

La educación musical y motricidad en la formación integral de los estudiantes

MsC. María Fernanda Duran Veloz

mduran@ueb.edu.ec

Universidad Estatal de Bolívar

M.Sc. Gustavo Adolfo García Palomino

gugarcia@ueb.edu.ec

Universidad Estatal de Bolívar

M.Sc. Danny Fernando Pérez Castillo

dperez@ueb.edu.ec

Universidad Estatal de Bolívar

M.Sc. Byron Enrique Mora Avilez

bmora@ueb.edu.ec

Universidad Estatal de Bolívar

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Diversidad del aprendizaje – enseñanza en educación

RESUMEN

La música tiene un gran impacto en el aprendizaje de los niños, funciona como un método de enseñanza generador de un mejor ambiente en el aula.

Música y educación han estado ligadas desde la antigüedad, son muchos los estudios científicos que demuestran que la música tiene efectos positivos en el desarrollo cognitivo de las personas; es decir, que se van adquiriendo conocimientos a través del aprendizaje y la experiencia.

La música es la combinación de sonidos y silencios que siguen una serie de leyes en el momento de componer, como la armonía, el ritmo y la melodía. Cuando se escucha música (o interpreta) el cerebro y la mente se activan en distintas áreas despertando las emociones, la imaginación y los sentimientos.

En concreto, la música afecta especialmente en la estimulación del hemisferio izquierdo del cerebro, que es el encargado de todo lo relacionado con la lógica, habilidades comunicativas, el lenguaje y los números.

Por otro lado, está acción también puede generar ciertos tipos de efectos, entre ellos:

Fortalece la memoria, aprendizaje, concentración y creatividad.

Ayuda a las personas con problemas de dislexia.

Reduce el estrés, calma la ansiedad y controla el insomnio.

Aumenta la capacidad de aprender un nuevo idioma.

Apoya en algunos problemas neurológicos, por ejemplo: alzheimer, parkinson o trastorno del espectro autista, etc.

La música tiene un gran impacto en el desarrollo y aprendizaje de los niños. Entre los beneficios de incorporar la música a la educación estarían:

Permite que logren concentrarse y no se distraigan con facilidad.

Aumenta los niveles de confianza, mejora la autoestima y seguridad.

Desarrollo de las habilidades de motricidad, rítmicas y de expresión corporal. Al escuchar la música los niños logran una mejor coordinación de movimientos, seguir ritmos y tratar de imitarlos.

Reduce los niveles de estrés y ansiedad.

Las personas se vuelven más sociables, interactúan con los demás con mayor facilidad.

Estimula los sentidos.

Mejora la capacidad de comunicación.

Aumenta la creatividad.

Desarrolla el lenguaje y el razonamiento.

Ejercita la memoria.

Por estas y más razones, la música ya no es considerada solo como una materia. También se aplica como un método de enseñanza que permite generar un ambiente diferente para los estudiantes mientras realizan sus actividades de estudio o cuando se está impartiendo clases, logrando que el alumno aumente la comprensión de la información, concentración y capacidad de memoria.

La música es una materia que se dicta desde la escuela. Por lo general, en Ecuador los niños reciben dos clases de 45 minutos por semana. En cada etapa, y dependiendo de la edad, aprenden cosas diferentes.

Así, a los niños de estimulación temprana les enseñan sobre los sonidos onomatopéyicos –como por ejemplo a identificar los sonidos de los animales– después sobre el ritmo y el movimiento, leer notas musicales, expresarse con la música a través de la pintura, utilizar

y tocar los instrumentos musicales que por lo general es piano, flauta o guitarra, a entonar y cantar canciones y, sobre todo, aprenden sobre la música ecuatoriana.

En la etapa del colegio esta materia es considerada como una actividad extracurricular; los alumnos son los que deciden si reciben este tipo de formación que puede ser a través de los coros, bandas, clubs de música, entre otros.

Sin duda, música y educación van de la mano, pero la enseñanza de la música requiere de docentes con una formación y especialización adecuada, como la que aporta el Grado en Música de UNIR o la Maestría en Pedagogía Musical.

Ser docente o músico no garantiza una correcta pedagogía musical, por lo que contar con este tipo de formación ayuda a mejorar la forma de impartir música entre los alumnos y así potenciar al máximo su aprendizaje.

Palabras claves: Educación, musical, motricidad, formación, integral, estudiantes.

Music education and motor skills in the integral training of students

ABSTRACT

Music has a great impact on children's learning, it works as a teaching method that generates a better atmosphere in the classroom.

Music and education have been linked since ancient times, there are many scientific studies that show that music has positive effects on the cognitive development of people; that is, knowledge is acquired through learning and experience.

Music is the combination of sounds and silences that follow a series of laws at the time of composing, such as harmony, rhythm and melody. When listening to music (or interpreting) the brain and mind are activated in different areas, awakening emotions, imagination and feelings.

Specifically, music especially affects the stimulation of the left hemisphere of the brain, which is in charge of everything related to logic, communication skills, language and numbers.

On the other hand, this action can also generate certain types of effects, including:

Strengthens memory, learning, concentration and creativity.

Help people with dyslexia problems.

Reduces stress, calms anxiety and controls insomnia.

Increases the ability to learn a new language.

It supports some neurological problems, for example: Alzheimer's, Parkinson's or autism spectrum disorder, etc.

For these and more reasons, music is no longer considered just a subject. It is also applied as a teaching method that allows generating a different environment for students while they carry out their study activities or when classes are being taught, making the student increase the understanding of information, concentration and memory capacity.

Music is a subject taught at school. Generally, in Ecuador, children receive two 45-minute classes per week. At each stage, and depending on their age, they learn different things.

Thus, early stimulation children are taught about onomatopoeic sounds – such as identifying the sounds of animals – then about rhythm and movement, reading musical notes, expressing themselves with music through painting, using and play musical

instruments that are usually piano, flute or guitar, sing and sing songs and, above all, learn about Ecuadorian music.

At the school stage this subject is considered as an extracurricular activity; The students are the ones who decide if they receive this type of training, which can be through choirs, bands, music clubs, among others.

Undoubtedly, music and education go hand in hand, but the teaching of music requires teachers with adequate training and specialization, such as that provided by the UNIR Degree in Music or the Master's Degree in Musical Pedagogy.

Being a teacher or a musician does not guarantee correct musical pedagogy, so having this type of training helps to improve the way music is imparted to students and thus maximize their learning.

Keywords: education; musical; motor skills; training; integral; students.

Artículo recibido: 15 enero 2022

Aceptado para publicación: 08 febrero 2022

Correspondencia: mduran@ueb.edu.ec

Conflictos de Interés: Ninguna que declarar

INTRODUCCIÓN

Desde el psicodrama actual, son pocas las escuelas que han optado por la inserción de la música como parte del trabajo en grupo. No obstante, y aún de una forma prácticamente empírica, algunos directores la han utilizado como parte de su terapia. Entre los principales representantes se encuentran: la escuela Argentina de psicodrama, escuela psicodramática española (con la reconocida Natacha Navarro), y Josehp Moreno, sobrino de Jacob Levy Moreno, quien dirige un colegio de arte y psicodrama en los Estados Unidos.

En la mayoría de los casos las incursiones realizadas han implicado la utilización de determinados recursos y conocimientos musicales que de alguna manera han conllevado al logro de estados catárticos, de relajación, etc.

Ahora, aunque científicamente se ha comprobado que el uso de la música ha permitido el establecimiento y la modificación de las relaciones humanas, contribuyendo a la adaptación del individuo a espacios grupales; también se ha evidenciado que si desde la teoría, se sistematizaran contenidos, procedimientos, etc. que incluyeran técnicas musicales a ser utilizadas junto a procesos y técnicas psicodramáticas; el resultado sería mucho más serio.

Partiendo también de la investigación realizada por el padre del psicodrama: “Psicomúsica y Sociodrama realizados por Jacob Levy Moreno” y teniendo en cuenta las nuevas maneras de poder hacer psicodrama con música, es que se propone este trabajo con el objetivo fundamental de demostrar cómo, a través de recursos y técnicas musicales, podría un psicodramatista, llevar a cabo un proceso terapéutico.

Inicialmente y de forma teórica se presentará un recuento histórico acerca de cómo la música a través de la historia, ha influido en los estados de ánimos y en la conducta del hombre. Posteriormente se realizará un análisis teórico, que tomará en cuenta los puntos de encuentro entre las disciplinas: Música y Psicodrama. Por último, se ofrecerá una propuesta de técnicas musicales que pudieran ser utilizadas en psicodrama. Entrarán en consideración aquellos principios fundamentales en cada una de las disciplinas, para posteriormente establecer una conexión que permita un acercamiento científico al tema tratado.

FUNDAMENTO TEÓRICO

La influencia de la música a lo largo de la historia.

Los primeros escritos que describen la influencia de la música sobre el cuerpo humano, son los papiros egipcios descubiertos por Petrie en la ciudad de Kahum en 1889. Éstos papiros datan de alrededor del año 1500 a. C. Y en ellos ya se consideraba la utilización de la música como un elemento capaz de curar el cuerpo, calmar la mente y purificar el alma. Así también se atribuía a la música una influencia favorable sobre la fertilidad de la mujer.

En el pueblo hebreo también se utilizaba la música en casos de problemas físicos y mentales. En esta época se data el primer relato sobre una aplicación de musicoterapia, (Gadner, 1987).

En la antigua Grecia fue donde se plantearon los fundamentos científicos de la musicoterapia, destacan en relación al tema las importantes aportaciones de grandes personajes como Pitágoras, Platón y Aristóteles.

Para la musicoterapia es fundamental la llamada teoría del Ethos (palabra griega que puede ser traducida como la música que provoca los diferentes estados de ánimo). Esta teoría considera que los elementos de la música como son la melodía, la armonía o el ritmo ejercían unos efectos sobre la parte fisiológica emocional, espiritual y sobre la fuerza de voluntad del hombre, por ello se establecieron un determinado Ethos a cada modo o escala, armonía o ritmo.

Durante la Edad Media destacan entre otras aportaciones las del teórico Severino Boecio, su obra más importante se llama “De institutione Musicae” donde habla acerca de la música como un potente instrumento educativo y sus efectos benéficos o maléficos se explican en función de los modos que se utilizan.

Severino Boecio reconoce 3 tipos de música: Música mundana: está presente entre los elementos del universo. Música instrumental y Música humana: la música que tenemos dentro de nosotros mismos.

A principios del Renacimiento sobresalen los trabajos realizados por uno de los teóricos más importantes del flamenco Joannes Tinctoris. Su obra más importante respecto a los efectos que causa la música sobre el sujeto que la percibe se titula “Effectum Musicae”, (Gadner, 1987).

En el Barroco surge “la teoría de los afectos”, proveniente de la teoría griega del Ethos y sirve como base a un nuevo estilo musical llamado ópera. Durante esta época hubo un teórico que sintetiza la teoría del Ethos, el jesuita Athanasio Kircher, cuya obra de 1650 titulada “Misurgia universal” o arte magna de los oídos acordes y discordes, diseña un cuadro sistemático de los efectos que produce en el hombre cada tipo de música.

Así también fueron muy importantes las aportaciones del médico inglés Robert Burton, quien escribió una obra en 1632 llamada “The anatomy of melancoly” donde habla de los poderes curativos de la música (Copland, 1993).

Durante el Siglo XVIII se empiezan a estudiar científicamente los efectos de la música sobre el organismo. El médico inglés Richard Brown escribió una obra llamada “medicina musical” en la que estudiaba la aplicación de la música en enfermedades respiratorias, descubriendo que cantar perjudicaba en casos de neumonía y de cualquier trastorno inflamatorio de los pulmones. Pero defendía su uso en los enfermos de asma crónica, demostrando que si cantaban los ataques eran más espaciados.

En el siglo Siglo XIX, el médico Héctor Chomet escribió en 1846 un tratado que se titulaba “La influencia de la música en la salud y la vida”, donde analizaba el uso de la música para prevenir y tratar ciertas enfermedades.

Durante el siglo XX se sigue con el estudio científico de los efectos de la música en el bienestar del ser humano. Karl Orff decía que en la creatividad unida al placer de la ejecución musical permitía una mejor socialización del individuo y un aumento de la confianza y la autoestima.

Influencia en los estados de ánimo y en la conducta.

Existen varios elementos de la naturaleza de la música que debemos tener en cuenta:

- La música, independientemente de la letra, comunica un mensaje. No son necesarias las palabras para que la música tenga significado.
- Aunque algunos podrían argumentar que la música tiene diferente significado para diferentes personas, ésta no es una premisa aceptada por muchas personas que siguen considerando que determinado tipo de música ejercerá la misma influencia en todas las personas. Tal es el caso de los productores del cine.
- La música puede tener un impacto corporal, ya sea activación de regiones del cerebro que estimulan nuestras emociones, estado de ánimo, hasta incluso afectar el comportamiento e inclusive la toma de decisiones.

Por otra parte, se ha comprobado que la música es un estímulo que enriquece el proceso sensorial, cognitivo (pensamiento, lenguaje, aprendizaje y memoria) y también enriquece los procesos motores, además de fomentar la creatividad y la disposición al cambio. Así, diversos tipos de música pueden reproducir diferentes estados de ánimo, que a su vez pueden repercutir en tareas psicomotoras y cognitivas. Todo ello depende de la actividad de nuestro sistema nervioso central. La audición de estímulos musicales, placenteros o no, producen cambios en algunos de los sistemas de neurotransmisión cerebral.

Por ejemplo: los sonidos desagradables producen un incremento en los niveles cerebrales de serotonina, una neurohormona que se relaciona con los fenómenos de agresividad y depresión. Así, la música que se escucha del exterior, pasa a integrar nuestro archivo personal, lo que puede denominarse como mundo sonoro interno. Por tanto, influye también en nuestra personalidad, teniendo en cuenta que cada individuo consume música adecuada para sus necesidades, absorbiéndola de forma pasiva o creándola de forma activa.

Se ha comprobado el efecto que tienen los sonidos musicales en el desarrollo del niño cuando está en el útero materno. Mediante la medición con ecografías (uso de ultrasonidos) y fonendoscopios en madres que escuchaban distintos tipos de música, se ha comprobado que la música clásica produce movimientos lentos del niño y ninguna alteración de sus constantes cerebrales y circulatorias, la música rock provocaba movimientos nerviosos y aumentos de su frecuencia cardíaca.

Aunque esto no quiere decir que la música rock sea perjudicial y la clásica beneficiosa, sino que simplemente modifican el comportamiento y sabiamente aplicada en el momento adecuado, puede influir en la conducta y el carácter de las personas.

La música es una de las herramientas fundamentales que utilizan los seres humanos, y está científicamente comprobado que tiene influencias directas sobre el estado de ánimo y la calidad de vida. Escuchar determinado tipo de música influye directamente en las personas, tanto de manera positiva como negativa, con efectos inmediatos y resultados duraderos. Teniendo en cuenta los efectos positivos de la música, muchos científicos sostienen que logra cambios favorables en el cerebro de las personas que la escuchan.

Todas percibimos la música de manera diferente y esta percepción se encuentra muy ligada al estado de ánimo con que se encuentra el sujeto que escucha. Es por eso que, aun cuando una misma melodía provoque, por ejemplo, alegría, si se trata de un sujeto que

está en depresión, esta logrará sacarlo tal vez de su estado, pero la influencia no será tan profunda como en otro sujeto que, escuchando la misma melodía, desde un primer momento ya se encontraba alegre.

También puede suceder que los sujetos se identifican de tal forma con una canción, que al escucharla inmediatamente cambie nuestro estado de ánimo e incluso su postura. Un ejemplo de ello lo constituye el himno nacional.

Se ha evidenciado que la música genera en nuestro organismo ondas electromagnéticas cerebrales coherentes, lo cual ordena nuestras funciones. La estimulación del funcionamiento del mismo mediante agentes externos (en este caso la música) produce efectos directos tanto en nuestras funciones cognitivas como en nuestra fisiología. Mediante determinados tipos de música, se envían al cerebro sensaciones que lo llevan a la relajación, por lo tanto, se anulan los impulsos que producen la enfermedad, obteniendo en la mayoría de las ocasiones resultados sorprendentes.

También se ha podido comprobar que la música facilita y promueve la comunicación y las relaciones, contribuyendo a la adaptación del individuo a su medio. En el caso de los niños, el aprendizaje musical les abre puertas para que adquieran un vocabulario más amplio y desarrollen capacidades sensoriales, así como la creatividad.

De manera general tenemos que melodías agradables, constituyen un estímulo que enriquece el proceso sensorial, cognitivo (pensamiento, lenguaje, aprendizaje y memoria) y enriquece los procesos motores. Ayuda a mejorar la coordinación, fomenta la disposición al cambio, permite la exteriorización de emociones, etc.

En caso contrario, los sonidos desagradables producen un incremento en los niveles cerebrales de serotonina, hormona que se relaciona con los fenómenos de agresividad y depresión.

Según diversos autores existen dos tipos principales de música en relación con sus efectos ante los estados de ánimo y finalmente en la conducta:

- **Música sedante:** Es de naturaleza melódica sostenida, y se caracteriza por tener un ritmo regular, una dinámica predecible, consonancia armónica y un timbre vocal e instrumental reconocido con efectos tranquilizantes.
- **Música estimulante:** Aumenta la energía corporal, induce a la acción y estimula las emociones.

Tipos de influencia de la música en las personas:

- **Movilización:** Ya que la música es energía moviliza a los seres humanos a partir de su nacimiento y aún desde la etapa prenatal.
- **Musicalización:** Al escucharla o crearla imprime una energía de carácter global que circula libremente en el interior de la persona para proyectarse después a través de las múltiples vías de expresión disponibles. Escuchando o produciendo música nos manifestamos tal como somos o como nos encontramos en un momento determinado.

Utilización los elementos puramente musicales

Por lo general, al escuchar una canción, según el ritmo o la melodía, rápidamente se hace una asociación mental se califica esta canción como "triste", "alegre", "de suspenso", "de euforia", etc. Si bien en el caso de una canción, esta calificación coincide con la temática de la letra de la misma, en el caso de una sinfonía clásica, por más que no tenga letra, se puede afirmar, por ejemplo, que la 5ta sinfonía de Beethoven daría una sensación de suspenso, mientras que la 9na sinfonía de Beethoven, en cambio, transmitiría una sensación de alegría. ¿Por qué la mayoría de las personas perciben la misma sensación? Si comenzamos a analizar la altura de los sonidos podemos percatarnos de que las notas altas, agudas, actúan preferentemente sobre las contracturas musculares, se propagan rápidamente en el espacio, aunque en distancias cortas, actúan fuertemente sobre el sistema nervioso, constituyen una señal de alerta y aumenta los reflejos, al mismo tiempo que nos ayudan a despertarnos o sacarnos de un estado de cansancio o sopor. Por eso el teléfono nos hace saltar de la cama, o los despertadores generalmente los realizan con sonidos agudos.

Como factor negativo tenemos el hecho de que el oído es especialmente sensible a ellas y si son muy intensas y prolongadas lo pueden dañar, lo mismo que su efecto sobre el sistema nervioso puede provocar cierto descontrol y alteraciones en los impulsos nerviosos que se vuelven incontrolados.

Las notas bajas, graves, no parece que tengan influencia sobre las terminaciones nerviosas y su efecto es más mecánico, por lo que tienen mayor influencia sobre las zonas corporales huecas, como los pulmones, corazón y abdomen, quizá porque son lugares idóneos para las resonancias. Las notas graves se perciben mal en distancias cortas, por lo que su efecto inmediato es difícil de medir, aunque son capaces de ser audibles en muchos kilómetros. A la redonda. Su efecto mecánico es tan poderoso que puede resquebrajar muros, carreteras, terrenos, y actuar con un efecto vibratorio muy intenso en

cualquier cuerpo sólido. Psicológicamente tienden a producir efectos sombríos, visión pesimista del futuro y tranquilidad extrema.

Por otro lado, tenemos la intensidad del sonido, la cual indudablemente ha ocupado en nuestro siglo una preponderancia a causa de los potentes equipos de sonido que se utilizan en la actualidad, hasta el punto de que una nota o partitura que en sí es tranquilizante, puede volverse irritante si el volumen es más alto que lo que esa persona puede soportar. También como elemento importante tenemos al ritmo el cual suele estar asociado en muchas culturas al baile, y a nivel más subconsciente podría estar asociado a los latidos del corazón, por lo que la música con ritmo reconocible (y de alrededor de 60 golpes por minuto) podría asociarse con la actividad física, la vida y quizás la alegría, mientras que música sin ritmo reconocible o demasiado lento podría asociarse a estados de descanso, meditación y tal vez tristeza o melancolía.

Diversos estudios han comprobado que los ritmos estables provocan paz y serenidad si los comparamos con los efectos que los ritmos inestables mayormente propician. En este caso: La activación motora, la necesidad de exteriorizar sentimientos, etc.

Sin embargo, hay otro aspecto de la música más intrigante, y es el de la armonía. Ciertos conjuntos de notas, al sonar simultáneamente, nos parecen "armónicos" y producen sensación de belleza, mientras que otros nos parecen "disonantes" y producen sensación de fealdad. No parece haber una correlación con los sonidos presentes en la naturaleza, que serían casi todos disonantes, salvo quizás el canto de algunos pájaros.

También resulta curioso que ciertos acordes sean identificados como alegres (acordes mayores, frecuencias F, D, E), mientras que otros se describen típicamente como tristes (acordes menores, frecuencias Fm, Dm, Em). Y el introducir una nota "discordante" en uno de estos acordes suele añadir una "tensión" en la mente, que desea que "resuelva" el acorde hacia una armonía más agradable, y que suele percibirse como tensión, misterio, melancolía, etc.

Tenemos además el tempo como elemento puramente músico. Se ha podido comprobar que los tempos lentos, (entre 60 y 80 pulsos por minuto), te traen sensaciones de calma, serenidad, ternura, tristeza, etc. Mientras que los tempos rápidos (entre 100 a 150 pulsos por minuto), traen sensaciones de alegría, excitación, vigor, etc.

Por otro lado, se encuentra el timbre (tanto medios sonoros instrumentales como vocales). Aquí se ha podido evidenciar como los instrumentos de cuerda suelen ser expresivos y penetrantes, y son recomendables diferentes estados de ánimo. Los instrumentos de viento se destacan por su poder alegre y vivo, y son los indicados para cuando existe depresión o angustia. Y los instrumentos de percusión e idiófonos, incitan a la acción y el movimiento y también se asocian a la diversión.

Hoy en día la música se aplica fundamentalmente en desequilibrios nerviosos, en tratamientos cardíacos y de los pulmones, alcoholismo, drogas y como prevención de suicidios, aunque todavía es necesario profundizar mucho más en el tema.

Se han dado múltiples recetas que, si bien no constituyen una vía 100% efectiva, sí pueden contribuir en el cambio de los estados de ánimo.

Algunos autores afirman que en los casos de tristeza se debería escuchar una melodía lenta. Luego, a medida que te sientas mejor, puedes ir cambiando de estilo. Muchas personas piensan que lo ideal es escuchar música divertida y alegre en estos casos, sin embargo, la música, en estos casos, estaría muy alejada de tus sentimientos actuales y no te ayudará a levantar el ánimo, todo lo contrario.

Lo cierto es que, más allá de los listados de música clásica que muchos han ofrecido como recetas después de minuciosos estudios, es bien claro que todo tipo de música provoca un efecto determinado en la persona que escucha y así como la música está dividida en géneros, el estado de ánimo de las personas también lo está, ya que a veces nos sentimos tristes, alegres, con ganas de bailar, saltar, algo con lo que nos sintamos a gusto.

La selección musical para la terapia

Tan diversos como los contextos mismos, así podrá ser la selección musical que se haga para una determinada actividad. Está claro que, en una fiesta, por ejemplo, la música que deberá proyectarse debe ser divertida, sin embargo, se debe valorar si colocar este tipo de música previamente a una actividad de carácter más serio tendría el efecto de que, cuando esta comience, todos los oyentes atiendan o se comporten de una manera más tranquila. Mientras la música suave generalmente puede inducir a la concordia y a la relajación, la otra genera movimiento, entusiasmo y también agresividad. Es más fácil que se organice un alboroto violento en un concierto de rock que en un concierto de música clásica. Podríamos pensar que no es la música en sí, sino el tipo de persona que acude a uno u

otro auditorio, o más concretamente, factores relacionados con la edad, la personalidad del sujeto, etc., sin embargo, la unión de todos los factores tendría un efecto contundente. También se observa como en las nuevas generaciones, las emociones suscitadas por la música están fuertemente mediatizadas por el cine, ya que existen unos claros clichés acerca de cómo debe sonar una música "de miedo", "romántica", "de suspenso", etc.; que los compositores de bandas sonoras explotan y que nuestro cerebro ha aprendido a reconocer.

¿Quién no se ha sentido una persona diferente escuchando su melodía preferida y quién no se ha aislado totalmente del mundo que le rodea mientras se deleitaba con una buena canción? Que la música es el arte que más cautiva a las personas es algo ya plenamente reconocido, pero que sea igualmente un instrumento para mejorar el comportamiento de los animales o para que crezcan las plantas, es algo que nos deja asombrados: mucho más entonces importante entonces, para la transformación personal.

Tan grande es la influencia de la música sobre los seres vivos, que se ha utilizado tanto para potenciar tanto la agresividad como la tranquilidad, del mismo modo que se emplea para dormir, relajar, estimular o concentrar. Todo depende del tipo de música, de las características del sujeto, y el momento adecuado para escucharla.

Como mismo es conocido que temas musicales como *Lucy in the Sky with Diamonds*, de *The Beatles*; *Sinfonía La Sorpresa*, de Haydn; o la *9na de Beethoven*; provocaron un efecto anímico e incluso comportamental en la sociedad que las escuchó; estos son tiempos donde otro tipo de música ha irrumpido en las personas haciéndolos de igual manera, adquirir nuevas formas de manifestarse ante ellas o por ellas y de lo cual tenemos que estar conscientes.

En el caso de Ecuador, nuevas tendencias como el reggaetón, el rap, la música disco, imponen en el público oyente una manera de actuación y de transformación psíquica más violentas en comparación con otros géneros musicales ecuatorianos tradicionales. Los sonidos repetitivos rítmicamente, con una intensidad del sonido por lo general más alta de la que el ser humano debe escuchar; provocan en muchas ocasiones, comportamientos violentos; por solo citar un ejemplo.

En el trabajo Psicodramático y de Teatro espontáneo, debe tenerse en cuenta los tipos de música que se utilicen para cada parte del proceso, pues el conocimiento de la influencia

de la música en cada individuo, favorecerá la respuesta de estos, en las diversas situaciones a las que se expongan.

Consideraciones desde el Psicodrama y el Teatro Espontáneo

Desde el Psicodrama la música se ha venido utilizando por algunos, de manera empírica y fundamentalmente dirigida al establecimiento y la modificación de las relaciones humanas, contribuyendo a la adaptación del individuo a espacios grupales, potenciando la creatividad, influyendo en estados de ánimo de manera general, etc.; y teniendo en consideración el impacto corporal que posee: (activación de regiones del cerebro que estimulan emociones, estado de ánimo), comportamiento y toma de decisiones, así como el enriquecimiento que produce en el proceso sensorial, cognitivo, y de los procesos motores.

Los antecedentes fundamentales de la utilización de la música en los procesos grupales y específicamente en procesos psicodramáticos, se encuentran en las obras de Psicomúsica y Sociodrama (Jacob Levy Moreno) y en Musicoterapia y Psicodrama (Joseph J. Moreno); aunque determinadas escuelas de psicodrama (de Argentina y España fundamentalmente) se encuentran incursionando también en esta práctica.

PROCEDIMIENTOS METODOLÓGICOS

¿Cómo proceder?

Para una adecuada utilización de la música sería necesario inicialmente analizar teóricamente los puntos de encuentro entre estas disciplinas, para después valorar, con una visión desde la práctica, cómo las técnicas musicales pudieran ser utilizadas en psicodrama.

Relación entre las bases filosóficas del psicodrama con la música.

1. Considerar la música como potenciadora de **espontaneidad**, teniendo en cuenta lo que J. Levy Moreno planteaba: “la improvisación musical es la formación de la espontaneidad”.
2. La música en el **Aquí y Ahora** (categoría del Momento): El hacer música: aquí y ahora, cantar, jugar, representar, interpretar, permite que el sujeto reviva situaciones y experimente una experiencia de novedad mientras crea).
3. La música en el **Encuentro** psicodramático: La posibilidad de encontrarse con otros a través de la música, encontrarse a sí mismo a través de la producción musical individual o a través de la producción de los otros.

4. **La música y las Conservas Culturales:** A partir de lo que planteara Moreno en 1977: “La psicomúsica no tiene la intención de reemplazar la música profesional. Simplemente, se quiere utilizar la música que surge de los momentos espontáneos y creativos, donde las emociones y el propio mundo interno surgen de manera más natural”. En un proceso psicodramático entonces se trataría de eliminar la producción analítica musical, así como de la técnica y notación musical convencional (propia de los músicos profesionales). O en caso de que músicos profesionales se encuentren en vivenciando un proceso psicodramático con música, se les convocaría a tratar de no utilizar los modos convencionales de interpretación de sus instrumentos.
5. La música como potenciadora de la **catarsis**: A partir de los criterios de J.L. Moreno: “El objetivo siempre será lograr la catarsis psicomusical”, o de Barcellos (1980): el uso de instrumentos, el uso de la voz, el uso del cuerpo como instrumento musical, pueden servir como preludio a la catarsis.
Resultaría interesante a partir de estos criterios, pensar en la utilización de la música para el logro de la catarsis con la misma intencionalidad que lo hace el cine. Como mismo en el séptimo arte, la música contribuye a la catarsis en el clímax dramático... así ocurrirá en el Psicodrama con el uso de la música.
6. La construcción de **imágenes** (primero mentales y luego corporales), teniendo en cuenta que la producción de un sonido es siempre acompañada de una carga emocional
7. La música como vía de **comunicación** con los otros, antes, durante y al final de la sesión.

Técnicas musicales pudieran ser utilizadas en psicodrama

- Utilización en Caldeamiento
 - a) Ejercicios rítmicos (Ej. Música con zapatos o con palmadas)
 - b) Saludos con otros tonos de voz.
 - c) Para llamar la atención del público. (Ej. Con un silbato)
 - d) Sabrás quien soy por mi música: Con una breve melodía cada miembro del grupo se presentará ante los demás y mostrará cual género musical o cual canción específica lo identifica.
- Como medio para evocar escenas o historias vividas.
 - a) Los sujetos piensan en una canción y a partir de ahí se conectan con su historia.

- b) El coordinador puede ofrecer fragmentos musicales diversos para que del grupo broten historias pasadas, presentes o futuras.
- La música en función de la escena. Utilizándose para como recurso para dar mayor credibilidad a una historia. (lo que implica ser oportuno).
 - Música en función de la catarsis: Durante la catarsis el coordinador puede utilizar música de fondo para facilitar la expresión emocional y sentimientos reprimidos. También pudiera usarla cuando existe una evidente resistencia de los sujetos para llegar a la catarsis; usando así la música como objeto intermediario para reducir defensas. La música, por tanto, pudiera suplir al “chunche” en determinadas ocasiones... para facilitar la descarga de variadas emociones.
 - Música y Cambio de Roles: Se podría realizar con instrumentos musicales, donde cada sujeto que cambia de rol, se expresa a través del instrumento que también ha intercambiado. Ej. Pudiera darse el caso de tener una “Discusión Musical”
 - Música y Maximización: El sonido incrementado de la voz o de los instrumentos, permitirá obtener una maximización mucho más intensa en determinada escena. Ej. Aumentando la dinámica sonora mientras un sujeto verbaliza su ira, puede favorecer más rápidamente la catarsis.
 - Música y Soliloquio: La música puede facilitar la concentración y la concretización para poder hacer el soliloquio. (con improvisación individual) (auxiliándose del coordinador)
 - Música y Yo Auxiliares: Utilización de sonidos específicos para la elaboración del yo auxiliar
 - Música y Cierre: Lo que sentí desde una melodía. Se pondría la música a disposición del público para cerrar (improvisación grupal).
 - Podría utilizarse también como medio para potenciar comunicación no verbal en casos donde la comunicación verbal sea difícil para el sujeto, o en casos donde también la expresión corporal resulte incómoda para él.
 - En el teatro espontáneo la música como recurso no es elección, sino que es determinante y necesaria. Sin música no habría teatro espontáneo.
 - La música debe utilizarse en consonancia con las emociones manifestadas teniendo en cuenta la representación de los artistas para que concuerde con la intensidad dramática, pero también con la música podrá jugarse con el público y lo que este irá

experimentando, de manera que pueda ayudarse con la música a llevar al clímax determinados sentimientos o emociones.

- La música podrá ser vista como un personaje más, que tendrá la posibilidad de entrar y salir de las escenas.

CONCLUSIONES

- A lo largo de la historia se ha evidenciado el poder curativo y transformador de la música sobre los individuos.
- La música es capaz de influir en la conducta humana, independientemente de si posee letra o no.
- Los elementos puramente musicales tales como: altura, ritmo, dinámica, timbre, tempo, etc. podrían ejercer un efecto específico en la persona que escucha.
- El efecto de una obra dependerá del tipo de música que se proyecte y de las características individuales y experiencias musicales del sujeto y del contexto en que se expresen.
- La música puede ser utilizada en las diferentes etapas de una sesión psicodramática, teniendo en cuenta los principios de ambas disciplinas.
- Las técnicas propuestas podrían contribuir al desarrollo de una nueva forma de hacer psicodrama.

RECOMENDACIONES

- Profundizar en el tema de la utilización de la música en el psicodrama y en el teatro espontáneo.
- Preparar a los psicodramatistas y teatristas espontáneos en el tema de la utilización de la música, para lograr la aplicación efectiva en el trabajo con grupos.
- Comenzar a utilizar conscientemente aquellos elementos musicales en consonancia con los estados de ánimo y conductas que se den en el proceso terapéutico.
- Supervisar trabajos de psicodramatistas y teatristas espontáneos que utilicen la música como parte de su trabajo en grupo.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Asebey Morales, A. M. d. R. C. V.-F., Manuel. (2006). *Hacer y pensar la psicología*. La Habana: Editorial Caminos.

Autores, C. d. (2003). *Inteligencia, Creatividad y talento. Debate actual*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.

- Barron, F. (1977). *Personalidad creadora y proceso creativo*. Madrid: Editorial Morova.
- Columbié Rodríguez, Y. (2010). *Apropiación acrítica de los mensajes negativos del reggaetón, respecto a las relaciones de género*. UCLV.
- Chivás Ortiz, L. F. (1992). *Creatividad + dinámica de grupo = ¿Eureka?* La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Fernández Ibarra, M. (1988). *Metodología de la Investigación Social*. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Gadner, H. (1987). *Arte, mente y cerebro. Una aproximación cognitiva a la creatividad*. Barcelona: Editorial Paidós.
- González Valdés, A. (1990). *Como propiciar la creatividad*. La Habana: Editorial Ciencias Sociales
- González Valdés, A. (1995). *PRYCREA. Pensamiento reflexivo y creatividad*. La Habana: Editorial Academia
- Hernández Hernández, F. (1992). *Aproximación a un sistema de técnicas para valorar niveles de creatividad en los estudiantes*. UH.
- Hernández Sampieri, R. (1998). *Metodología de la Investigación*. México: Editorial Mexicana.
- Belinche, D. (Belinche/Larregle). *Apreciación musical*. La Plata: Edulp.
- Berrío, N. (2011). *La música y el desarrollo cognitivo*. Corporación Universitaria
- Botella, A. (2006). *Música y Psicomotricidad*. Revista Iberoamericana de Psicomotricidad y Técnicas Corporales, 6(21). Obtenido de http://www.academia.edu/download/35665714/Botella._Musica_y_Psicomotricidad.pdf
- Choin, David; Moya, Misael (2017): *La formación cultural y artística en la formación inicial y general básica en Ecuador: un acercamiento desde unidades educativas de Azogues*, Revista de Investigación y Pedagogía del Arte, No. 2, Universidad de Cuenca; en: <https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/revpos/article/view/1423/1105>
- Díaz, M. (2004). *La educación musical en la etapa 0-6 años**. Revista Electrónica de LEEME, #16(14). Obtenido de <https://ojs.uv.es/index.php/LEEME/article/view/9750/9184>

- Gainza, V. H. (1964). La iniciación musical del niño. Buenos Aires: Ricordi Americana.
- Gustavo, O. (2014). Efectos de la música en el cerebro de los niños y las niñas. Obtenido de Quetescuchen.com: <https://quetescuchen.com/efectos-de-la-musica-en-el-cerebro-de-los-ninos/>
- Pascual, P. (2002). Didáctica de la música para Primaria. Madrid: PEARSON EDUCACION.
- Reinoso, K. (2010). La educación musical y su impacto en el desarrollo. Revista de Educación y Desarrollo, 8. Durango. Obtenido de http://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/12/012_Reynoso.pdf
- Rodriguez, S. (2015). www.emagister.com. Obtenido de La importancia de la música en la educación: <https://www.emagister.com/blog/la-importancia-de-la-musica-en-la-educacion/>
- Belinche, D. (2011). Arte, poética y educación. La Plata: INNOVA.