayudan a controlar la velocidad y ritmo de las inspiraciones y las exhalaciones, además de un efecto relajante en la caja torácica.

### ✓ *Respiración costal o torácica*

Este tipo de respiración se basa en la separación de las costillas para una expansión de la cavidad torácica. Esto ocurre cuando se llena la zona media del pulmón, algo que se consigue una vez se ha llenado la parte baja gracias a la respiración diafragmática.

Esta clase de respiración se realiza de forma muy frecuente sin darnos cuenta. En el yoga se conoce como respiración media.

La posición recomendable para este tipo de respiración es estando sentados, con la espalda derecha pero sin forzar y colocar las manos sobre las costillas.

- Expulsa el aire a fondo y tensa el abdomen, que ayudará a vaciar los pulmones.
- Inspira manteniendo la tensión en el abdomen, permitiendo la expansión de las costillas. Verás que cuesta más que en la respiración diafragmática.
- Retén el aire unos instante, para seguidamente expirar todo el aire lento y continuo. Repetir proceso.

#### ✓ *Respiración clavicular*

En este tipo de respiración nos centramos en la parte más alta del pulmón, que es de menor volumen que las anteriores, por lo que capta menos aire. En la inspiración parece que se levante las clavículas, de ahí el nombre. En el yoga es la respiración alta.

Esta clase de respiración se puede apreciar en personas que están sufriendo un ataque de ansiedad o de nervios, teniendo unas inspiraciones y exhalaciones cortas y rápidas, ya que tienen un bloqueo del diafragma por causas emocionales. También predomina en mujeres embarazadas, sobre todo en los últimos meses, cuando el bebé ocupa la mayor parte de la cavidad abdominal y no permite trabajar al diafragma de forma correcta.

Para empezar, en postura sentada, cruzamos los brazos, posando las manos sobre las costillas.

- Realiza una exhalación profunda y al final de esta contraer las abdominales y realizar presión con nuestras manos sobre las costillas.
- Inspira intentando levantar las clavículas, pero no los hombros. Verás que a pesar de ser el esfuerzo mayor que en la respiración costal, el aire captado es más bien escaso.
- Expulsa el poco aire que se ha podido captar.

### ✓ *Respiración completa*

Este tipo de respiración, también conocido respiración yóguica, es la finalidad del dominio de las tres técnicas antes mencionadas, y es la unificación de todas ellas, en busca de un control consciente de la respiración.

Este ejercicio se puede hacer tanto tumbados como sentados, aunque si se es principiante siempre es mejor hacerlo acostados. La actividad hay que realizarla de forma relajada, respirando por la nariz, y puede ayudar la pronunciación en alto de la expresión OM.

- Vaciar los pulmones con una exhalación profunda.
- Comienza la inspiración lenta por descenso del diafragma (respiración diafragmática).
- Continúa inspirando aire dilatando las costillas (respiración costal).
- Sigue inspirando mientras levantas las clavículas (respiración clavicular).
- Retén el aire unos instantes.
- Comienza la exhalación relajada a la inversa de la inspiración, es decir, haciendo que primero salga el aire de la parte alta, seguido de la media y por último de la zona baja de los pulmones.
- Mantente unos segundos sin aire en los pulmones, y vuelve a empezar el ciclo.

Este tipo de respiración se lleva a cabo en tres fases para inspirar y otras tres para exhalar, ya que se trata de la combinación de las otras técnicas de respiración. Los expertos en yoga recomiendan que se doble el tiempo que se lleva a cabo la exhalación en comparación con la inspiración.

### 3.1.2 MOTIVACIÓN

La motivación es un proceso complejo en relación al cual no hay uniformidad de criterio entre los distintos especialistas en la materia, aunque sí existe cierto consenso para definirla como un conjunto de procesos implicados en la activación, la dirección y la persistencia de la conducta (Beltrán, 1993; Bueno, 1995; McClelland, 1989, etc.).

La memoria es la base del aprendizaje y sabemos que “sin atención no hay memoria”, entonces ¿cómo es posible mantener la atención focalizada en un tema cuando millones de estímulos del entorno o del interior del organismo bombardean continuamente el cerebro? Gracias a la motivación, que desempeña un papel imprescindible los procesos de la atención, la memoria y por lo tanto en el aprendizaje, puesto que es la responsable de mantener la atención y de sostenerla en el tiempo.

Etimológicamente la palabra motivación significa “motivo para la acción”, y a nivel cerebral se refleja en la percepción de un estímulo que es interpretado por el sistema activador reticular ascendente, el SARA, que actúa como un primer filtro analizando si el estímulo es de interés para la supervivencia. Si la información pasa el filtro del SARA (lo que no ocurre para el 95% de los estímulos que evalúa como intrascendentes para la supervivencia), ésta llega al área teg-mental ventral y al sistema amigdalino, donde es de nuevo evaluada en términos de dolor-placer de modo que, si el estímulo resulta peligroso para la supervivencia es rechazado y guardado en la memoria emocional para ser reconocido y actuar en el futuro, mientras que si el estímulo es percibido como una posible recompensa o fuente de placer, la información seguirá su camino hasta llegar al núcleo accumbens, en donde se producirá la liberación del neurotransmisor conocido como dopamina.

La dopamina es la responsable de crear esa tensión que se siente antes de un acontecimiento importante o de conseguir una recompensa, es la tensión que mueve a la acción desde las áreas motoras, provocando con ello la liberación de adrenalina y noradrenalina, neurotransmisores que actúan como “combustible” y permiten al cerebro mantener una atención sostenida una vez la información ha llegado a los lóbulos prefrontales, en donde será analizada racionalmente y nos permitirán mantener la acción hasta la consecución de la recompensa buscada.

Finalmente, una vez obtenida la recompensa, sea esta porque se ha alcanzado un objetivo, satisfecho una necesidad o aprendido algo nuevo, tiene lugar la liberación de otro neurotransmisor llamado serotonina, cuya misión es la de producir un estado mental de calma, paciencia, serenidad, control de uno mismo, adaptabilidad y un humor estable, favoreciendo el predominio de la razón sobre la emoción.

La motivación, por tanto, es un proceso interno en el que la dopamina juega un papel fundamental para mantener el foco de atención sostenido en el tiempo, es decir, es un excelente potenciador de la atención y la memoria al colaborar en la fijación de los conocimientos en la memoria a largo plazo, y por lo tanto desarrolla un papel preponderante en el aprendizaje.

Trabajar sobre el rendimiento académico de los estudiantes y su mejora, es necesario tener en cuenta los aspectos cognitivos y los motivacionales.

Dentro de las principales teorías que analizan la motivación destacan tres constructos interrelacionados como determinantes de la motivación escolar, los patrones de atribución causal, el auto concepto, y las metas de aprendizaje:

- Los patrones de atribución causal: hacen referencia a que los patrones que sigue el estudiante sobre las causas de sus resultados están determinados en gran medida por las consecuencias afectivo-emocionales que se derivan de la realización de una tarea y por el éxito o el fracaso que ha obtenido en dicha realización (Teoría Atribucional de la Motivación de Logro de Weiner).
- El auto-concepto: conceptualmente en el contexto educativo es el resultado de un proceso de análisis, valoración e integración de la información derivada de la propia experiencia y del feedback de compañeros, padres y profesor, de modo que el rendimiento del estudiante no va a depender tanto de la su capacidad real como de la capacidad creída o percibida por él. Según Bandura (1987), existe una notable diferencia entre poseer una capacidad y saber utilizarla en situaciones diversas debido a que el sujeto anticipa el resultado de su conducta a partir de las creencias y valoraciones que hace de sus capacidades, generando así expectativas de éxito o de fracaso que repercutirán sobre su motivación y rendimiento.

Diversas investigaciones han demostrado la correlación significativa que existe entre autoestima (valoración positiva o negativa del auto-concepto) y el locus de control:

- a. Los sujetos con baja autoestima suelen atribuir sus éxitos a factores externos e incontrolables como el azar, y sus fracasos a factores internos estables e incontrolables, como una baja capacidad.
- b. Los sujetos con alta autoestima suelen atribuir sus éxitos a factores internos y estables como la capacidad, o a factores internos, inestables y controlables como el esfuerzo, mientras que atribuyen sus fracasos a factores internos y controlables, como la falta de esfuerzo.

Atendiendo pues a este esquema, podemos deducir que en la medida en que desarrollemos la autoestima de los alumnos también mejoraremos su atribución causal.

- Las metas de Aprendizaje: Los deseos para aprender que mueven a cada estudiante pueden ser internos o externos. Entre los internos encontramos, la curiosidad, la preferencia por el reto, el deseo de saber o el mero interés por aprender; en tanto que entre los deseos externos podemos encontrar la obtención de notas, las recompensas, los juicios positivos, la aprobación de padres y profesores, o la evitación de las valoraciones negativas. Estas dos orientaciones se identifican con dos tipos distintos de motivación:
  - A. *Motivación intrínseca*: identificada como el interés por parte del sujeto en desarrollar y mejorar su capacidad, generando con ello un patrón motivacional denominado de “dominio” que le lleva a aceptar y plantearse retos y desafíos para aumentar sus conocimientos y habilidades.
  - B. *Motivación extrínseca*: que reflejan el deseo del sujeto por mostrar a los demás su competencia y de obtener juicios positivos, más que por el interés por aprender. En este caso, el patrón motivacional se conoce como de “indefensión”, y hace que el sujeto trate de evitar los retos o desafíos escolares por miedo a manifestar poca capacidad para realizar con éxito la tarea.

En consecuencia, estos factores y su interrelación determinarán en gran medida la motivación escolar, y para entender y explicar el rendimiento de un alumno será necesario tener en cuenta tanto sus capacidades reales como la capacidad creída o percibida por él a la hora de realizar las diferentes tareas escolares.

En la actualidad existen pocos estudios sobre el impacto que ejerce el dominio emocional sobre el aprendizaje de los estudiantes, y solo se han analizado los efectos cognitivos de varios tipos de emociones, la ansiedad y el estado anímico, dejando fuera los efectos motivacionales. Sin embargo, se conoce que la inteligencia emocional está relacionada con la motivación, ya que una persona es inteligente emocionalmente en la medida en que conoce sus emociones, es capaz de regularlas en lo personal y en lo social, y puede mejorar su propia motivación.

La **motivación intrínseca** es aquella que procede del propio sujeto, que está bajo su control y puede auto-reforzarse, y cuando se disfruta ejecutando una tarea se induce una motivación intrínseca positiva; es más, incluso aquellas emociones positivas que no están directamente relacionadas con el contenido de la tarea pero que proporcionan satisfacción pueden ejercer también una influencia positiva en la motivación intrínseca.

En cuanto a la **motivación extrínseca** se refiere, en contraposición a la intrínseca, se define como aquella que procede de fuera y que conduce a la ejecución de la tarea; así, todas las clases de emociones relacionadas con resultados influirían en la motivación extrínseca de tareas, pudiéndose distinguir entre emociones prospectivas y retrospectivas ligadas a los resultados:

- Las emociones prospectivas están ligadas directamente a los resultados de la tarea, como son las notas o las alabanzas de profesores y padres, y producen emociones como expectativas de disfrute y esperanza, que a su vez se traducirían en motivación extrínseca positiva, es decir, en motivación para realizar la tarea con el objetivo de obtener resultados positivos para el estudiante.
- Las emociones retrospectivas como son la alegría por los resultados, la decepción, el orgullo, la tristeza, la vergüenza o la ira, actúan fundamentalmente como reacciones retrospectivas a la tarea y a sus resultados, es decir, tienen una función evaluativa, de modo que experiencias agradables que se asocian a resultados

positivos, como una buena nota, la alabanza de los padres, etc., y el hecho de sentirse orgulloso por ello, conduce a un incremento de la apreciación subjetiva de alcanzar ese tipo de resultados, mientras que experimentar decepción o vergüenza conduce a alcanzar resultados negativos. Por tanto, las emociones evaluativas pueden servir de base para desarrollar la motivación extrínseca en la ejecución de tareas académicas.

La suma de motivación intrínseca positiva y motivación extrínseca positiva produce en el estudiante una *motivación total* para la realización de la tarea. En cuanto a las emociones negativas pueden repercutir básicamente de dos formas: por un lado, emociones negativas como la ansiedad, la ira, la tristeza, etc., pueden provocar una reducción del disfrute en la tarea, incidiendo con ello en la reducción de la motivación intrínseca, o bien generar una motivación intrínseca de “conducta de evitación” conducente a la no ejecución de la tarea.

Por otro lado, las emociones negativas pueden provocar también una motivación extrínseca negativa con conducta de evitación porque está vinculada con experiencias pasadas negativas. Entre estas emociones negativas que llevan a la no ejecución o evitación está el “aburrimento”, que se presume produce motivación negativa por evitación para realizar la tarea, es decir, podría conducir a escapar cognitivamente de la tarea o podría motivar a buscar otra tarea o alternativa que recompense más, reduciendo la motivación intrínseca y llegar incluso al decaimiento de la motivación total hacia la tarea aun cuando la motivación extrínseca sea elevada.

En lo que al impacto de las emociones en el aprendizaje y el rendimiento se refiere, en general, podemos mantener que las emociones positivas producen efectos positivos que repercuten favorablemente en el aprendizaje, mientras que las emociones negativas pueden producir tanto efectos negativos como positivos, y el resultado final dependerá de la intensidad de cada uno de esos efectos.



Limitaremos el problema en la cuestión emocional óptima para mejorar el rendimiento académico del estudiante. **“Musicología”** es una alternativa como complemento para el desarrollo cognitivo-emocional de alumnos de secundaria (3º) para mejorar su equilibrio personal con el rendimiento educativo. Mediante la Musicoterapia se busca cumplir ese propósito como instrumento para desarrollar el PI, y se obtengan resultados favorables.

El PI **“Musicología”** consta de 2 etapas:

- 🌐 La primera es el trabajo con las emociones y la relación de la música en ello, como parte de su desarrollo Físico-Emocional-Cognitivo
- 🌐 Y una segunda etapa donde se trabajará con la pedagogía en la mejora de su aprendizaje, apoyada de las neurociencias (Motivación intrínseca-Extrínseca, diferentes tipos de Memoria) y su aplicación en su quehacer escolar para mejorar su aprendizaje, y tener una mayor claridad con respecto al futuro.

### **3.2 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN**

*¿Cómo funciona la musicoterapia en alumnos de 3° de secundaria para mejorar el rendimiento académico?*

### **3.3 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA**

Se identifica que en alumnos de secundaria son propensos a tener problemas de ansiedad, estrés, depresión y bajo rendimiento académico, por lo cual se realizan pruebas a 9 estudiantes de entre 14 y 15 años de edad los cuales cursan sus estudios de secundaria en diversas escuelas públicas y particulares.

Los alumnos (sujetos de la investigación) son:

Secundaria 44 “Rosario Gutiérrez Eskildsen”: Daniela Mora, Claudia Sánchez y Mateo Jiménez

Colegio México: Lucy Santamaría, Allison Peña y Kevin Martínez

Secundaria Técnica #79: Irving Xoxpa, Adrián Xolalpa y Jesús Gutiérrez

Es un taller que constará de 8 a 10 sesiones (depende de los resultados que vayan arrojando).

Las sesiones son de 1 vez por semana en las diferentes instituciones educativas, dejando espacio entre cada una de las sesiones para no interrumpir demasiado la labor docente ni cruzarse con el calendario escolar.

Se lleva un registro de datos recolectados, análisis y conclusiones respecto a lo que es la Intervención con los resultados que arrojan.

Se desarrollan en un contexto al sur de la CDMX, en la Alcaldía Xochimilco, con 3 poblaciones de estudiantes del “Colegio México” y de la Escuela Secundaria Diurna No. 44 “Rosario Gutiérrez Eskildsen” y la Escuela Secundaria Técnica #79, que a pesar de estar en la misma alcaldía, viven en circunstancias diferentes: mientras que los

alumnos del colegio México son de una clase socio-económica Media- Alta, los de la secundaria 44 son más desfavorables dentro de una clase Baja-Media.

Ello me da apertura para tener un muestreo más amplio en la recolección de información y aplicar ampliamente la Musicoterapia en ellos, comparten sentimientos como: miedo, confusión, incertidumbre, abandono con respecto al futuro y se refleja en su rendimiento académico.

Colegio México: Son estudiantes con disposición a la realización de actividades, ordenados y acatan indicaciones, hay un ambiente de respeto y tolerancia entre ellos y hacia los docentes.

Secundaria Diurna 44: los estudiantes son renuentes en la realización de las actividades, hay poco orden (hay que controlarlos), acatan indicaciones con cierto recelo y duda, hay un ambiente de respeto entre ellos y los profesores, pero la tolerancia es menor en general.

Secundaria Técnica #79: estudiantes apáticos en la realización de las actividades, muy inquietos y les cuesta acatar órdenes, pero efectivos y participativos en las actividades, no confían fácilmente en el maestro.

#### 4. CRONOGRAMA propuesta

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>FECHA</b>	<b>ACTIVIDAD DE EVALUACIÓN</b>	<b>EVIDENCIA</b>	<b>DATOS INTERESANTES QUE ARROJA EL ANÁLISIS DEL INSTRUMENTO</b>
<b>Entrevista</b>	13/02/2023 15/02/2023 17/02/2023	Interés y conocimiento sobre la musicoterapia	Fue oral, para crear vínculo y confianza con los sujetos de manera personal	Interés por conocer sobre la musicoterapia y las actividades a realizarse durante la intervención
<b>Cuestionario 1</b>	27/02/2023 01/03/2023 03/03/2023	Conocimientos sobre música y conocer los gustos personales de los sujetos	Cuestionarios	Muestra el conocimiento común y general sobre la música, poco conocimiento sobre el significado de algunas terminologías utilizadas en música, y la diversidad de géneros que gustan, mayormente 1 predomina pero están abiertos a escuchar y conocer otros.
<b>Conceptos básicos de música</b>	21/03/2023 22/03/2023 23/03/2023	Identificar en los alumnos los conocimientos iniciales que tienen con respecto a la música de manera general para con ello conocer sus	Diario de Campo	En ésta tercera sesión fue para diagnosticar el estado en que se encuentran anímicamente, algunos conceptos básicos sobre su percepción sobre conocimientos generales de música y también para captar su atención e interés

		intereses dentro de su vida social.		sobre la participación en el proyecto.
<b>Escuchando el corazón</b>	19/04/2023 20/04/2023 21/04/2023	Sensibilidad y Apertura a las emociones causadas por la música.	Diario de Campo	Es un ejercicio de escucha, y les genera emociones diferentes a los sujetos, con algunos genera incertidumbre al respecto, y en otros evoca recuerdos sobre alguna vivencia o experiencia, triste o melancólica.
<b>Ritmo, Melodía y Armonía: Música</b>	24/04/2023 25/04/2023 26/04/2023	Identificar los elementos en una canción y en su vida	Cuestionarios (Cuestionario 2)	El ejercicio arroja los conocimientos adquiridos en sesiones pasadas y sus experiencias personales, relacionan todos los elementos que se han trabajado hasta ahora.
<b>Técnica de Respiración</b>	08/05/2023 09/05/2023 10/05/2023	Conocer Técnicas de Respiración y Meditación Básica	Observación directa y participación activa	Usar la respiración como forma de relajación y meditación para estar en equilibrio consigo mismo
<b>Emociones: ¿Qué son? Emociones básicas primarias</b>	22/05/2023 23/05/2023 24/05/2023	Conocer y reconocer las emociones primarias	Diario de Campo	Se obtuvieron datos sobre el conocimiento de sus emociones, sus experiencias y la relación que han tenido con la música.
<b>Neurociencias: Motivación Intrínseca y Extrínseca</b>	29/05/2023 30/05/2023 31/05/2023	El motor interno que nos mueve	Reflexión escrita	Conocieron los impulsos que los mueven y motivan a realizar actividades, y las aspiraciones que tienen sobre el futuro

<b>Memoria y Música: Canciones de Vida</b>		Escuchar diversas canciones	Reflexión oral	Asocian canciones con recuerdos de su vida, algunos alegres, otros tristes que forman parte de su historia de vida

## 5. RESULTADOS

Al realizar la implementación de “Musicología” se obtuvieron los siguientes datos:

<b>Escuela</b>	<b>Sujetos</b>	<b>Actividad</b>	<b>Resultados</b>
Colegio México	Lucy Santamaría Allison Peña Kevin Martínez	<b>Cuestionario 1</b>	Conocen los conceptos básicos de la Música y las Emociones, le dan importancia a las artes en la institución
		<b>Cuestionario 2</b>	Tuvieron fluidez al responder, tenían claras las ideas sobre lo que se les pregunta
Secundaria 44 “Rosario Gutiérrez Eskildsen”	Daniela Mora Claudia Sánchez Mateo Jiménez	<b>Cuestionario 1</b>	Tienen poco conocimiento de los conceptos básicos de Música, tienen idea sobre ¿qué son las emociones? No tienen un concepto claro de ello
		<b>Cuestionario 2</b>	Les costó un poco de trabajo definir algunas cosas como su gusto musical y sobre cómo relacionar un adjetivo a las asignaturas
Secundaria Técnica #79	Irving Xoxpa Adrián Xolalpa Jesús Gutiérrez	<b>Cuestionario 1</b>	No tienen los conceptos o terminología sobre Música ya que no llevan la asignatura, como tampoco prestaron mucha importancia sobre la definición de Emoción
		<b>Cuestionario 2</b>	No tuvieron problema al definir sus gustos musicales y sobre

			relacionar un adjetivo con una asignatura, no lo tomaron en serio. Hay poco interés sobre conocerse a sí mismos en cuestión de salud emocional y mental
--	--	--	---

## I. Sesión 1: Entrevista

En la sesión 1 se realizó una entrevista oral para conocer su interés hacia participar en la I del PDE, generar la confianza entre el Investigador-Sujeto, la empatía en ambas partes para la cooperación en las actividades y lo que pensaban que sería el trabajo que se realizaría.

Los alumnos del “Colegio México” les generaban cierto interés en participar, aún sin saber a ciencia cierta lo que se iba a realizar, lo tomaron como algo “bueno para ellos” y estaban a la expectativa de lo que se realizaría. Al ser una escuela Privada, tenían la disposición a trabajar en algo nuevo a diferencia de los alumnos de escuelas Públicas, pero a su vez se mostraban más desafiantes conmigo.

En cuanto a los alumnos de las secundarias públicas (diurna #44 y técnica #79), la tomaron como un escaparate a las actividades que comúnmente realizaban, aunque un poco apáticos porque me relacionaron con los profesores, y mostraron cooperación sintiéndose obligados. Accedieron a realizarla pensando que era una salida a las labores que a diario tienen. Al transcurrir el tiempo de la entrevista, dándose cuenta que no era como los profesores de asignatura, se mostraron más accesibles a cooperar y exponer sus dudas sobre lo que se realizaría.

En la entrevista pude observar un poco de su personalidad: si son extrovertidos, introvertidos, carismáticos, serios, sociales, etc. son jóvenes acorde a su edad, con gustos e intereses afines, miedos e incertidumbre hacia el futuro, y sobre qué tipo de personas quieren ser y los objetivos a lograr, tienen una conciencia sobre el futuro, pero no muy clara debido a la “pausa” que causó la pandemia.

## II. Sesión 2 y 5: Cuestionario 1 y 2

Sobre los cuestionarios aplicados, fueron preguntas simples a primera vista, pero entre ellas estaban preguntas que les causaron curiosidad a algunos de los estudiantes en quienes se realizó la I. Los mencionaré en el orden que se realizó el cuadro anterior.

### Cuestionario 1

*Colegio México:* Lucy Santamaría mostró particular interés a la I, le gusta mucho la música (estudia violín) y ésta parte de como involucrarla en su vida cotidiana más allá de simplemente escucharla o ser una actividad independiente de las demás. Mostro algunas emociones como melancolía al comenzar a asociarla con algunas de las canciones que se ponían de fondo en lo que realizaban la actividad, esto para amenizar y también para observar sus reacciones a ciertas canciones.

*Secundaria 44 "Rosario Gutiérrez Eskildsen":* Daniela Mora es una alumna con mucha energía, quiere hacer reír a los demás, parece que no se concentra, pero hay mucha atención y dedicación al realizar las actividades, al no entender o tener clara la idea, pierde el interés hasta que se le explica eso que no entiende, y hay cierto recelo en mostrar sus reacciones a los demás.

*Secundaria Técnica #79:* Irving Xoxpa es un alumno de comportamiento sereno, realizó la actividad sin mostrar más que el interés necesario, le atrae saber más sobre la Música y su relación con las emociones, pero su entorno no lo favorece, y le cuesta trabajo independizarse de ello o de los otros compañeros.

### Cuestionario 2

*Colegio México:* Estaban algo confundidos al inicio porque pensaban y esperaban que fueran más complejas las preguntas ya que las sintieron fáciles, no les vieron mucha relevancia con lo que se venía trabajando (fue unas sesiones después el segundo cuestionario) pero lo respondieron acatando la indicación y sin poner barreras de resistencia o apatía.

*Secundaria 44 "Rosario Gutiérrez Eskildsen":* Les pareció divertido que estuviera una lista de adjetivos para las asignaturas, porque las relacionaban con los maestros que

las imparten y cómo los ven desde su perspectiva, se sintieron cómodos con la realización de este segundo cuestionario.

*Secundaria Técnica #79:* Les llamó más atención y les pareció más “fáciles” las preguntas e interesantes, se sintieron más cómodos pero algo confundidos de por qué no se realizó en primer lugar que el otro, se sentían algo confundidos por ello y posteriormente más curiosos a las actividades.

### **III. Sesión 3: Conceptos básicos de música**

En esta tercera sesión se abordaron algunos conceptos básicos de la Música, ya más técnicos como los elementos del ritmo, melodía y armonía, conocer los elementos de la partitura: clave de sol, pentagrama, compás, nombre y ubicación de las notas, figuras rítmicas, *tempo* (pulso), familias de instrumentos en una orquesta como: cuerda (violines, violonchelo, contrabajo), alientos madera (oboe, flautas, clarinetes), metales (trompeta, trombón, tuba) percusión (triángulo, platillos, timbales) por mencionar algunos. Y en la música popular cuáles son los más utilizados y la perspectiva acorde a un género a grandes rasgos.

### **IV. Sesión 4: Escuchando el corazón**

En ésta cuarta sesión les puse diversos audios con música de diversos géneros, tanto clásica, popular (pop, rock, salsa, balada, bolero) y jazz. Sus reacciones fueron muy diversas, esto por sus contextos en los que se desarrollan.

*Colegio México:* las alumnas Lucy Santamaría y Allison Peña se identificaron más con la música clásica en cuestión de personalidad, que externamente son muy sociales y carismáticas, pero por dentro tienen cierta calma, serenidad, tranquilidad. En el caso de Kevin Martínez se identificó con el rock, al ser tranquilo externamente, por dentro tiene una personalidad dura, carácter fuerte, y lo equilibra estando sereno. Algunas de las piezas les recordaron algunos recuerdos de su infancia, en mayor parte felices, pero comentan que los 3 han vivido la separación del núcleo familiar, en este caso por medio del divorcio de sus padres, y añoran o quieren vivirlo o volver a vivirlo estando como familia tradicional. Externan que sienten un hueco emocional en su vida y en esta parte de no convivir con ambos padres a diario.

*Secundaria 44 "Rosario Gutiérrez Eskildsen"*: Daniela Mora, Claudia Sánchez y Mateo Jiménez son alumnos que externaron que les atrae mucho la música tradicional y regional como la banda, y en cuestión de las piezas escuchadas, Daniela y Claudia soltaron unas lágrimas al escuchar boleros, esto debido a que ambas perdieron ya a sus abuelas y con ese género las recuerdan, es más el que les hubiese gustado conocerlas más tiempo ya que ambas estaban muy jóvenes cuando pasó (5 y 6 años), Kevin por el contrario, comenta que viven sus abuelos, pero que casi no los ve y no tiene mucha convivencia con ellos, que le gustaría que sus padres fueran más seguidos a visitarlos.

*Secundaria Técnica #79*: Irving Xoxpa, Adrián Xolalpa y Jesús Gutiérrez son estudiantes cooperativos, aunque no le dan mucha seriedad a la actividad, se enfocaron en pedir constantemente canciones que les gustasen a ellos que en prestar atención a la actividad que se les pidió. Aunque no lo externaron observé que algo se les movió internamente, pero reprimieron su emoción y la evadieron tomándolo con humor, para no expresar su sentir y ponían una barrera cuando me acercaba a preguntarles si todo estaba bien o por qué no querían participar más, aunque lo hicieron voluntariamente, no era nada fácil ganarse su confianza.

Hay cosas que saldrán más adelante conforme avancen las sesiones, solo traté de tener cuidado sobre cómo tomarlas y no indagar mucho, puesto que eso requerirá ayuda profesional en su caso y solo hacer la recomendación de ello en caso de ser necesario.

## **V. Sesión 5: Ritmo, Melodía y Armonía: Música**

En esta sesión a mitad del camino (son 10 sesiones), será darles definición de los conceptos vistos anteriormente, más a profundidad, y la realización de un segundo cuestionario (ya se comentó en la sesión 2).

Los conceptos que se analizaron son:

- *Música*: La combinación de sonidos y silencios en un intervalo de tiempo mediante la ciencia del sonido para expresar una emoción y/o sentimiento. Se conforma de diversos elementos como lo son: ritmo, armonía y melodía.

- *Ritmo*: combinación de sonidos y silencio que se repiten dentro de un lapso de tiempo determinado, para su ejecución de los instrumentos.
- *Armonía*: relación entre los sonidos (forma “vertical” o simultánea) para crear un determinado ambiente, se le conoce comúnmente como el acompañamiento de una pieza musical o canción (acordes). Algunos de los instrumentos utilizados para la armonía son la guitarra o el piano, que sirven para acompañar un tema o melodía. En orquesta la crean varios instrumentos que tocan diferentes notas en el mismo tiempo para crear acordes.
- *Melodía*: combinación de sonidos de forma “horizontal” para crear un motivo o una frase musical, es lo que usualmente interpreta un cantante o instrumentos melódicos como el violín, la flauta, el oboe, por mencionar algunos. Es lo que comúnmente reconocemos en una canción.

## **VI. Sesión 6: Técnica de Respiración**

Como se mencionó en el trabajo de I, se utilizaron algunas técnicas de respiración para relajar y que las apliquen los estudiantes antes de realizar sus tareas por ejemplo, antes de dormir para descansar bien ya que, la mayoría comenta que tiene dificultades para dormir o no descansan en las horas que tienen de sueño. Esto con el fin de que aprendan a controlar sus impulsos emocionales en casa por ejemplo, o mejorar la concentración durante la jornada escolar.

Una correcta respiración es clave para tener una buena salud. En Occidente nunca se le ha dado demasiada importancia al ejercicio de respirar que la de sustentar nuestra existencia, pero en Oriente sí encontramos esto. Concretamente con la disciplina del yoga, donde dan gran importancia a la correcta respiración consciente para tener una buena salud de nuestro cuerpo y mente.

Para ello se realizó la Respiración Profunda y Diafragmática o Abdominal que es sencilla de realizar, que consta de realizar: sentarse o acostarse y colocar una mano sobre su estómago y la otra mano sobre su corazón. Inhalar lentamente hasta que se eleve el estómago, aguantar unos segundos la respiración y exhalar lentamente haciendo que el estómago descienda.

Se les hablo de la importancia de la meditación en el oriente y cómo puede ayudarnos en nuestra vida cotidiana. En este punto estaban interesados e incrédulos sobre la meta a la que se quería llegar, que en este caso era mejorar su rendimiento académico y equilibrar sus emociones con ejercicios simples de respiración y meditación como: atención enfocada, silencio en el ambiente como en ellos, y estando en una posición cómoda, sentados de forma erguida o recta.

Al término de la sesión comentaron de manera general los alumnos de las tres escuelas que se sentían más tranquilos y mejor de manera general, que era interesante aplicar esto en su quehacer cotidiano, y estaban intrigados por saber que se vería en las siguientes sesiones. Comentaron incluso que estaría bien que al inicio o a la mitad de la jornada implementaran esto en las escuelas para que no se hiciera pesado y tener mejor ánimo para el resto de las clases, que salvo que alguna les gustaran, estaban pensando más en que se terminara la jornada que en poner mucha atención a lo que se ve en las asignaturas.

Esto llamó mucho mi atención ya que todos los alumnos de la I comentaron lo mismo e hicieron la misma sugerencia, a pesar de que lo realizaron sin el mayor interés, elevaron la confianza en mí y lo que se buscaba implementar, se sintió que eliminaron la barrera que tenían hasta ese momento conmigo y se creó un vínculo entre ellos y yo, o eso percibí en ese momento cuando al despedirse fueron más expresivos en sus palabras y movimientos corporales como el chocar el puño o la creación de nuestro saludo.

Fue muy gratificante que en este punto se diera ello ya que las sesiones siguientes serían más significativas para ambas partes y que posteriormente ya entraríamos a los temas clave de la I como son las emociones y la motivación.

Se obtuvieron datos sobre el conocimiento de sus emociones, sus experiencias y la relación que han tenido con la música.

## VII. Sesión 7: Emociones: ¿Qué son? Emociones básicas primarias

Para ésta sesión se les proporcionó el “Círculo de Plutchik” o “círculo de las emociones”, que lo observaran por unos minutos y observar sus reacciones. Se explicó de manera general cuáles eran las emociones primarias y cómo derivan en otras, para así poder definir con mayor precisión que sentían en diversas situaciones.

*Colegio México:* los estudiantes externaron que mayormente se sentían felices o alegres, pero en ocasiones melancólicos sin razón y tomaban eso como algo “malo”, les explique que ninguna emoción como tal es “buena o mala”, sino que son parte de nosotros y hay que saber sobrellevarlas, así como controlar si tiene alegría extrema, como controlar si sienten tristeza o alguna derivada de ellas, que son algo complejo como para profundizar, pero con el círculo de Plutchik podían apoyarse para saber hacia dónde había más tendencia con una emoción primaria, que así era más fácil enfocarlas para poder controlarlas o saber qué hacer en determinado caso.

*Secundaria 44 “Rosario Gutiérrez Eskildsen”:* Los estudiantes observaron con mucha atención el círculo de Plutchik y me hicieron una observación extrañados: que las emociones primarias eran las mismas que salieron en la película *Intensamente*, pero que faltaban unas en comparación, les comenté que al ser una película dirigida a niños mayormente, no tenía que ser muy compleja, y eso incluía no hacer los personajes con las emociones faltantes: anticipación, confianza, miedo y sorpresa. Que comúnmente cuando somos niños, no somos conscientes de todo lo que sentimos, conforme vamos creciendo vamos desarrollando nuestro sentir emocional.

*Secundaria Técnica #79:* Hicieron preguntas sobre porque al centro no estaban las emociones como *alegría o tristeza*, que fueran derivadas de *éxtasis o aflicción*, y que en la película *Intensamente* manejaban 4 solamente: *alegría, tristeza, asco, miedo y furia*, y por qué no se incluyeron las demás. Les comenté lo mismo que a los alumnos de la Sec. 44 y que era un tema complejo, que un psicólogo podría explicar mejor esto, pero que podía ser una guía para conocer sus mociones y controlarlas, para enfocarlas y sacar provecho de ello, como por ej. Mejores calificaciones en sus trabajos y tareas, en sus exámenes, exposiciones, etc.

<b>Diario de Campo:</b> Observación en el Aula		
<b>Nombre de Observador:</b> Edmundo Paz Cano		
<b>Fecha:</b> 12/MAYO/2022 <b>Lugar:</b> SECUNDARIA #44 "ROSARIO GUTIÉRREZ ESKILDSEN"		
<b>Tema:</b> CONCEPTOS BÁSICOS DE MÚSICA		
<b>Objetivo:</b> IDENTIFICAR SUS CONOCIMIENTOS RESPECTO A LA MÚSICA EN GENERAL Y SUS DIFERENTES USOS EN LA VIDA COTIDIANA Identificar en los alumnos los conocimientos iniciales que tienen con respecto a la música de manera general para con ello conocer sus intereses dentro de su vida social.		
Rubro 1		
<b>EJES TEMÁTICOS</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>REFLEXIÓN</b>
<b>1a: Características del Grupo</b>	Son jóvenes de un contexto social bajo-medio. Saben trabajar en equipo, hay participación de la mayoría de ellos, la clase se desarrolla de excelente manera, prestan atención y acatan indicaciones pero hay un desinterés en general hacia todo.	En ésta primera sesión fue para diagnosticar el estado en que se encuentran anímicamente, algunos conceptos básicos sobre su percepción sobre conocimientos generales de música y también para captar su atención e interés sobre la participación en el proyecto.
<b>1b: Estrategias de Trabajo</b>		
<b>1c: Desarrollo de la Clase</b>		
<b>2 Comunión con los Alumnos</b>	Hubo buena conexión con los estudiantes, hay curiosidad por participar en el proyecto.	
<b>3 Atención de situaciones imprevistas y/o conflictos en el aula</b>	No hubo situaciones imprevistas en ésta primera sesión, esperando seguir así en las sesiones siguientes.	
<b>4ª Planeación Didáctica</b>	La primera sesión fue la aplicación del cuestionario que sirve como diagnóstico, se trabajó de manera excelente con el grupo, se recolectaron datos para iniciar la intervención.	
<b>4b: Trabajo con el grupo</b>		

<b>Diario de Campo:</b> Observación en el Aula		
<b>Nombre de Observador:</b> Edmundo Paz Cano		
<b>Fecha:</b> 11/MAYO/2022 <b>Lugar:</b> COLEGIO MÉXICO		
<b>Tema:</b> CONCEPTOS BÁSICOS DE MÚSICA		
<b>Objetivo:</b> IDENTIFICAR SUS CONOCIMIENTOS RESPECTO A LA MÚSICA EN GENERAL Y SUS DIFERENTES USOS EN LA VIDA COTIDIANA		
Rubro 1		
<b>EJES TEMÁTICOS</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>REFLEXIÓN</b>
<b>1a: Características del Grupo</b>	Son individuos de una clase social media-alta, jóvenes muy	En ésta primera sesión fue para diagnosticar el estado en que se

<b>1b: Estrategias de Trabajo</b>	tranquilos, atentos, con mucha disposición y curiosidad por participar en la intervención. Tienen accesibilidad para trabajar, tanto en grupo como individualmente en las actividades que se les indican. El desarrollo de la primera sesión fue fluido, dinámico, con participación de todos en menor tiempo en la realización de las actividades.	encuentran anímicamente, algunos conceptos básicos sobre su percepción sobre conocimientos generales de música y también para captar su atención e interés sobre la participación en el proyecto.  Al ser de condiciones económicas favorables, tienen más apertura a este tipo de actividades y reflexionar sobre ellas a diferencias de jóvenes con condiciones económicas desfavorables.
<b>1c: Desarrollo de la Clase</b>		
<b>2 Comunión con los Alumnos</b>	Hubo buena conexión con los estudiantes, hay curiosidad por participar en el proyecto.	
<b>3 Atención de situaciones imprevistas y/o conflictos en el aula</b>	No hubo situaciones imprevistas en ésta primera sesión, esperando seguir así en las sesiones siguientes.	
<b>4ª Planeación Didáctica</b>	La primera sesión fue la aplicación del cuestionario que sirve como diagnóstico, se trabajó de buena manera con el grupo, se recolectaron datos para iniciar la intervención.	
<b>4b: Trabajo con el grupo</b>		

<b>Diario de Campo: Observación en el Aula</b>		
<b>Nombre de Observador:</b> Edmundo Paz Cano		
<b>Fecha:</b> 12/MAYO/2023 <b>Lugar:</b> SECUNDARIA TÉCNICA #79		
<b>Tema:</b> CONCEPTOS BÁSICOS DE MÚSICA		
<b>Objetivo:</b> IDENTIFICAR SUS CONOCIMIENTOS RESPECTO A LA MÚSICA EN GENERAL Y SUS DIFERENTES USOS EN LA VIDA COTIDIANA Identificar en los alumnos los conocimientos iniciales que tienen con respecto a la música de manera general para con ello conocer sus intereses dentro de su vida social.		
Rubro 1		
<b>EJES TEMÁTICOS</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>REFLEXIÓN</b>
<b>1a: Características del Grupo</b>	Son jóvenes de un contexto social bajo-medio. Saben trabajar en equipo, hay participación de la mayoría de ellos, la clase se desarrolla de excelente manera, prestan atención y acatan indicaciones pero hay un desinterés en general hacia todo.	En ésta primera sesión fue para diagnosticar el estado en que se encuentran anímicamente, algunos conceptos básicos sobre su percepción sobre conocimientos generales de música y también para captar su atención e interés sobre la
<b>1b: Estrategias de Trabajo</b>		
<b>1c: Desarrollo de la Clase</b>		

<b>2 Comunión con los Alumnos</b>	Hubo buena conexión con los estudiantes, hay curiosidad por participar en el proyecto.	participación en el proyecto.
<b>3 Atención de situaciones imprevistas y/o conflictos en el aula</b>	No hubo situaciones imprevistas en ésta primera sesión, esperando seguir así en las sesiones siguientes.	
<b>4ª Planeación Didáctica</b> <b>4b: Trabajo con el grupo</b>	La primera sesión fue la aplicación del cuestionario que sirve como diagnóstico, se trabajó de manera excelente con el grupo, se recolectaron datos para iniciar la intervención.	

### VIII. Sesión 8: Neurociencias: Motivación Intrínseca y Extrínseca

En esta octava sesión, se inició con unos ejercicios de respiración, estiramiento ligero del cuerpo, y 5 min de meditación para estabilizar su estado de ánimo y energía. Se habló sobre las cosas que los motivan, qué es la motivación y los dos tipos que se manejan: Extrínseca y Extrínseca. Se explicó de manera breve cómo es cada una para que identificaran las causas en ellos de cada una para que posteriormente realizaran una reflexión escrita, ya sea que escribieran una palabra, una oración, el nombre de un familiar o lo que fuera, poniendo de fondo música clásica para que estuvieran concentrados y en calma.

<b>Alumno</b>	<b>Motivación Extrínseca</b>	<b>Motivación Intrínseca</b>
<b><i>Lucy Santamaría</i></b>	Ser veterinaria o doctora Terminar una licenciatura Hacer una maestría	Ser un orgullo para sus padres Ser un adulto sano mentalmente Poder lograr las metas que se proponga
<b><i>Allison Peña</i></b>	Ser abogada Tener una familia	Ser una buena mamá Ser una profesional y

	<p>Ser la primera en su familia en estudiar y terminar una carrera</p> <p>Tener su propia casa</p>	<p>autosuficiente</p> <p>Salir del ambiente en el que vive</p> <p>Sanar emocional y psicológicamente (sufrió un abuso)</p>
<b>Kevin Martínez</b>	<p>Ser abogado o arquitecto</p> <p>Tener un auto del año</p> <p>Viajar mucho</p> <p>Tener muchos amigos con quienes viajar</p>	<p>Ser un buen hijo</p> <p>Sus padres que son profesionistas</p> <p>Ser ejemplo para su hermana menor</p>
<b>Daniela Mora</b>	<p>Ser licenciada o abogada</p> <p>Tener casa propia</p> <p>Tener un auto</p> <p>Ganar bien (económicamente)</p>	<p>Conocer más el mundo</p> <p>Visitar muchos lugares</p> <p>Su papá que le enseñó disciplina (fue militar)</p> <p>Tener hijos y nietos (quiere que la conozcan sus nietos)</p> <p>Ser ejemplo para sus sobrinas</p>
<b>Claudia Sánchez</b>	<p>Tener un buen trabajo y ganar mucho dinero</p> <p>Tener casa y auto propio</p> <p>Tener un esposo guapo</p> <p>Vivir en otra ciudad o país</p>	<p>Su mamá, quiere regalarle una casa</p> <p>Demostrar que no es como su papá (abandono)</p> <p>Ser ejemplo para sus hermanos menores</p>
<b>Mateo Jiménez</b>	<p>Ser un deportista profesional (futbol o frontón)</p> <p>Tener una carrera</p> <p>Tener una novia bonita</p>	<p>Demostrar que puede ser mejor que su padre</p> <p>Su mamá</p> <p>Enseñarle a sus hermanos que se puede cambiar y</p>

		ser mejor persona
<b>Irving Xoxpa</b>	Ser reconocido por la gente Ser músico (cantante) profesional Tener una carrera	Su mamá Su abuelita (recién fallecida) Sus ganas de triunfar como cantante de ranchero Regalarle una casa a su mamá
<b>Adrián Xolalpa</b>	Tener dinero y casa propia Viajar con amigos Tener novia bonita Casarse	Vivir con alguien que lo quiera Tener una familia (es huérfano) y darles amor (sus tíos lo criaron) Ser feliz
<b>Jesús Gutiérrez</b>	Tener una carrera (aún no se decide en qué) Viajar Casarse con una mujer bonita Tener muchos hijos	Ser mejor persona Sus hermanos Ser fuerte y crecer más (es bajito aún 1.55, quiere llegar al 1.70 o más) Ser feliz Conservar a sus amigos

Son las características más relevantes, a las que hicieron mayor énfasis, su lista quisieron conservarla; en el caso de Allison no entre mucho en detalles sobre lo que paso, pero al terminar la sesión, se acercó para comentarme que solamente la tocaron y que ya está en la cárcel, que fue su primo pero alcanzó a llegar su papá antes de violarla, me comentó que asiste con el psicólogo y que sintió confianza conmigo para externarlo, que hacia los ejercicios de respiración y meditación en casa junto a unos que le enseñó la psicóloga, me dijo algo muy bello: que ojalá hubiera más personas como yo que están dispuestos a escuchar a los jóvenes.

## IX. Sesión 9: Memoria y Música: Canciones de Vida

En ésta penúltima sesión escucharon algunas canciones y piezas, les conté un poco la historia o lo que para algunas personas podrían significar.

Clásico	Pop	Rock	Balada	Jazz	Salsa	Bolero
Oda a la alegría	El Recuento de los daños	Wind of change	Corazón de niño	What a wonderful world	Vivir mi vida	Nuestro Juramento
Canon in D	Sigue dando vueltas	We will rock you	Balada para Adelina	La vie en rose	La vida es un carnaval	Cien años
Para Elisa	Déjame llorar	Tears in heaven	Tema de Nadia	Misty	Rebelión	Bésame Mucho
Pequeña Serenata Nocturna	Si no te hubieras ido		Tema de "El Padrino"	Cheek to cheek		La gloria eres tú
Obertura 1812 (fragmento)			Por ti volaré			

La mayoría de las canciones fueron versiones cortas, explicaba brevemente algunas sobre su historia, otras deje sus reacciones al escucharlas, la mayoría las conocían, otra no o no les habían prestado atención, pero exponían sus emociones, lloraron la mayoría y casi todos comentaban lo mismo: que no los entendían en casa, que peleaban a veces mucho con sus papás y hermanos, que habían muchas tentaciones en su contexto y les costaba decir no, que a veces cedían a la presión social, pero se sentían mal después de hacerlo (beber una cerveza, fumar un cigarro o marihuana). Que querían sacar mejores calificaciones o que sufrían de ansiedad a raíz de la pandemia.

Los ejercicios trataban de hacerlos sin que los vieran por pena, o se los compartían a sus compañeros de clase y que era algo divertido para ellos, pero se sentían mejor al hacerlos, que no esperaban tener estos cambios en su persona, ya controlaban un poco más sus emociones y no estallaban tan fácilmente.

## **X. Sesión 10: Mirada al futuro**

En la última sesión contaron su experiencia con lo aprendido, si lo han aplicado o lo quisieran aplicar a su vida cotidiana, que temas les gustaron y/o interesaron más, qué cambios han tenido, que esperan del futuro con estas herramientas aprendidas, etc. así como también que ha pasado con sus calificaciones, si aumentaron, cuáles fueron, por qué se dio ese cambio, cómo se dio. Además de su experiencia en el PDE en la parte de la I.

Comentaron que al inicio estaban incrédulos, que no les funcionaría nada de esto o no veían la relación que tendría la música y la musicoterapia con el rendimiento académico, después que parecía una especie de terapia psicológica porque les ayudó a externar cosas de su interior con alguien más, que se sentían más conectados con sus compañeros en general, pero más con los que participaron, que pensaron en algún momento renunciar a seguir participando, pero algo había que les llamaba la atención, además de que no se les hizo pesada la hora que duraron las sesiones, incluso, querían que fueran de mayor lapso de tiempo o más sesiones.

Hubo un cambio notable en la personalidad de cada uno de ellos, en diferentes aspectos obviamente, pero estaban más agradecidos en general: conmigo, con sus padres, maestros, familia, amigos, etc. y que además se sentían con más confianza dentro y fuera de la escuela, que mejoraron su salud mental y emocional ya que había disminuido considerablemente el estrés y la ansiedad, incluso que estaban un poco deprimidos y no lo notaron hasta que fueron avanzando las sesiones.

Tuvieron más claridad con lo que querían ser en el futuro, lo que esperaban y vieron más opciones para lograrlo, que lo que aprendieron de música, emociones, motivación, meditación les ayudaría a conseguir de mejor manera sus metas, que estaban conscientes de que el futuro era incierto pero que de ellos dependía como sería y que comenzaba en esta etapa, aunque ya era su último año en secundaria, podían y elevaron sus calificaciones y que en el siguiente nivel ya tenían clara la meta: sacar con buen promedio el nivel medio superior para entrar a una buena universidad o carrera.

Entendieron que cada cosa tiene sus propios tiempos y que hay un tiempo para todo y que no tenían por qué acelerar el proceso y las etapas, primero tenían que tener un equilibrio emocional en ellos, y con los demás, comenzando con su familia, amigos, compañeros, maestros, etc.

## **6. CONCLUSIONES.**

Las actividades realizadas muestran un interés por aprender sobre las emociones y ¿cómo poder controlarlas? a su favor, cual es la función de ellas y que son parte de nosotros, no están encasilladas en “buenas o malas”, simplemente son parte de nuestra naturaleza humana, y sirven de apoyo durante nuestra vida.

El trabajar con la música y la musicoterapia es algo que les ha parecido interesante y novedoso porque conocen otra forma de ver, escuchar y sentir la música, sacar beneficio de ello y tener un equilibrio entre lo que rodea su persona, desde lo emocional, físico, mental e intelectual, y tener un estado óptimo según sus intereses y para su beneficio.

Aunque es muy general esto, y el estado óptimo es algo muy relativo según el contexto social, de manera general se resume en vivir bien acorde a nuestras posibilidades, tanto inmediatas como para nuestro futuro.

Es muy grato el trabajo con adolescentes y el interactuar con ellos es un reto y nos pone a prueba, tanto experiencia como formación académica de quienes se paran enfrente de ellos en una clase o taller para trabajar con ellos.

Me llevo una experiencia gratificante, tanto con el PDE, la LEIP que me dio las herramientas para desarrollarlo

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 🔗 Booth Wayne C., Colomb Gregory G., Williams Joseph M. (1995). El Oficio de la Investigación. En *Cómo convertirse en un hábil investigador* (53). Chicago, USA: University of Chicago Press.
- 🔗 Cepeda N. J. et al. (2008): "Spacing effects in learning: a temporal ridge of optimal retention". *Psychological Science* 11, 1095–1102.
- 🔗 Copland Aarón. (1999). *Los Placeres de la Música*. Columbia, USA: Leviatán.
- 🔗 Duckworth A., Seligman M. (2005): "Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents". *Psychological Science*, 16(12), 939-944.
- 🔗 Dunlosky J., Rawson K. A., Marsh E. J., Nathan M. J., & Willingham D. T. (2013): "Improving students' learning with effective learning techniques: promising directions from cognitive and educational psychology". *Psychological Science in the Public Interest* 14(1), 4-58.
- 🔗 Fernández-Abascal Enrique G., Jiménez Sánchez, María Pilar. (2010). *Psicología de la emoción*, cap. 1 págs. 4-58. Madrid, España: Editorial Centro de estudios Ramón Aceres.
- 🔗 Figueroa, M.C. y Galindo Moreno, A. (2003). "Técnicas e instrumentos para la recolección de información", Alcaldía de Cali, Colombia.
- 🔗 Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples* (Vol. 1). Barcelona: Paidós.
- 🔗 Guardián, A. (2007). El paradigma cualitativo en la investigación Socio-educativa. San José de Costa Rica: CECC. Pp. 179 - 220. Recuperado de: [http://70.37.89.185/LEIP/aula/pluginfile.php/21614/mod\\_resource/content/1/El%20Paradigma%20Cualitativo%20en%20la%20Investigacion%20Socio-Educativa.pdf](http://70.37.89.185/LEIP/aula/pluginfile.php/21614/mod_resource/content/1/El%20Paradigma%20Cualitativo%20en%20la%20Investigacion%20Socio-Educativa.pdf)
- 🔗 H.S. Bohla. (1989). *La Evaluación de Proyectos, Programas y Campañas de "Alfabetización para el Desarrollo"*. Hamburgo, Alemania: Instituto de la U N E S C O para la Educación (IUE) Fundación Alemana para el Desarrollo Internacional (DSE).
- 🔗 Jordi A. Jauset Berrocal. (2011). *Música y Neurociencia: La Musicoterapia, sus fundamentos, efectos y aplicaciones terapéuticas*. Barcelona, España: Editorial UOC.

- 🔗 Kantor, J. (1963/1991). La evolución científica de la psicología. México: Trillas.
- 🔗 Krätzig G. y Arbuthnott K. (2006): "Perceptual learning style and learning proficiency: a test of the hypothesis". *Journal of Educational Psychology* 98, 238-246.
- 🔗 Melamed, Andrea F. (2016). Las teorías de las emociones y su relación con la cognición: un análisis desde la filosofía de la mente. San Salvador de Jujuy, Argentina: Cuadernos de la Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales - Universidad Nacional de Jujuy.
- 🔗 Moncada García, Francisco. (1995). Teoría de la Música. Cd. de México, México: Framong.
- 🔗 Noelia Oneca Carreras. (2015). "Musicoterapia: fundamentos, aspectos prácticos y aplicación a niños hospitalizados". Pamplona, España: Universidad Navarra.
- 🔗 Rosenfield P., Lambert N. M., Black A. (1985): ". Desk arrangement effects on pupil classroom behavior". *Journal of Educational Psychology* 77, 101–108.
- 🔗 Sampieri Hernández, R., F., "Metodología de la Investigación", 5ta Edición, Mc Graw Hill Pp. 406-489 Cap. 14: "Recolección y análisis de los datos cualitativos".
- 🔗 Skinner, B. F. (1976). About Behaviorism. New York: Random House, Inc.
- 🔗 Stickgold R. et al. (2000): "Visual discrimination learning requires sleep after training". *Nature Neuroscience* 3(12), 1237-1238.
- 🔗 Subramaniam K. et al. (2009): "A brain mechanism for facilitation of insight by positive affect". *Journal of Cognitive Neuroscience* 21(3), 415-432.

## LINKGRAFÍA

- Bermejo, M. Z. (2016, December 1). Los 4 tipos de respiración (y cómo aprenderlos en meditación). pymOrganization.  
<https://psicologiaymente.com/meditacion/tipos-respiracion>
- Clasificación de los tipos de memoria y sus características - Psicólogos a tu alcance en Madrid Capital - Mentas Abiertas Psicología. (n.d.). Mentasabiertaspsicologia.com. Retrieved March 21, 2024, from <https://www.mentasabiertaspsicologia.com/blog-psicologia/blog-psicologia/clasificacion-de-los-tipos-de-memoria-y-sus-caracteristicas>
- de Expertos en Educación, E. (2022, August 18). Pedagogía musical: el método Kodaly. VIU España.  
<https://www.universidadviu.com/es/actualidad/nuestros-expertos/pedagogia-musical-el-metodo-kodaly>
- Di Franco, B. (2021, March 4). El lenguaje musical y la Evolución de la Pedagogía Musical. Revista El Arcón de Clio.  
<https://revista.elarcondelicio.com.ar/el-lenguaje-musical-y-la-evolucion-de-la-pedagogia-musical/>
- Método Cualitativo - Concepto, características y ejemplos. (n.d.). Retrieved March 21, 2024, from <https://concepto.de/metodo-cualitativo/>
- Técnicas de relajación para el estrés. (n.d.). Medlineplus.gov. Retrieved March 21, 2024, from <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000874.htm>
- Triglia, A. (2016, December 16). ¿Qué es el Constructivismo en Psicología? pymOrganization.  
<https://psicologiaymente.com/desarrollo/constructivismo>
- Vive. (2021a, July 13). Enseñar música con el método Orff: claves y características. UNIR. <https://www.unir.net/humanidades/revista/metodo-orff/>
- Vive. (2021b, August 26). Enseñar música con el método Dalcroze. UNIR.  
<https://www.unir.net/humanidades/revista/metodo-dalcroze/>

- Zoppi, L. (2021, August 15). Musicoterapia: Tipos y beneficios para la ansiedad, la depresión y más. Medicalnewstoday.com.  
<https://www.medicalnewstoday.com/articles/es/terapia-musical-musicoterapia>
- (N.d.-a). Psicologiyamente.com. Retrieved March 21, 2024, from  
<https://psicologiyamente.com/desarrollo/conductivismo>
- (N.d.-b). Retrieved March 21, 2024, from  
<https://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2022/12/Avance-Programa-Sintetico-Fase-6.pdf>

**ANEXO 1: DIARIO DE CAMPO**

<b>Diario de Campo:</b>	
<b>Nombre de Observador:</b>	
<b>Fecha:</b>	<b>Lugar:</b>
<b>Tema:</b>	
<b>Objetivo:</b>	
Rubro 1	

<b>EJES TEMÁTICOS</b>	<b>DESCRIPCIÓN</b>	<b>REFLEXIÓN</b>
<b>1a:</b>		
<b>1b:</b>		
<b>1c:</b>		
<b>2</b>		
<b>3</b>		
<b>4a</b>		
<b>4b:</b>		

## ANEXO 2: FICHA FINAL

<b>FICHA FINAL DEL MUSICOTERAPÉUTA</b>			
<b>Nombre y Apellidos:</b>			
<b>Edad:</b>	<b>Sexo:</b>	<b>Fecha de Inicio/Fin de la Musicoterapia:</b>	

OBJETIVOS	SI	NO	REGULAR	OBSERVACIONES
<b>Afrontar la Hospitalización (Personal o Familiar)</b>				
<b>Evadir los Miedos</b>				
<b>Favorecer la el Rendimiento Escolar través de la Musicoterapia</b>				
<b>Reflexionar Beneficios/Ventajas de la Musicoterapia</b>				

### ANEXO 3: CUESTIONARIO 1

<b>Fecha:</b> _____ <b>Hora:</b> _____	<b>Entrevistado(a):</b> _____
<b>Entrevistador(a):</b> Edmundo Paz Cano	<b>Edad:</b> ___ años <b>Género:</b> _____
<b>Preguntas:</b>	<b>Respuestas:</b>
¿Qué es la Música?	
¿Qué es la Música para ti?	
¿Qué sientes al escuchar un sonido?	
¿Qué tipo Música te relaja?	
¿Qué Instrumento Musical te gusta más? ¿Por qué?	

<b>¿Qué te gustaría saber sobre la Música?</b>	
<b>¿Qué géneros musicales conoces?</b>	
<b>¿Qué género musical define tu vida?</b>	
<b>¿Cómo ha influenciado la Música en tu vida?</b>	
<b>¿Te ha ayudado la música a sentirte mejor después de una experiencia buena/mala? ¿Cómo?</b>	
<b>¿Cómo identificaste que ese tipo de música te ayudó?</b>	

<p><b>¿Cómo defines tu gusto musical?</b></p>	
<p><b>¿Cómo piensas que impactan los géneros musicales con los sentimientos?</b></p>	
<p><b>¿Para qué fue inventada la música según tu experiencia?</b></p>	
<p><b>¿Para qué utilizas la música en tus experiencias?</b></p>	
<p><b>¿Para qué te serviría saber Música?</b></p>	
<p><b>¿Te gustaría aprender a tocar algún instrumento musical? ¿Cuál?</b></p>	
<p><b>¿Para qué te serviría aprender un Instrumento?</b></p>	
<p><b>Haz una lista de 10 canciones que han</b></p>	

**marcado tu vida (infancia y/o  
adolescencia)**

## ANEXO 4: CUESTIONARIO 2

¿Te concentras al escuchar música?

¿Cantas al realizar alguna actividad?

¿Escuchas música al estudiar? ¿De qué tipo?

¿En base a qué defines tu gusto musical? ¿Por qué te gustan o no los diversos géneros?

¿Qué opinión tienes sobre los géneros como la música clásica o jazz por ejemplo?  
¿Los has escuchado?

¿La clase de música de tu escuela cumple tu expectativa? ¿Por qué?

Escribe la asignatura acorde a las siguientes palabras:

- Favorita:
- Aburrida:
- Divertida:
- Difícil:
- Confusa: