

MINISTERIO DE EDUCACIÓN
DIRECCIÓN REGIONAL DE EDUCACIÓN PUNO
ESCUELA SUPERIOR DE FORMACIÓN ARTÍSTICA PÚBLICA DE
JULIACA
CARRERA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN ARTÍSTICA
PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN ACADÉMICA
ESPECIALIDAD DE EDUCACIÓN MUSICAL



INFORME DE INVESTIGACIÓN TESIS

**LA MUSICOTERAPIA PARA MEJORAR EL ÁREA EMOCIONAL DE LOS
ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO
PÚBLICO DE JULIACA - 2018**

PARA OPTAR EL GRADO DE BACHILLER
PROFESIONAL EN EDUCACIÓN ARTÍSTICA –
ESPECIALIDAD: MÚSICA

PRESENTADO POR:

Prof. PASCUAL HUANCAPAZA MAMANI

Prof. JAIME ROLDAN MAMANI MAMANI

ASESOR:

Bach. HÉCTOR LEONIDAS ARI LINAREZ

JULIACA - PUNO - PERÚ

2019

**ESCUELA SUPERIOR DE FORMACIÓN ARTÍSTICA PÚBLICA
DE JULIACA**

CARRERA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN ARTÍSTICA
PROGRAMA DE COMPLEMENTACIÓN ACADÉMICA
ESPECIALIDAD DE EDUCACIÓN MUSICAL

INFORME DE INVESTIGACIÓN

LA MUSICOTERAPIA PARA MEJORAR EL ÁREA EMOCIONAL DE LOS
ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO
PÚBLICO DE JULIACA

PRESENTADO POR:

Prof. PASCUAL HUANCAPAZA MAMANI

Prof. JAIME ROLDAN MAMANI MAMANI

INFORME DE INVESTIGACIÓN APROBADO POR LOS JURADOS:

PRESIDENTE :
Lic. Fany Angélica Dávila Torres

PRIMER MIEMBRO :
Lic. Celso Humpiri Colquehuanca

SEGUNDO MIEMBRO:
Lic. Helar Dario Calla Quispe

ASESOR :
Bach. Héctor Leonidas Ari Linarez

JULIACA, OCTUBRE DEL 2019

DEDICATORIA

El presente va dedicado a los docentes que nos han ilustrado con sus sabias enseñanzas en el Programa de Complementación Académica de la ESFAP-J

AGRADECIMIENTO

Nuestra gratitud y reconocimiento al personal administrativo de la Escuela Superior de Formación Artística Pública de Juliaca, por habernos brindado el valioso apoyo para poder optar el Grado Académico de Bachiller en Educación Artística: Especialidad: Educación Musical.

RESUMEN

El presente trabajo hace una descripción del proceso musicoterapéutico realizado en el Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca, desarrollado con el objetivo de mejorar los problemas emocionales como el estrés, la ansiedad, la depresión de un grupo de estudiantes a través del uso de la musicoterapia, incidiendo de esta forma en el mejoramiento de sus relaciones intra e inter personales. El trabajo de investigación se encuentra enmarcado en el paradigma cualitativo de las ciencias sociales, denominado Investigación Acción Pedagógica Colaborativa, desde el área de la Música empleando la musicoterapia. El proceso se llevó a cabo en un total de siete sesiones, tomando como ejes principales la improvisación referencial y el trabajo con Música instrumental y canciones, se analizó de forma continua mediante los instrumentos de seguimiento y evaluación, entrevistas semiestructuradas, protocolos de sesión y perfiles de valoración en la improvisación; esta revisión constante del proceso contribuyó de forma especial a la rigurosidad en la validez de la acción musicoterapéutica desarrollada. En éste trabajo, bajo la óptica de una investigación acción que escapa de la regla las categorías y propiedades establecidas y realizando un aporte la musicoterapia en el ámbito educativo.

Palabras Clave: Musicoterapia, estudiantes, emoción, habilidades sociales, ISO musical, signo zodiacal, estrés, ansiedad, depresión, Investigación acción Colaborativa.

PRESENTACIÓN

Señor Director de la Escuela Superior de Formación Artística Pública de Juliaca, señores docentes revisores de este Informe Final de Investigación titulado: LA MUSICOTERAPIA PARA MEJORAR EL ÁREA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO PÚBLICO DE JULIACA.

El presente informe de investigación surgió de la necesidad de realizar un estudio sobre la importancia de la música aplicada en la terapia a jóvenes estudiantes que sufren de alteraciones psico-emocionales.

Se desconoce en nuestro medio las repercusiones del padre o madre faltante o ausente; la figura del padre es fundamental en el seno familiar incluso desde antes del nacimiento, asumiendo el rol facilitador del buen ambiente en su desarrollo, que contribuye a la estructuración psico-emocional del hijo; brindándole un espacio que satisface en lo físico, social y afectivo-emocional de manera continua y significativa. En este sentido, las familias en las que hay ausencia de padres, de uno o de ambos, se constituye en una situación de riesgo para sus integrantes, en especial para los adolescentes ya que estos se encuentran en un periodo importante de su desarrollo.

Diversos estudios explican que en las familias integradas por un solo padre, los hijos muestran signos de agresión y depresión, abandono, soledad, baja de autoestima, un clima social familiar empobrecido y actitudes de reproche hacia los padres; por otro lado, los que viven con ambos padres se desarrollan sin mucha dificultad cognitivo-emocional.

Es esta la preocupación que nos impulsó a realizar este estudio sobre la aplicación de la musicoterapia en los estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca.

INDICE

PORTADA

HOJA DE APROBACIÓN

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN/PALABRAS CLAVES

PRESENTACIÓN

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 Descripción de la realidad problemática.....	12
1.2 Formulación del problema.....	15
1.3 Delimitación del problema.....	15
1.4 Justificación de la investigación.....	16
1.4.1 Importancia de la investigación.....	17
1.4.2 Viabilidad de la investigación.....	17
1.5 Objetivos de la investigación.....	18
1.5.1 Objetivo general.....	18
1.5.2 Objetivos específicos.....	18
1.6 Limitaciones del problema.....	19

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LA LITERATURA/ MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación.....	20
2.1.1 A nivel internacional.....	20

2.1.2 A nivel nacional.....	21
2.1.3 A nivel regional.....	23
2.2 Bases teóricas	24
2.2.1 La emoción.....	24
2.2.1.1 Problemas emocionales.....	25
2.2.1.2 La emoción en la educación.....	30
2.2.1.3 Las emociones en el aula.....	32
2.2.2 La musicoterapia.....	35
2.2.2.1 Abordaje musicoterapéutico con adolescentes.....	36
2.2.2.2 El ISO musical.....	40
2.2.2.3 El principio del ISO.....	41
2.2.2.4 La musicoterapia zodiacal.....	44
2.3 Fundamentos teóricos de la investigación acción (I-A).....	46
2.3.1 Finalidades y características de la investigación-acción.....	47
2.3.2 Criterios de validez en estudios cualitativos.....	47
2.4 Definición de términos básicos.....	48
2.5 Ejes y subejos de investigación.....	50

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 Tipo de investigación.....	51
3.2 Diseño de investigación.....	52
3.3 Actores de cambio.....	53
3.4 Técnicas e instrumentos de investigación.....	53
3.4.1 Técnicas.....	54
3.4.2 Instrumentos.....	55

3.5 Técnicas de análisis e interpretación de resultados.....	56
3.6 Plan de acción.....	59
3.6.1 Población objetivo.....	59
3.6.2 Objetivos del plan de acción.....	60
3.6.3 Hipótesis de acción.....	60
3.6.4 Descripción de las acciones.....	61
3.7 Criterios e indicadores para el seguimiento y evaluación de la propuesta pedagógica.....	62
3.7.1 Criterios.....	62
3.7.2 Indicadores.....	62

CAPÍTULO IV

RESULTADOS

4.1 Discusión de resultados.....	63
4.1.1 Análisis e interpretación de los resultados por categorías y subcategorías.....	63
4.1.1.1 Categoría planificación.....	63
4.1.1.2 Categoría evaluación.....	64
4.1.1.3 Categoría estrategias metodologías: estrategias de la musicoterapia.....	64
4.1.2 Triangulación de la información.....	66
4.2 CONCLUSIONES:.....	67
RECOMENDACIONES:.....	68
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:.....	69
ANEXOS:.....	72
1.- Diarios de campo investigativo.....	73
2.- Registro fotográfico.....	110
3.- Grabaciones en video.....	112
4.- Cuadro de triangulación de datos.....	113

INTRODUCCIÓN

El presente informe de investigación da cuenta de un proceso musicoterapéutico enfocado al fortalecimiento de las habilidades socioemocionales de tres señoritas del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca. Su diseño se encuentra enmarcado en el modelo cualitativo abordado desde la Investigación-acción. Además mediante el análisis de contenido se eligen tres categorías preseleccionadas, estrés, ansiedad, depresión, las cuales son desarrolladas para atenuar sus efectos en sendas sesiones con las Estrategias de la Musicoterapia.

A diferencia de otras investigaciones, incluyendo las del tipo de investigación-acción colaborativa, ésta es una experiencia algo atípica. Presenta resultados que salen un poco del margen de esa lógica y racionalidad que subyace a la investigación empírico-positivista. Vale decir, bajo el enfoque positivista, no es posible concebir situaciones disfuncionales en un proceso de investigación. Desde un inicio, la investigación sigue un patrón establecido, sin opción a replanteos y reformulaciones, tal como acontece con los experimentos. De hecho, se preestablecen cuáles van a ser los resultados en una investigación de corte positivista. En cambio, al haberse adoptado el modelo de investigación-acción colaborativa, como una estrategia metodológica de abordaje, aquella lógica y racionalidad con la que opera el investigador, asume otra dimensión. Una realidad diferente donde es posible desarrollar replanteamientos, conceptuales, temporales, metodológicos y procedimentales que hacen a un trabajo de investigación.

Esta experiencia, enmarcada en el modelo de investigación acción pedagógica ha permitido obtener resultados que describen y analizan de manera reflexiva y crítica las diferentes situaciones confrontadas en el proceso de Investigación Acción Pedagógica Colaborativa.

El análisis de los resultados que se presentan en este informe se halla estructurado en cuatro capítulos:

En el primer capítulo hace referencia al Planteamiento del problema, donde se hace la descripción de la realidad problemática, formulación del problema, delimitación del problema y la justificación de la investigación.

En el segundo capítulo se examinan los fundamentos teóricos que fundamentan la experiencia investigativa, es decir la revisión de la literatura donde se describen las estrategias adoptadas para llevar a cabo esta experiencia que estuvieron enmarcadas en el carácter, reflexivo-crítico, y resolutivo de situaciones problemáticas de la investigación acción.

En el tercer capítulo se describe la metodología empleada en éste tipo de investigación, como el diseño metodológico asumido, las técnicas e instrumentos de recolección de datos como las técnicas de análisis e interpretación de datos.

En el cuarto capítulo se presenta los resultados de la investigación. En él se describen y analizan de manera reflexiva y crítica los resultados obtenidos. Aspectos orientados a los cambios experimentados por los estudiantes, al haber participado en sendas intervenciones con las estrategias de la Musicoterapia, cambios descritos en cuanto al estrés, ansiedad y la depresión y fundamentalmente al mejoramiento de las habilidades socioemocionales de las participantes.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1 DESCRIPCIÓN DE LA REALIDAD PROBLEMÁTICA

El Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca alberga en la actualidad cerca de cuatrocientos estudiantes, en las especialidades de Educación Inicial, Educación Primaria, Educación Secundaria en las especialidades Comunicación, Matemática, Ciencias Sociales y Ciencia Tecnología y Ambiente, cuenta con una regular capacidad instalada y servicios de laboratorio, biblioteca, campos deportivos, Servicio Agroecológico Demostrativo, unidades móviles, servicio de internet, etc.

Como docentes aparte de las condiciones salariales y condiciones materiales de vida que afectan nuestro desempeño profesional, uno de los mayores problemas que se viene afrontando en la dirección del aprendizaje durante los últimos años, es el tradicionalismo que aún impera en nuestra actuación como docente, privilegiando el aspecto cognoscitivo, y a veces las clases expositivas, pese a los esfuerzos de desprendernos de esta práctica, ensayando estrategias como los trabajos en equipo, exigencia de la práctica de los organizadores del conocimiento en los estudiantes, etc. unido a los problemas evidenciados en la práctica docente, otro aspecto que tiene relación con la práctica pedagógica, prácticamente es el nulo servicio de asesoramiento y monitoreo por parte de los encargados de velar por los servicios educativos.

Los estudiantes se debaten en un sinnúmero de problemas, entre ellos las inasistencias, la carencia de material bibliográfico actualizado, carencia de recursos de aprendizaje, metodologías de aprendizaje desfasados de parte de los docentes, relativa ausencia de tutoría frente a los diversos problemas que afrontan, que tienen relación con las inasistencias, todos estos problemas y los comportamientos rutinarios de los estudiantes hacen que no se logre los estándares requeridos en su rendimiento académico.

Frente a la diversidad de problemas que afectan el rendimiento académico de los estudiantes, que tienen su correlato con las condiciones familiares, socioeconómicas, culturales y políticas en las que se desenvuelven.

Las expresiones negativas de agresividad, depresión, preocupación, estrés, baja autoestima de los jóvenes adolescentes de nuestra sociedad peruana se manifiestan cada día en los establecimientos educacionales del país, podemos ver muchos casos que evidencian el avance progresivo de estas reacciones poco asertivas, llegando inclusive hasta el suicidio repentino e inequívoco.

Nuestra institución formadora no es la excepción en este tipo de problemas de los estudiantes, quienes vienen atravesando una etapa muy difícil en su desarrollo, sobre todo lo relacionado con problemas de tipo emocional, que se han evidenciado en el seguimiento a través de la Jefatura de Tutoría, la misma que consta en sus registros personales correspondientes.

La inquietud de llevar este estudio que tiene carácter de investigación acción colaborativa en el aula, en el tipo de Investigación Acción Pedagógica, ha sido la de disminuir los problemas

emocionales de los estudiantes en las que se ha detectado, proponiéndoles realizar sesiones de musicoterapia como estrategia en la doble motivación que tenemos por una parte de nutrirnos de una experiencia inolvidable y la otra de atenuar los problemas emocionales de los estudiantes en número de seis (06), pero que al final de esta investigación participaron tres (03) estudiantes.

Condiciones que aumentan su situación de vulnerabilidad, afectando sus relaciones intra e interpersonales en sus diferentes contextos educativo, familiar e institucional. Necesidades que no se intervienen de manera oportuna y profunda por el horario limitado y falta de profesionales indicados en el trabajo personalizado de las estudiantes seleccionadas.

La institución al no contar con un equipo interdisciplinario y un tiempo pertinente para atender estas necesidades; termina remitiendo a servicios externos de la institución en algunos casos en otras simplemente, dejando el problema sin resolver, desventaja para las estudiantes en su desarrollo personal, social y cognitivo reflejando como consecuencia mayores dificultades en su contexto educativo, hogar de protección, dinámica familiar y social.

Si bien, las competencias emocionales favorecen las relaciones interpersonales, la solución de problemas, la adaptación al contexto, los procesos de aprendizaje, es prioritario intervenir en éste tipo de habilidades para favorecer el hacer frente a situaciones de la vida que deben asumir estas estudiantes. Si el manejo de las emociones facilita la conciencia de sí mismo y la relación con el otro, la regulación emocional puede ser una vía para un desenvolvimiento psicosocial adaptativo. Aspecto relevante para trabajar a través de la musicoterapia; siendo la música una estrategia de modulación emocional. Se ha observado que la música, activa diferentes zonas cerebrales como las áreas de las emociones, hecho visto a través de neuroimágenes. De igual manera la repercusión del sonido y la música en las emociones pueden

lograr cambios en la vida emocional de la persona. Hecho que fundamenta la música como elemento terapéutico que podría llegar a mitigar el daño socioemocional.

Esta investigación desde la musicoterapia pretende fortalecer la regulación emocional por ser la habilidad que favorece la identificación, comprensión e integración de la información emocional, llevando a metas intra e interpersonales (Figuroa, 2009).

1.2 FORMULACIÓN DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN ACCIÓN – COLABORATIVA

¿Cómo contribuye la musicoterapia en la mejora de los problemas emocionales de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca?

1.3 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA

La experiencia investigativa de carácter de investigación acción colaborativa, estuvo dirigida principalmente a tres (03) estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca, que tenían problemas emocionales de acuerdo a la ficha de tratamiento en el Departamento de Tutoría de la institución formadora de docentes arriba señalado.

Con la aplicación de las estrategias de la musicoterapia previa identificación de su ISO musical, esto es la identidad sonora de cada una de las participantes, se ha llevado a cabo a través de sendos talleres grupales e individuales, en los que se ha buscado atenuar los efectos de los problemas emocionales de las participantes tales como la ansiedad, la depresión, el estrés.

La importancia de este tipo de investigación es obvia, porque es una intervención directa a efectos de solucionar el problema identificado.

1.4 JUSTIFICACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

Como es de conocimiento mayoritario en toda nuestra sociedad existe un considerable desequilibrio de estabilidad socio-familiar que pone en riesgo la salud emocional en nuestros jóvenes adolescentes de nuestra localidad y la sociedad peruana, considerando este aspecto al interior del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca; es de necesidad urgente como entidad formativa realizar un estudio ampliado sobre el tratamiento terapéutico de nuestros estudiantes adolescentes, para una vida saludable de su desarrollo afectivo-emocional, se sugiere emplear la musicoterapia.

El propósito de nuestra propuesta de investigación, ha sido el de lograr un cambio favorable en el aspecto emocional de los jóvenes adolescentes, dejando atrás todos los prejuicios negativos de los trastornos psico-emocionales que dificultan y perjudican el desarrollo normal del área afectivo- emocional y cognitivo.

Esta investigación será de gran utilidad para los jóvenes adolescentes de nuestra sociedad ya que son el presente y futuro de nuestro país.

Esperamos que el presente trabajo de investigación sea un aporte más en el tema ya que existen muchas a nivel mundial pero poco en la educación peruana. Además se puede dar valor a la música y reconocer su influencia en las personas con diferentes dificultades.

1.4.1 Importancia de la investigación

La investigación reviste importancia porque la musicoterapia tiene efectos terapéuticos en los estudiantes con problemas emocionales como la ansiedad, la depresión y el estrés principalmente, ya que con las intervenciones que hemos realizado de alguna manera hemos potenciado su autonomía de los estudiantes, como beneficios positivos en la autorregulación de sus emociones.

Según la Federación Mundial de Musicoterapia (1996), “La musicoterapia apunta a desarrollar potencialidades y/o restablecer funciones del individuo para que éste pueda emprender una mejor integración intrapersonal e interpersonal, y en consecuencia alcanzar una mejor calidad de vida, a través de la prevención, la rehabilitación y el tratamiento”.

1.4.2. Viabilidad de la investigación

El desarrollo de estudios investigativos bajo el paradigma cualitativo y en la vertiente de la investigación acción deberán ser alentados por las autoridades de las instituciones superiores, y en los diversos sectores sociales de nuestra sociedad, porque permite una comprensión global de la realidad vivida por las personas, entender las necesidades sentidas que día a día ellas experimentan y ver la evolución de grupos y personas a partir del trabajo realizado en las investigaciones.

Es en este orden de cosas que hemos culminado con este trabajo de investigación pasando de las palabras a los hechos, si bien no hemos solucionado completamente los problemas emocionales de las estudiantes que han participado en esta experiencia investigativa,

consideramos que hemos dado un paso adelante en el tratamiento de problemas emocionales, a través de la musicoterapia.

1.5 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN:

1.5.1 OBJETIVO GENERAL

Identificar la eficacia de la Musicoterapia mediante el ISO musical y Musicoterapia Zodiacal, para mejorar el área emocional de los estudiantes seleccionados del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca.

1.5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a) Demostrar la eficacia del ISO musical para autorregular las emociones de los estudiantes con problemas emocionales del I.E.S.P.P. Juliaca.

- b) Determinar la eficacia de la Musicoterapia Zodiacal para autorregular las emociones de los estudiantes con problemas emocionales del I.E.S.P.P. Juliaca.

- c) Sensibilizar a la comunidad educativa sobre el impacto de la musicoterapia como estrategia pedagógica para mejorar los problemas emocionales de los estudiantes.

1.6 LIMITACIONES DEL PROBLEMA

Por la importancia que reviste para nosotros el problema de la investigación, consideramos entre los más importantes los siguientes:

- A.** Limitación Bibliográfica, sobre el presente problema de investigación en la región no existen investigaciones sobre el tema, ello ha dificultado para una contrastación y profundización de las categorías de estudio
- B.** La falta de materiales y acondicionamiento de muebles adecuados para tal fin.
- C.** El problema económico es otro aspecto que tiene relación con nuestro problema, no poder adquirir bibliografía física y realizar lecturas de tesis relacionadas de otras universidades sobre todo del extranjero.
- D.** Otra limitación que se tuvo fue el tiempo apremiante en el desarrollo efectivo de nuestras sesiones y/o diario de campo.
- E.** La parte administrativa del área correspondiente de la ESFAP ha sido también nuestro problema para efectivizar nuestro trabajo de investigación.

CAPÍTULO II

REVISIÓN DE LA LITERATURA/MARCO TEÓRICO

2.1 ANTECEDENTES DE LA INVESTIGACIÓN

A continuación se muestran algunos estudios que tiene relación con el presente trabajo investigativo.

2.1.1 A nivel internacional:

Ortiz, María (2006). Venezuela. El objetivo de dicha investigación fue determinar los efectos de la música en pacientes hospitalizados en la unidad de cuidados coronarios del Hospital Universitario de Caracas en el segundo trimestre del 2006. El diseño de esta investigación fue de campo cuasi-experimental, la muestra estuvo compuesta por 12 pacientes dividido en dos grupos, grupo control y experimental; se utilizaron dos instrumentos, una guía de observación para la medición de indicadores fisiológicos (presión arterial, frecuencia respiratoria y cardíaca y dolor) que se aplicó en tres tiempos: antes, durante y después de la música y se utilizó un cuestionario pre-test y post-test de 26 preguntas con cinco alternativas cada una, para la medición del indicador psicológico (alegría, depresión y ansiedad), el cual se aplicó dos tiempos: antes y después de la música y el indicador cognitivo (creatividad). Los resultados demostraron que en el grupo

experimento la aplicación de la musicoterapia tuvo efectos positivos sobre los indicadores medidos.

Chapelle, G. (1996). Venezuela. Teniendo como objetivo principal determinar el efecto de la intervención musicoterapeuta sobre las respuestas de estrés en sujetos hipertensos esenciales leves, considerándose la variable sexo a fin de determinar diferencias en la reactividad fisiológica y cognitivo-emocional con respecto a esta variable. La muestra estuvo representada por 150 sujetos diagnosticados como hipertensos, los cuales se distribuyeron en tres grupos de acuerdo al sexo a fin de que quedara el mismo número de hombres y mujeres en dos grupos distintos concluyendo, en base al objetivo planteado, que la reactividad cardiovascular frente al estrés fue menor en un 71% del grupo que escuchó música relajante en comparación con el grupo que escucho música neutra en un 21% y el que no escucho música en un 21%, por otro lado, el grupo que escucho música neutra no fue diferente en su reactividad cardiovascular del grupo que no escuchó ningún tipo de música. Esto indica que la música relajante es efectiva para disminuir la reactividad fisiológica al estrés.

2.1.2 A nivel nacional:

Entre los antecedentes que tienen relación con nuestro estudio a nivel nacional tenemos a: **Dr. Segundo Armas Torres**, pionero de la Musicoterapia en el Perú y Miembro de la Sociedad Argentina de Musicoterapia, quien sostuvo que la musicoterapia busca estimular los efectos del relax. En el año 2004, Siendo el Director General de la DISA III, Lima-Norte el Dr. Segundo Armas Torres y Ministra de Salud la Dra. Pilar Mazetti Soler, se promueve la Aplicación de la Musicoterapia en la Estimulación Prenatal y Temprana. Asimismo a partir del año 2008 se aplica la Musicoterapia como Proyecto piloto en la EPN, Gestación y Parto en el Centro Materno infantil de Santa Anita con la Asesoría de la

Asociación Argentina de Musicoterapia (ASAM): Drs. Rolando Benenzon y Gabriela Wagner. El 07 de febrero del 2009, la Unidad de Post Grado de la Facultad de Medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, aprueba el proyecto de Tesis: “EFICACIA DEL PROGRAMA DE MUSICOTERAPIA SOBRE EL DOLOR Y LA ANSIEDAD DURANTE LA FASE ACTIVA DEL TRABAJO DE PARTO EN MULTIGESTAS DEL CMI SANTA ANITA EN COMPARACION A LA ATENCION CONVENCIONAL DEL CMI SAN FERNANDO”, con el calificativo sobresaliente, siendo el autor de la Tesis el Dr. Segundo Armas Torres, miembro de la actual Junta directiva de SPEMAC.

Dr. Segundo Armas Torres, Rosa Bertha Maita Zegarra, Luis de la Calle Aramburu con el estudio y la publicación del “Manual de Musicoterapia aplicado a la salud, educación y desarrollo personal”. Temas sobre la bondad de la Musicoterapia muy importantes están ampliamente desarrollados en este manual, aplicado a la salud, educación y desarrollo personal (Ediciones Libro Amigo 2010) del doctor Armas, el primero en su campo en nuestro país, escrito desde un punto de vista científico, el cual sigue las pautas recomendadas por especialistas, y donde asimismo hace una revisión de las tesis e investigaciones escritas al respecto.

Soplin Mendoza, LL. (2015). Una investigación en el enfoque cuantitativo realizado en la Universidad Nacional de Chachapoyas cuyo título de la investigación es: “Efectos de la Musicoterapia sobre el estado de ánimo de los adultos mayores, Programa del adulto mayor, Hospital regional virgen de Fátima Chachapoyas – 2015”. Que concluye que la aplicación de la musicoterapia mejora significativamente el estado de ánimo de los adultos mayores del Programa del adulto mayor del Hospital Regional virgen de Fátima de Chachapoyas, haciéndoles más positivos; puesto que los adultos mayores presentaron

predominantemente estados de ánimo negativos antes de la aplicación de la intervención y posteriormente estados de ánimo más positivos.

2.1.3 A nivel regional:

En este ámbito de la región no hemos podido encontrar trabajos de trascendencia de esta naturaleza, pero como ejemplo citaremos en la ciudad de Puno, la música es utilizada como terapia por los médicos de EsSalud Puno para tratar la depresión en los asegurados de la región.

El tratamiento es aplicado en el Taller de Musicoterapia que se desarrolla en el Servicio de Psicología del Centro de Medicina Complementaria (CAMEC) de la red asistencial Puno, que atiende a más de 97 mil asegurados.

El psicólogo Javier Rivero Quiroga, responsable del taller, manifiesta que utilizar instrumentos musicales y realizar expresiones artísticas ayuda al paciente que se encuentra en estado de depresión a restaurar las funciones potenciales del individuo para mejorar su integración intrapersonal e interpersonal. Publicado el 1 Febrero, (2017).

En nuestra ciudad la entidad de ESSALUD que tiene un área denominada medicina alternativa o complementaria donde no se aplica la terapia musical. También las entidades Educativas de la región de Educación y otros no promueven esta actividad, es mas desconocen la gran importancia de la utilidad terapéutica de la música.

2.2 BASES TEÓRICAS

2.2.1 LA EMOCIÓN

a) Concepto

Se entiende por emoción el conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un individuo cuando responden a ciertos estímulos externos que le permiten adaptarse a una situación con respecto a una persona, objeto, lugar, entre otros.

La palabra emoción deriva del latín emotio, que significa “movimiento”, “impulso”. La emoción se caracteriza por ser una alteración del ánimo de corta duración pero, de mayor intensidad que un sentimiento. Por su parte, los sentimientos son las consecuencias de las emociones, por ello son más duraderas y se pueden verbalizar.

Las emociones son las causantes de diversas reacciones orgánicas que pueden ser de tipo fisiológico, psicológico o conductual, es decir, son reacciones que pueden ser tanto innatas como estar influenciadas por las experiencias o conocimientos previos.

b) Tipos de Emociones

Existen diversos tipos de emociones que se clasifican en un orden que va desde las más básicas a las emociones aprendidas en diversos contextos:

b.1 Emociones primarias o básicas: son aquellas que son innatas y que responde a un estímulo. Son: ira, tristeza, alegría, miedo, sorpresa, aversión.

b.2 Emociones secundarias: son aquellas que se generan luego de una emoción primaria, vergüenza, culpa, orgullo, ansiedad, celos, esperanza.

b.3 Emociones positivas y negativas: son las que afectan las conductas de las personas, por lo que algunas emociones pueden generar acciones o reacciones positivas como alegría o satisfacción pero, hay otras emociones que provocan sentimientos perjudiciales para el individuo. (<https://www.significados.com/emoción/>)

2.2.1.1 PROBLEMAS EMOCIONALES

Los trastornos emocionales o también conocidos como problemas internalizados afectan de una forma sustancial la capacidad de los seres humanos para manejar las demandas de la vida cotidiana, causando problemas de pensamiento, sentimientos, conducta personal y relaciones personales. Dichos trastornos emocionales o internalizados pueden ser percibidos de una forma visible principalmente en el rendimiento académico, en las relaciones personales y la comunicación de los individuos quien los padece (RUM, 2015). Desde el punto de vista de Achenbach y Edelbrock (1987, citado en Velázquez 2012) definen a los problemas emocionales como aquellos en los cuales las reacciones emocionales y cognitivas se manifiestan hacia el propio sujeto, cuya revelación puede ser en forma de depresión, fobias, ansiedades, caracterizados por la alta contención de los impulsos.

Siendo de una forma resumida, agrega Venegas (2014) problemas de ajuste ambiental que se manifiestan en comportamientos de inhibición, inquietud, timidez y creencias. Desde esta concepción la probabilidad de que exista una mayor prevalencia de los problemas emocionales o internalizados en el caso de la adolescencia es más certera, al ser una etapa de estrés debido a los diferentes cambios que se tienen en áreas como psicológica, biológica, emocional, social e incluyendo las demandas de la sociedad en la que se desenvuelve el individuo (Calzada, 2013).

Esto hace que la adolescencia se conciba como una transición en la cual el individuo va adquiriendo nuevos recursos y capacidades en las áreas antes mencionadas con el objetivo de poder tener una visión de sí mismo, del contexto en el que se desarrolla, poder entender las diferencias entre lo que significaba ser niño y adulto, ya que se encuentra en esa transición, causando duelos en esta etapa que le permiten adquirir nuevas experiencias que le ayuden a tener una identidad más fuerte y cohesionada. Dando como resultados el

desarrollo del pensamiento abstracto provocado por todos estos cambios adaptativos y que de alguna forma u otra en un cierto grado conducen a trastornos emocionales, siendo la depresión y la ansiedad característicos de una adolescencia sana (Loranca, 2002).

Al no poder cumplir con lo que se nos impone o no poder afrontar lo que nos causa peligro. Ya que en palabras de Shafii y Lee (1885) estas dos principales emociones son de desarrollo y supervivencia en los seres humanos por ejemplo, la ansiedad para el organismo emite las señales de peligro, mientras la depresión es reacción frecuente ante dichas experiencias.

Por otro lado, como lo menciona Villa (1997) a su vez, dichos problemas emocionales pueden causar conductas aparentemente distorsionadas que son observadas con preocupación y que hacen creer que se tratan de intensos problemas patológicos. Sin considerar que algunos cambios emocionales son el resultado de las reacciones de ajuste o alteraciones reaccionales de los adolescentes que incluso se encuentran en las clasificaciones de los trastornos psiquiátricos del adolescente.

Ante esto la misma autora menciona que en la adolescencia las alteraciones normales con relación a los problemas emocionales están caracterizadas por alteraciones socioemocionales o de comportamiento que se expresan como un conflicto entre las pulsiones y sentimientos del joven involucrando su medio social.

Con base en lo anterior, se podría decir que los problemas emocionales en los adolescentes son el resultado del cómo el individuo que atraviesa por esa etapa de transición percibe e interpreta su existencia. Es decir, el ¿cómo debe de ser? ¿Cómo quieres ser? y ¿cómo en realidad es?, sin olvidar que están inmersos dentro de un contexto que estipula una cultura, estatus sociales, costumbres y estructuras sociales que en ocasiones el propio adolescente no pudo cumplir con todos estos requisitos causando malestares internos en el individuo que le causan daño al no cumplir con las demandas que su medio le exige. Que incluso pueden convertirse en desórdenes emocionales, ya que si el adolescente no cuenta con los

recursos necesarios para afrontar la crisis con respecto la demanda del medio exterior, simplemente el individuo se queda estancado en su desarrollo tanto personal y social. Provocando inseguridades, sentimientos negativos hacia su propia persona. Siendo los cambios más visibles los siguientes:

a. Cambios físicos

Durante esta etapa se producen todos los cambios hormonales y anatómicos que permiten al niño pasar a tener un cuerpo de “adulto”. Los cambios son tan rápidos, diferentes y nuevos que sorprenden a todos. Estos cambios tempranos pueden ser socialmente una ventaja para el niño, pues le dan cierta superioridad entre sus amigos, le facilita sus condiciones para la realización de actividades deportivas; en cambio para las niñas el desarrollo temprano puede a veces ser un problema.

b. Cambios cognitivos

Es en la adolescencia cuando se produce el paso del pensamiento lógico del niño, al pensamiento abstracto propio de los adultos. Puede empezar a formular hipótesis, razonar acerca de ellas y extraer sus propias conclusiones.

A partir de esta nueva forma de pensar le será posible cuestionar el mundo, poner en tela de juicio todo aquello que hasta ahora era incuestionable. Piensa sobre sus propios pensamientos y puede orientar su afecto hacia determinadas ideas y valores.

Los niños pequeños no suelen pensar mucho en su futuro pero, los adolescentes suelen hacerlo con frecuencia. Empiezan a preocuparse por muchos aspectos que antes no les daban importancia: rendimiento en el colegio, apariencia física, empleo futuro, muerte, pobreza o hambre en el mundo...

Les cuesta tomar decisiones porque aún no tienen recursos. Tienden más a satisfacer sus necesidades inmediatas, sin valorar las consecuencias a largo plazo.

c. Cambios psicológicos

Necesidad de intimidad. El adolescente necesita su propio espacio. Por ello muchas veces se aísla en su habitación y se enfada cuando otros miembros de la familia pretenden “invadir su espacio”. Deja de contar muchas cosas sobre su vida a los padres y ante cualquier pregunta se siente invadido.

Egocentrismo y preocupación por la opinión de los demás. En esta etapa aunque la atención se centra en uno mismo, se empiezan a preocupar mucho por la opinión de los demás, fundamentalmente los amigos.

Durante la infancia es importante confiar en otras personas sobre todo los padres; pero durante la adolescencia se debe aprender a confiar en uno mismo. Además, se produce un paso de la confianza que tenían en los padres a tenerla en los amigos. Al compartir sus pensamientos y sentimientos con un amigo, el adolescente va explorando su propia identidad.

Búsqueda de su propia identidad: “Emancipación afectiva” para lograr esta independencia afectiva el adolescente debe “romper” con los padres, “atacar” a los adultos y refugiarse en el grupo de iguales.

En esta “ruptura” con sus padres, se debe convencer a sí mismo de que no los necesita, para lo cual tiende a criticar las conductas de sus padres, a devaluar sus preocupaciones, a menoscabarlos comparándolos con los de otros compañeros y fundamentalmente a rebelarse contra ellos y su dominio. No obstante, todo ello le genera culpa y angustia, que se entremezclarán con su afán de independencia.

En su “ataque” al mundo adulto, el adolescente critica y cuestiona todo el sistema social. Cualquier mensaje que provenga del mundo adulto será descalificado. Necesita buscar nuevos modelos: ídolos, héroes. Llegan a producirse cambios de actitud y de ideología tan extremos que a veces son difícilmente entendibles. Necesita desprenderse de todo lo que

le pueda señalar como niño o identificar con el adulto: manera de vestir, gustos... Aparecen los tatuajes, los piercing, el abandono de las tradicionales actividades extraescolares. Se inicia el consumo de alcohol, tabaco y otras drogas.

Mientras el adolescente se refugia en su grupo de amigos, encuentra seguridad y una rivalidad equilibrada. El grupo pasa a convertirse en su guía ética. Esto le permite completar el proceso de socialización y a la vez acercarse al otro sexo. Suele ser también en la propia cuadrilla donde el adolescente descubre “su otro yo”, ese amigo inseparable que le ayudará a encontrar su propia identidad.

Descubrimiento de la sexualidad. Es normal en esta etapa sentir intranquilidad por el interés hacia la sexualidad. Se empieza a pensar en la posibilidad de tener pareja y de vivir el enamoramiento; surgen las sensaciones e impulsos sexuales. Por todo ello, es normal tener fantasías relacionadas con la actividad sexual o practicar la masturbación.

Logro de su autonomía personal. Este es uno de los cambios más importantes que debe producirse en esta etapa, para el cual será fundamental todo el trabajo realizado en la infancia con el niño. Se debe dejar que tome sus propias decisiones, estimulando la confianza en sí mismo; aunque también habrá que actuar con firmeza y autoridad cuando llegue el momento de marcar el límite requerido.

Cambios de humor. Por todo lo señalado, es fácil entender que los cambios del estado de ánimo y las reiteradas manifestaciones de mal humor son una característica fundamental en la adolescencia, pueden pasar de la felicidad absoluta a una intensa tristeza; de sentirse inteligentes a sentirse estúpidos en pocos segundos.

Tienen la sensibilidad a flor de piel y cualquier pequeño comentario lo pueden vivir de manera desproporcionada, dejando estupefactos a los padres que no esperaban esa reacción desmedida. Fácilmente se sienten solos, diferentes e incomprensidos, buscan encerrarse en sí mismos y aparecen sentimientos de soledad y aislamiento. Muchas veces aparece

angustia por los intensos y acelerados cambios físicos y biológicos. Pueden aparecer cambios en los patrones de alimentación y ritmos del sueño.

Además de los cambios emocionales que ellos sienten, los adolescentes exploran varias formas de expresar sus emociones. Por ejemplo, un joven que anteriormente saludaba con besos y abrazos pasa a no decir casi ni “hola”. Es importante recordar que estos son cambios en la forma de expresar los sentimientos y no cambios en los sentimientos. (Romero, 2015).

2.2.1.2 LA EMOCIÓN EN LA EDUCACIÓN

Las afirmaciones que a continuación detallamos pertenecen a la docente española Mar Romero, extraído de su video conferencia del año (2018). Esta autora afirma que no hay educación emocional positiva ni negativa, ya que todas las emociones son necesarias para que las personas tengan vida plena; esto quiere decir que los seres humanos debemos saber llorar, reír, enfadarnos y otras emociones que vivimos constantemente.

Esta docente afirma que no son 6 las plataformas emocionales básicas, considera 10 y ni siquiera es agradable o desagradable, dependiendo del momento en que la estamos sintiendo dichas emociones. Ejemplo: Si alguien no siente tristeza al perder un ser querido sería psicópata, Se sentirá bien sintiendo tristeza, necesitamos sentir, necesitamos encontrar la emoción oportuna, en el contexto oportuno, con la intensidad oportuna, esta vendría a ser la clave del desarrollo total del ser.

A continuación mencionamos las 10 emociones que sugiere Mar Romera:

a) El miedo, es interesante sentir miedo a lo desconocido, el miedo nos permite estar vivos, tener prudencia, el miedo nos pone alerta a la amenaza, el límite se rompe con la prudencia y así se aprende a vivir a conquistar el mundo. La autora recomienda, no se debe decir no tengas miedo, tu ten lo que quieras tener.

b) El enfado (rabia, ira), es necesario tener enfado cuando las cosas no salen bien, hay que saber controlarlo, regular la energía, mi enfado me dirá sigue adelante cuando tengo una asignatura difícil, cuando tengo que superar obstáculos.

c) La sorpresa, provocar la sorpresa desarrolla sensibilidad en la vista, oído, gusto, olfato y el tacto, me permite cambiar de emoción a emoción.

d) La culpa, el error es una oportunidad, no se debe actuar para el acierto sino para el error, resiliencia, fracaso como una oportunidad.

e) La tristeza, debe ser una emoción, no sentimiento que es duradero y lleva a la depresión, tristeza es emoción que resetea el cerebro para empezar de nuevo.

f) El asco, necesitamos rechazar lo nocivo porque nos ayuda aprender a elegir, el asco es cerrado.

g) La curiosidad, nos salvará a la humanidad al planeta tierra, curiosidad ante lo nuevo, no pregunten qué ha aprendido sino que ha preguntado, deben aprender a preguntar no a contestar, preguntarnos por la causa es provocar curiosidad.

h) La admiración, actitud contemplativa del silencio, no se puede meditar, admiración en bajada en calma, los niños no aprenden lo que enseñamos, nos aprenden a nosotros; nos ubicamos como referente, nos admiran, nos aprenden porque nos aman y nos aman por que nos admiran.

i) La seguridad, seguridad para arriesgar, equivocarse, ya que es una nueva oportunidad para empezar, aprender y crecer, al niño se debe decir te quiero por quien eres, no por lo que haces.

j) La alegría, disfrutar del momento, aprende a felicitar y que te feliciten, todo en casa; en este lugar es donde se ama, yo creo en ti, haz lo que tú quieras ser. Los hijos no te salen mal, sino mirémonos al espejo.

Estas afirmaciones de la autora son muy valideras por ello hemos optado en incluir en el presente trabajo de investigación.

2.2.1.3 LAS EMOCIONES EN EL AULA

La incorporación de las emociones a la discusión pedagógica se volvió más fuerte cuando los estudios neurológicos más recientes dejaron entrever la importancia e influencia que tienen las emociones frente al aprendizaje. Mientras que algunas abren y magnifican las posibilidades de aprender nuevos conceptos, otras emociones las cierran. Por ejemplo, si un alumno siente miedo, el tiempo de concentración que tendrá sólo durará unos instantes, derivando en la distracción de su atención, y -en el mediano plazo- produciendo que el alumno se sienta inseguro de sus capacidades. En contraposición a esto, si un alumno está motivado, se siente feliz y tiene buena relación con sus compañeros y profesor, su rendimiento y concentración serán mayores, alcanzando un aprendizaje más efectivo.

Un gran factor a tener en cuenta en el proceso educativo es el clima emocional presente en el aula, puesto que tiene fuerte impacto en cuál será el rendimiento de los alumnos. En este sentido, el clima emocional se conforma de tres variables que deben integrarse entre sí para obtener resultados satisfactorios:

1) La relación del profesor con los alumnos: comprender que desde los alumnos existen expectativas, dudas, motivaciones, desmotivaciones, miedos, alegrías, entusiasmo, entre otras emociones, que tendrán influencia en su aprendizaje; y entender que por parte del profesor también hay otras emociones que pueden contribuir al desarrollo de un clima favorable para el proceso cognitivo. En esta relación hay confianza y seguridad entre ambos miembros, emociones que hacen posible el aprendizaje. El desafío del profesor en este caso es identificar cómo se sienten los alumnos respecto a la clase para poder guiarlos en su formación emocional y racional.

2) La relación entre los alumnos de la clase: es sabido que el aprendizaje es en gran medida una actividad social, por lo que la interacción entre los alumnos es importante para crear un ambiente propicio para transmitir conocimientos. En este punto, el desafío para el profesor radica en nutrir la relación entre los alumnos, fomentar el respeto y entendimiento para crear un clima positivo, tolerante y pacífico.

El clima que emerge de las dos relaciones anteriores: los ambientes educativos positivos y que proponen actividades en conjunto con los alumnos tienen mejor resultado que los ambientes negativos y con propensión a la violencia entre alumnos.

Para poder llegar a la instancia en la que el ambiente educativo es positivo, el docente debe trabajar en sus propias competencias emocionales, no sólo porque facilita el proceso de adquirir conocimientos sino porque además contribuye a la anticipación, la evaluación y la resolución de problemas, capacidades que luego retransmitirá en la formación de los futuros profesionales. (<https://identidad.21.edu.ar/la-emocionalidad-en-el-aula-y-sus-beneficios-en-el-aprendizaje/>)

Si las emociones definen el espacio de acciones posibles de realizar, entonces las emociones constituyen el aspecto de mayor relevancia para facilitar los aprendizajes en educación: emociones positivas o gratas permitirán la realización de acciones favorables para el aprendizaje, emociones negativas o no gratas no lo permitirán. En el caso de la interacción en el aula, las emociones que fundan las acciones de los estudiantes serían determinantes para el curso que sigue su aprendizaje, al favorecer o limitar acciones de una cierta clase según sea la emoción que las sustente. Por ejemplo: un alumno molesto o aburrido no realizará acciones favorables para el aprendizaje de las materias o contenidos tratados por el profesor en ese momento, como manifestar su interés en participar, hacer consultas, pedir nuevos ejemplos, discutir un concepto, etc.; por el contrario, un alumno motivado e interesado sí podrá hacerlo, favoreciendo así la construcción de su aprendizaje.

Esto lo hemos constatado en numerosos estudios realizados con niños y jóvenes en educación diferencial y educación básica, en la línea de investigación de la Metodología Interaccional Integrativa (MII)¹, propuesta pedagógica basada en la concepción de aprendizaje de la biología del conocimiento, cuya aplicación considera siempre la disposición emocional de los alumnos (Ibáñez 1988, 1995, 1997, 2002; Ibáñez, Flores Oróstegui 1991).

El contexto interaccional en el aula –la interacción profesor-alumno/alumno-alumno– constituye un modo de relación que tiene importantes consecuencias para la formación de los estudiantes, tanto en lo personal como en lo académico, en los distintos niveles del sistema educativo, incluida la educación superior. La percepción que tienen los estudiantes de sus relaciones interpersonales con los profesores sería lo que mayor impacto tiene en ellos, y no el contenido o materia de estudio. Esto es evidente cuando se realizan actividades con estudiantes de pedagogía en torno a los procesos educativos vividos por ellos: al preguntarles sobre cómo ellos aprendieron a lo largo de su educación básica y media, casi nunca mencionan el aprendizaje de contenidos particulares, la utilización de medios para aprender o métodos pedagógicos determinados; lo que está siempre presente son las vivencias respecto a sus interacciones con los distintos profesores y profesoras y su percepción sobre las características personales de ellos.

Por otra parte, uno de los supuestos teóricos que subyace a la actual Reforma es que la construcción y reorganización de la actividad cognoscitiva está estrechamente ligada a las nuevas formas de experiencia social (Vygotski, 1995), por lo que el cambio en las modalidades de interacción profesor-alumno sería un aspecto prioritario para cumplir con el propósito de mejorar la calidad de nuestra educación. Sin embargo, diversas investigaciones realizadas en Chile en los últimos años han mostrado que los estilos tradicionales de enseñanza en las escuelas y liceos se conservan y son poco permeables a

cambios significativos. Un aspecto que debe incidir en forma importante en el hecho de que la práctica pedagógica en los distintos niveles del sistema educacional conserve sus principales características por muchos años, independiente de movimientos de renovación y reformas, es el hecho de que los profesores recreamos en nuestras prácticas pedagógicas mucho de lo vivido cuando éramos estudiantes. Quizás la poca o nula atención prestada a las emociones de los actores educativos haya contribuido a ello, (Ibáñez 1996).

2.2.2 LA MUSICOTERAPIA

Desde 2011, la Federación Mundial de Musicoterapia consensua la siguiente definición: La Musicoterapia es el uso profesional de la música y sus elementos como una intervención en ambientes médicos, educativos y cotidianos con individuos, grupos, familias o comunidades, buscando optimizar su calidad de vida y mejorar su salud física, social, comunicativo, emocional e intelectual y su bienestar. La investigación, la práctica, la educación y la instrucción clínica en la musicoterapia están basados en aprendizaje socioemocional en la adolescencia a través de la musicoterapia según los contextos culturales, sociales y políticos (WFMT, 2011).

Asimismo, uno de los principios fundamentales de esta disciplina es el de Identidad Sonora, deducido por el médico psiquiatra norteamericano Ira Altshuler (1954) que, a partir del principio homeostático plantea que la música nos resulta placentera o agradable porque contiene una carga de energía instintiva metamorfoseada. Altshuler comprobó que el uso de música idéntica al estado de ánimo y tempo mental del paciente es útil para facilitar su respuesta mental y emocional, y además promueve el contacto y empatía entre este y su terapeuta (Poch, 1999).

Inspirado en esta idea, el médico psiquiatra y musicoterapeuta argentino Rolando Benenzon amplía y concibe a la Identidad Sonora como un conjunto infinito de energías

sonoras, acústicas y de movimiento que pertenecen a un individuo y que lo caracterizan. Este movimiento energético interno está formado por la herencia sonora, por las vivencias sonoras gestacionales intrauterinas y por las experiencias sonoras desde el nacimiento hasta la edad adulta. Iso significa “igual” en griego. El autor diferencia cuatro naturalezas de Identidad Sonora: Iso Universal, Iso Gestáltico, Iso Cultural e Iso Grupal.

Como afirma Paz Ulloa (2009), marcamos etapas a través de la música, por lo que paralela y análogamente a nuestras etapas físicas y psíquicas de vida, tenemos nuestra propia historia musical. Es así como a través de la música construimos nuestra identidad y nos diferenciamos del resto, lo que constituye la base para el proceso de construcción de la propia personalidad (Ulloa, 2009, p.59).

2.2.2.1 ABORDAJE MUSICOTERAPÉUTICO CON ADOLESCENTES

Se puede afirmar que la emoción y la música comparten una misma región en el cerebro. Como afirma Pérez (2008), la actividad musical terapéutica nos permite liberar las cogniciones de su carga emocional mediante un proceso de expresión primero no verbal y después elaborado verbalmente. Esta terapia facilita el cambio de cogniciones negativas a cogniciones con cargas emocionales que implican placer y satisfacción; permite controlar la compulsión y favorece al trabajo lento, largo y continuado que requiere la elaboración de una nueva forma de relacionarse con el mundo, concretada en ideas claras e inteligibles y puesta en práctica mediante una propuesta que implica de forma activa a la persona.

En general, los adolescentes con problemas de comportamiento manifiestan síntomas que reflejan sus necesidades. Por eso, en Musicoterapia se facilita la relajación y se potencia la capacidad del adolescente para reducir las conductas violentas. Como consecuencia, se han observado resultados positivos en las siguientes cinco áreas:

a) Afectivo - Emocional. Se consigue disminuir la tensión y ansiedad; Aumenta la tolerancia a la frustración; Incrementa la seguridad y la salud emocional; Potencia y facilita la expresión de los sentimientos y se obtienen respuestas emocionales apropiadas. Esta área ayuda a mejorar la autoestima y auto concepto, objetivos primordiales para favorecer la conformación de la identidad personal. El aspecto no verbal de la música la convierte en un catalizador de sentimientos y emociones.

b) Comunicación. Permite incrementar la capacidad de expresarse y crear; iniciar y mantener la comunicación. Se aprende a utilizar la música como medio de comunicación. Puede facilitar la expresión de la personalidad. Se ha observado que el proceso de escribir/componer canciones es una experiencia exitosa a través de la cual se obtiene información adicional.

c) Psico-Social. Se promueve incrementar la conciencia social, la cooperación; crear y facilitar un entorno motivador para la participación, implicación y colaboración en las sesiones, lo que permite el proceso terapéutico sin resistencias ya que se sintoniza con la música. Se puede potenciar la adquisición de conductas sociales apropiadas a través de la adquisición de habilidades musicales, participación en conjuntos, evocación de emociones, expresadas adecuadamente en espacios estructurados. El adolescente rebelde y desconfiado puede ver al musicoterapeuta como una figura amigable, que le puede ayudar a descubrir nuevas vías de expresión, y no como una autoridad.

d) Cognitivo-Conductual. Incrementa y mejora la atención, el aprendizaje y la memoria reciente. La música contribuye a la capacidad de atender, además de estimular la imaginación, reforzar la memoria y desarrollar la capacidad de orden y análisis. Interpretar y componer música también mejora la autoestima. A través de las respuestas musicales, se puede crear una estructura externa de control de comportamiento, así como medir la aptitud musical y explorar preferencias y conductas musicales.

e) Educativo. Adquirir y mantener habilidades académicas básicas puede ser frustrante para adolescentes con problemas conductuales. Esta disciplina puede ser uno de los refuerzos positivos y la motivación para el crecimiento académico, pues la música proporciona estructura.

Se considera que el ritmo podría ser un elemento útil a considerar en el assessment, la evaluación y el posterior programa de Musicoterapia para adolescentes perturbados emocionalmente, ya que es probable que el éxito o el fracaso de la respuesta del ritmo estén relacionadas con el control interno del comportamiento, lo que supone que una medición periódica de la respuesta rítmica proporciona evidencia respecto de los cambios en los adolescentes y el control de su conducta. Por otro lado, un pulso constante puede brindar contención al paciente; el ritmo se utiliza para mejorar la conciencia corporal y la coordinación motora. Así también se valora el uso de la improvisación musical para alentar la espontaneidad y creatividad.

Con respecto al grupo de adolescentes desescolarizados con problemas de alcohol y drogas, víctimas de diversos tipos de maltratos emocionales, psicológicos y físicos, y atendidos bajo el modelo clínico de intervención con la metodología de la Comunidad Terapéutica (Orellana, 2012) se ha observado que en intervenciones musicoterapéuticas grupales la improvisación musical requiere de adiestramiento para lograr cohesión. A pesar de esto, la práctica no deja de ser lúdica y enriquece el autoconocimiento y desarrollo intra e interpersonal mediante el feedback con los demás, mediante el canto que abre un importante canal de catarsis colectiva, y el songwriting, que consolida la identidad grupal. La imaginación libre y guiada con música despierta contenidos inconscientes al evocar situaciones sensibles o sensaciones asociadas a vivencias traumáticas, por lo que dependiendo del clima emocional de los (as) adolescentes es viable resguardar esta técnica para sesiones individuales. Penas y rabias contenidas toman buen cauce mediante las

técnicas interactivas al desplegar y exteriorizar sus creatividades. En intervenciones con modalidad individual sus producciones sonoras expresan sentimientos profundos y, cuando no se sienten preparados (as) para verbalizar, agradecen enormemente el hecho musical, en el cual se conectan con sus deseos de superación, amor, perdón familiar y social, y con las esperanzas que revelan sin temor a sentir vulneradas sus historias.

El trabajo con sus identidades sonoras es un gran aliado cuando les cuesta hablar de sí mismos (as), basta con un play para desencadenar la escucha y reflexión de la letra de una canción o creación musical que les representa. Las imaginarias y los baños sonoros (método que generalmente induce el sueño profundo pero sin impedir la posterior reflexión) les brindan un espacio-tiempo importante de relajación y contención. De esta manera, pueden razonar tranquilamente mediante la fantasía los sueños de un presente normal: pueden aceptarse, sanar, proyectar y decidirse a trabajar la realidad deseada.

Tomando en cuenta que estos adolescentes generalmente viven hacinados o en hogares ajenos, estos pacientes aprendizaje socioemocional en la adolescencia a través de la musicoterapia logran vivenciar la paz en una instancia propia, sutil emoción evidenciada y compartida en un acto teñido de “psicomagia” en el que reconstruyen una experiencia retrospectiva en un ambiente protegido, como cuando una madre o un padre contiene a su bebé con una canción de cuna. En la verbalización es importante para ellos (as) la empatía con la figura del (la) terapeuta y la honestidad al compartir reflexiones y enfoques de vida, ya que mediante esta comunicación sincera es que se produce una relación y consciencia interpersonal que sincroniza la experiencia humana en favor del reaprendizaje socioemocional.

Es justamente este tipo de vínculo del que han carecido durante su crecimiento, así como han carecido del sonido primordial de una palabra alentadora y comprensiva, transformada en matices de infinitas posibilidades de existencia.

En este proyecto de investigación proponemos algunas técnicas de musicoterapia, para vivenciar con los estudiantes seleccionados con problemas emocionales, a fin de que disminuyan éstas por lo menos.

2.2.2.2 EL ISO MUSICAL

Armas T, S. (2017) en el Manual de Musicoterapia aplicado a la salud, educación y desarrollo social, hace referencia a Benenzon, R. (2008), este famoso músico argentino, en su obra musical distingue dos momentos o fases importantes:

1. Fase diagnóstica:

a) Objetivos: son descubrir el Iso o identidad sonora del paciente o del grupo, así como el objeto intermediario y el objeto integrador. Conoce la paciente desde el punto de vista sonoro o musical.

b) Metodología: realización en primer lugar de la ficha psicoterapéutica (cuestiones relativas a las vivencias sonoras musicales del estudiante). Es edificación del encuadre no verbal (descubrir cómo el estudiante adolescente se mueve dentro de lo no verbal y como lo realiza). Hay que observar al paciente en su realización y uso o utilización de la música instrumental a su alcance. Esta observación, me durará aproximadamente veinte minutos. Después de la observación propones la evaluación de cuatro fragmentos musicales y observar las reacciones del adolescente ante cada fragmento que durará dos o tres minutos aproximadamente. Estos ejemplos tienen las siguientes características:

De ritmo muy primitivo, equipo binario (se relaciona con el ritmo cardíaco; el pulso es algo fisiológico). Predomina la melodía y el ritmo que sea secundario, (se relaciona con la parte mental) música donde predomina la armonía (la base de la armonía es el acorde y se relaciona con lo espiritual) es música de ambiente que abarca todo el espacio.

2. Fase terapéutica:

Sesión de musicoterapia propiamente dicha. Es la fase terapéutica del tratamiento en el cual el músico terapeuta hará uso de toda su capacidad de comunicarse con el paciente. Es aquí donde la formación del músico terapeuta se pone en juego. Distingue dentro de esta sesión 3 etapas:

a) Caldeamiento o catarsis: preparar el organismo para la acción. Cuando hablamos del organismo nos referimos a la persona general. El caldeamiento puede acarrear una descarga tensional o catarsis. Puede darse sólo el caldeamiento.

Percepción y observación del encuadre no verbal. El músico terapeuta percibe el Iso del paciente que intenta abrir un canal de comunicación con él. El Iso del terapeuta entra en juego, hay como un tanteo a nivel sonoro con el paciente.

b) Diálogo sonoro: ya está establecido el canal de comunicación y es cuando se cree que se produce el efecto terapéutico porque lo que se está buscando es una comunicación sonora no verbal con otra persona. Muchas terapeutas afirman que el objetivo de la musicoterapia es un mundo sonoro no verbal de comunicación. Esta metodología está enfocada desde una perspectiva clínica. Podemos adoptarlas introduciendo variantes propias que hagan óptima la sesión (depende de cada momento). (Armas T, S. 2017).

2.2.2.3 EL PRINCIPIO DE ISO

ISO, (Identidad Sonora)

Es el principio de ISO como el conjunto infinito de energías sonoras, acústicas y de movimiento que pertenecen a un individuo y que lo caracterizan. Este movimiento energético interno está formado por la herencia sonora, por las vivencias sonoras gestacionales intrauterinas y por las experiencias sonoras desde el nacimiento hasta la edad adulta.

En el inconsciente del ser humano se movilizan energías que tienden a la descarga. Estas energías que están flotando libremente se rigen de acuerdo a lo que Freud denominó el proceso primario. El proceso primario está caracterizado por la ausencia del tiempo. Es atemporal; quiere decir que en él no existe el pasado, ni el futuro, todo es presente.

a) El ISO Universal: contiene en el inconsciente las energías sonoras básicas, heredadas de milenios y milenios. Estas energías sonoras son características de todo el género humano, con las variables de las herencias más recientes: Occidente y Oriente: zonas frías, zonas tropicales, etc. En el hombre occidental, con variaciones climáticas, entre otras, encontramos las siguientes energías sonoras: el ritmo binario que imita el sonido cardiaco, las sonoridades y el movimiento del agua (líquido amniótico), los sonidos de inspiración y espiración, la escala pentafónica con sus intervalos de segunda y tercera; la tónica y la dominante, el acorde perfecto, el ostinato, el canon, el silencio.

b) El ISO Gestáltico: contiene en el inconsciente las energías sonoras que se producen desde el momento de la concepción de cada individuo. Estas energías podrán modificar o influenciar aquellas que se encuentran en el ISO Universal. Esto quiere decir que, si bien es cierto que la experiencia clínica indica que un ritmo binario, una canción de cuna en intervalos de segunda y tercera, producen un estado de tranquilidad, de previsibilidad, de contención porque son reconocidos, ya que se encuentran en la memoria del no-verbal, también esto dependerá de la historia del sujeto en cuestión.

En un individuo en cuya historia aparece una experiencia conflictiva grave, como situaciones de guerra, donde se ha combinado el ritmo binario primitivo con el ritmo de marchas militares, este último ritmo modificará el anterior y lo conducirá a estados de excitación y de imprevisibilidad.

En este caso, diremos que el ISO Gestáltico ha cabalgado sobre el ISO Universal, transformando la lectura de la producción sonora dependiendo de las transferencias que el

paciente realice con su musicoterapia dentro del contexto no-verbal. Jung resumió el arquetipo en el concepto de "inconsciente colectivo", esto es, precisamente aquella dimensión del inconsciente que trasciende la psique individual y que, por lo tanto, no puede adjudicarse a los contenidos olvidados o reprimidos.

Aparece como característica la temporalidad. El pasado y el futuro son parte de ellas. Todo se vuelve cronológico, ordenado, y las energías se estructuran en una lógica, con lo cual podrán pasar a la conciencia y proceder a la descarga final. Podría decir, utilizando una metáfora, que las energías se digitalizan. Por eso aquí puede aparecer la palabra.

Según Freud, en este lugar las energías son sometidas a los filtros de los mecanismos de defensa.

c) El ISO Cultural: está formado por movimientos energéticos sonoro-musicales que se forman a partir del nacimiento, y cuando el individuo recibe los estímulos sonoros del ambiente que lo rodea. Por lo tanto, la producción sonora de un individuo lleva implícita la suma de los ISOS antedichos. Podemos reconocer en los fenómenos sonoros-musicales los diferentes ISOS que lo componen.

a.1 Un ritmo binario viene desde un ISO Universal.

b.2 La voz de la madre viene desde un ISO Gestáltico.

c.3 Un fragmento melódico viene desde un ISO Cultural.

Hay una íntima interrelación entre los ISOS, necesaria para el reconocimiento de esas energías. Una sonoridad que viene del exterior tendrá un impacto en el ISO Gestáltico y en el ISO Universal para ser reconocida y, de esa manera, ser parte del ISO Cultural.

Esta dinámica presupone que las energías pueden ir de un lado a otro, y que aspectos que estaban en el proceso secundario pueden volver al proceso primario y viceversa. Energías sonoras que tenían temporalidad pueden dejar de tenerla en circunstancias determinadas.

2.2.2.4 LA MUSICOTERAPIA ZODIACAL

En el Manual de Musicoterapia Armas T, S. (2017), haciendo referencia a la música zodiacal manifiesta: “La musicoterapia es un medio para alcanzar nuestro desarrollo personal, mediante la energía musical captada de la naturaleza y el cosmos y de esta manera al alimentarnos de energía celeste podemos desarrollar potencialidades intelectuales, afectivas y sociales”. (Armas T, S. 2017).

La musicoterapia es una terapia personalizada que está de acuerdo a nuestro ISO musical, hay muchos factores que influyen en nuestras necesidades y opciones musicales. Entre ellos la más importante fue descrita por médicos y psicólogos famosos como Sigmund Freud y Carl Jung que señalaban que el temperamento y la personalidad estaban relacionados con el equilibrio de los cuatro humores (melancólico, flemático, sanguíneo y colérico) y estos con los elementos astrológicos correspondientes (tierra, agua, aire y fuego), ya que el macrocosmos (universo) está en estrecha relación con el microcosmos (ser humano).

En astrología, el fuego se refiere a los signos que tiene el sol en Aries, Leo, y Sagitario; la tierra se refiere a las energías de Tauro, Virgo y Capricornio; el aire describe las energías de Géminis, Libra y Acuario; y el agua se asocia a las de Cáncer, Escorpio y Piscis.

Al identificar los cuatro elementos, esta comprensión puede ayudarnos a proyectar más luz sobre nuestra personalidad y desarrollar los aspectos fuertes, al tiempo que trabajamos nuestras flaquezas. Asimismo a utilizar la música para cultivar y activar la expresión de las distintas energías tal como emergen de los cuatro temperamentos.

a) Fuego: Para desarrollar el aspecto fuego, necesitamos amar y purificar, escuchar con mucha más paciencia y evitar la impulsividad, la agresividad y la insensibilidad.

Musicalmente hablando, a nuestra naturaleza ardiente le gusta la fuerza de los sonidos y ritmos impetuosos, así como las melodías románticas y a la vez dinámicas. Hay fuego en la música de Bach, Beethoven, Wagner entre otros.

b) Tierra: Musicalmente, la faceta tierra busca melodías cálidas, hogareñas, estables, tradicionales y que evoquen la Amistad y la comodidad terrenal. Este tipo de música resulta atractivo a este temperamento, especialmente en todo aquello que sugiera paz y descanso. Dado que le gusta la vida práctica, se inclina a menudo por la música con letras bien definidas y la poesía llena de significado. Le atraen los temas y ritmos sencillos, a menudo repetitivos, así como las melodías bonitas y tranquilas.

c) Aire: Musicalmente, el aire necesita variedad rítmica, sonidos que despiertan imágenes interesantes y sugestivas, melodías claras. Suele reaccionar bien ante la música experimental, como la escala dodecafónica, las técnicas minimalistas y la música aleatoria, siempre que avance en una determinada dirección y abarque un amplio espectro de variedad y color.

También ama la música extrovertida, especialmente las canciones actuales y melodías del momento. Al temperamento aire le fascinan los sonidos y texturas contemporáneas, pero por poco rato ya que se aburren pronto.

d) Agua: El temperamento agua disfruta de las melodías de poder, triunfo y victoria, porque ahuyentan las lágrimas y el sufrimiento. Los grandes temas de amor, pasiones profundas y esfuerzo humano despiertan muchas de las tendencias de nuestra faceta agua. No hay que olvidar la profundidad de sentimientos que expresan la música eslava, celta, irlandesa, hebrea e italiana.

2.3 FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE LA INVESTIGACIÓN ACCIÓN (I-A)

La presente investigación se encuentra ubicada dentro de la investigación - acción, este modelo de investigación cualitativa nace a partir de las ideas del Psicólogo Kurt Lewin en los años cuarenta, integrando elementos del enfoque experimental con acciones sociales que le permitieran resolver problemáticas del momento, para Flores (2014) “la Acción-participación puede ser vista como un intento de obtener una comprensión profunda de los significados y definiciones de una determinada situación, tal como nos las presentan las personas. Más que la producción de una medida cuantitativa de sus características o conductas” (Flores 2014).

Esta comprensión está dada por la relación entre la teoría y la práctica Según Contreras (1994), el desarrollo de la I-A ha estado enmarcado en tres grandes momentos históricos:

- a.** Inicialmente en los años cuarenta, Lewin propone un método de investigación que pretende combinar la producción literaria científica, la experimentación y la acción social, generando de esta forma un proceso cíclico de exploración, actuación y valoración en torno al campo social.
- b.** Stenhausen (1984) toma en los años setenta un rumbo mucho más educativo, en el cual plantean la certeza de que los cambios educativos obtienen valor en la medida en que se combinan con la práctica, estudiando las distintas situaciones sociales y enriqueciendo las acciones que deben llevar a cabo para superarlas.
- c.** Kemmis y Carr (1984 citado en Rodriguez Et.al 2011) en Australia plantean en los años 80 la I-A como un proceso de cambio social que se da necesariamente a nivel colectivo, no solo desde el docente de aula o investigador, sino desde la interacción con la comunidad que se encuentra inmersa en las distintas situaciones sociales.

2.3.1 FINALIDADES Y CARACTERÍSTICAS DE LA INVESTIGACIÓN-ACCIÓN

Dentro de los objetivos esenciales buscados por la I-A Goyette, G y Herbert, M. (1988) identifican claramente tres: la investigación como tal, acción la cual se da a la par y finalmente la formulación y perfeccionamiento, que surgen resultado del proceso, pero que además alimentan continuamente la metodología de la investigación. A continuación se muestran una serie de características, las cuales se hacen presentes en las investigaciones que usan, y sirven como guía para identificar la I-A y comprenderla en su proceso investigativo.

Jacob (1985) propone un proceso de I-A en el cual el interés esté guiado hacia la transformación del mundo real, a través de la acción, formulando los objetivos a partir de situaciones sociales propias de la sociedad, buscando cambios sustanciales y efectivos a nivel personal, institucional y local, intentando actuar interdisciplinariamente buscando con esto incidir a través de la mayor cantidad de soluciones o formas en las problemáticas específicas.

Finalmente busca generar resultados que permitan encontrar elementos que sirvan como modelo para solucionar problemáticas similares y posteriores.

2.3.2 CRITERIOS DE VALIDEZ EN ESTUDIOS CUALITATIVOS

La validez en investigación cualitativa tiene como fin lograr legitimidad y relevancia de un estudio. Elssy Bonilla y Penélope Rodríguez (1997) explican que “la validez hace referencia al nivel de credibilidad o veracidad de las descripciones, interpretaciones y conclusiones de un estudio” por esta razón se procede a nombrar los criterios de validez propuestos por Isadore Newman y Carolyn Benz (1998 Citado en Bonilla 1977).

En primer lugar se hace mención de la Neutralidad, la cual pretende tener en cuenta la objetividad de los datos del estudio, la disponibilidad pública de estos datos, así como la

documentación de las afirmaciones o juicios resultado del proceso investigativo. Una segunda característica consiste en el involucramiento con el lugar o la situación aquí se hace presente la necesidad de tener el tiempo suficiente para observar los patrones culturales de la comunidad, así como corroborar el nivel de incidencia generado.

En cuanto a la Comunicación entre colegas ha de tenerse en cuenta la relación con otros profesionales los cuales brinden perspectivas distintas a cerca las observaciones realizadas.

La cuarta característica propuesta por Newman y Benz es la triangulación planteando la necesidad de obtener información de distintas fuentes, con el fin de comparar y acercarse con mayor tranquilidad a conclusiones reales y veraces. En cuanto a la generalización se hace referencia, a la suficiencia de documentación que posee el estudio para poder aportar a otros investigadores y realizar réplicas de este, además de pretender que los resultados obtenidos puedan ser también aplicados a otras poblaciones con características similares.

2.4 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

a) MUSICOTERAPIA

La Musicoterapia es el empleo de la música y de los elementos musicales, tales como el ritmo, el sonido, la melodía y la armonía, que realiza un musicoterapeuta cualificado, con fines terapéuticos, para asistir necesidades, físicas, sociales y cognitivas de un paciente, para rehabilitar a quien lo necesita de alguna afección, pero también dispone de una finalidad preventiva para ayudar a la hora de aumentar o restablecer la salud mental o física de alguien.

b) HABILIDADES SOCIALES

Las habilidades sociales son el conjunto de estrategias de conducta y las capacidades para aplicar dichas conductas que nos ayudan a resolver una situación social de manera efectiva, es decir, aceptable para el propio sujeto y para el contexto social en el que está.

c) ANSIEDAD

La ansiedad es un estado emocional caracterizado por sentimientos de temor, tensión y sufrimiento ante un peligro real o imaginario que se supone va a suceder. Es posible que alguno de nosotros haya experimentado ansiedad en alguna ocasión ante un examen, entrevistas de trabajo, alguna cita importante, situaciones conflictivas, inesperadas, etc.

Puede tratarse de momentos puntuales de los que, de algún modo, hemos conseguido salir, o es posible que la ansiedad perdure y llegue a dominarnos de tal forma que nos impida llevar una vida normal.

d) DEPRESIÓN

Es una enfermedad grave y común que nos afecta física y mentalmente en nuestro modo de sentir y de pensar. La depresión nos puede provocar deseos de alejarnos de nuestra familia, amigos, trabajo, y escuela. Puede además causarnos ansiedad, pérdida del sueño, del apetito, y falta de interés o placer en realizar diferentes actividades. El depresivo tiene exceso de pasado según Lao Tsé.

e) ESTRÉS

Es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada. Fisiológica o biológica es la respuesta de un organismo a un factor de estrés tales como una condición ambiental o un estímulo. El estrés es el modo de un cuerpo de reaccionar a un desafío. De acuerdo con el evento estresante, la manera del cuerpo a responder al estrés es mediante el sistema nervioso simpático de activación que da lugar a la respuesta de lucha o huida.

f) INVESTIGACIÓN ACCIÓN PEDAGÓGICA

La investigación acción pedagógica está relacionado sobre la práctica pedagógica del maestro utiliza el método de investigación-acción educativa como fundamento teórico

metodológico. Al respecto los teóricos que iniciaron desde la década del 50 en la facultad de Educación de la Universidad de Columbia por Stephen Corey y el método creado por el psicólogo alemán Kurt Lewin a finales de la década del 40 fue importante paso. Dos décadas después fue aplicado en Inglaterra por influencia de Lawrence Stenhouse y su alumno Jhon Elliot, quienes trabajaron la hipótesis del maestro investigador, valiéndose de la investigación-acción educativa que sirve en la formación inicial de los docentes que pueden leer, entender y aplicar la investigación acción en la vida cotidiana en permanente interacción docente- estudiante como parte de la investigación en aula.

2.5 EJES Y SUBEJES DE INVESTIGACIÓN

EJES	SUBEJES
2.5.1 MUSICOTERAPIA	2.5.1.1 Conocimientos básicos de la Musicoterapia. 2.5.1.2 Aplicación general de la Musicoterapia. 2.5.1.3 Aplicación de la Musicoterapia en estudiantes Adolescentes.
2.5.2 AREA EMOCIONAL DEL ESTUDIANTE.	2.5.2.1 La Ansiedad, la Depresión y el Estrés en el área emocional de los estudiantes. 2.5.2.2 El ISO Musical como principio Musicoterapéutico en el área emocional del adolescente. 2.5.2.3 La Musicoterapia Zodiacal en el área emocional del adolescente.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

El presente trabajo de investigación está basado en nuestra propia práctica pedagógica para mejorar los problemas emocionales de las estudiantes de Educación Superior Pedagógico, por lo que el tipo de investigación que plantea este trabajo es el de Investigación Acción Pedagógica Colaborativa aplicada a la transformación de la práctica pedagógica.

El tipo de investigación Acción Pedagógica Colaborativa es una de las tradiciones dentro de la denominada Investigación Cualitativa, pero para otros está en la frontera entre Investigación Cualitativa e investigación socio crítica transformadora de estructuras sociales. “Está centrado en el estudio de los significados de las acciones humanas y de la vida social”.

El tipo de investigación cualitativa, enfocada con la investigación acción colaborativa propone la mejora de la práctica, la comprensión de la práctica y la mejora de la situación en la que tiene lugar la práctica. La investigación-acción se propone mejorar la educación a través del cambio y aprender a partir de las consecuencias de los cambios. Kemmis y Mc Taggart (1988).

3.2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

El diseño de investigación es de carácter Cuasi-experimental, que permite la orientación de la investigación presentada en procesos o fases concretas; para el caso de la presente investigación se ha adoptado el planteamiento de Restrepo, en su escrito “Un modelo de capacitación de maestros en servicio, basado en la investigación-Acción Pedagógica”; ha construido un prototipo de I-A-Educativa particular en la cual la primera fase se ha constituido como una deconstrucción de la práctica pedagógica del maestro, la segunda como una reconstrucción o planteamiento de alternativas y la tercera como evaluación de la efectividad de la práctica reconstruida, (Restrepo.2014).

La deconstrucción la realizamos mediante la descripción minuciosa, el análisis y reflexión de nuestra práctica pedagógica, sistematizados en siete diarios de campo, los cuales fueron de valiosa ayuda para detectar e identificar de manera objetiva nuestras debilidades y fortalezas en nuestra práctica y desempeño, así como temas recurrentes problemáticos que tendremos que transformar relacionados al aprendizaje colaborativo en nuestros estudiantes, para luego determinar categorías y subcategorías, las mismas que investigamos y sustentamos en el correspondiente marco teórico.

En la reconstrucción identificamos las teorías que sustentan la propuesta de una práctica alternativa mucho más efectiva que permitió, a la vez, la reafirmación de nuestras fortalezas, aciertos y la elaboración de un plan para mejorar, transformar y/o dar alternativas de solución al problema detectado en nuestra deconstrucción, para lo cual formulamos los hipótesis que contienen actividades que van a generar transformación, la cual generó nuestro plan de acción general y específico orientado a revertir la problemática identificada.

La evaluación es la fase donde a través de los instrumentos de evaluación constatamos y verificamos la efectividad de nuestra práctica alternativa propuesta y en qué medida se logró

revertir la problemática detectada, fue necesaria la observación, la reflexión y un sentido crítico para comprobar la efectividad real y el alcance de los cambios propuestos.

3.3 ACTORES DE CAMBIO

Los actores de cambio son: Los docentes coinvestigadores y las alumnas seleccionadas con problemas emocionales en número de tres (03).

a. Docente investigador. En este caso somos dos docentes investigadores, donde nuestra práctica pedagógica es el objeto de la investigación. Por ello, bajo la reflexión crítica continua de nuestra pedagogía buscamos implementar nuevas formas de enseñar para contribuir en forma eficaz con la educación de nuestra región.

b. Estudiantes. Se ha seleccionado alumnos que tienen algunos problemas considerados emocionales, como son manifestaciones de inestabilidad emocional, falta de auto concepto, baja autoestima, rebeldía a cumplir sus obligaciones, etc. las mismas que redundan en el bajo rendimiento académico. Para la presente investigación se ha seleccionado tres (03) estudiantes a las que se viene haciendo seguimiento en el área de tutoría.

3.4 TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

En la investigación acción, Las técnicas para la recolección de la información juegan un papel fundamental. Las técnicas nos orientan el cómo recoger datos a través de ciertos instrumentos y ser procesados cualitativamente, por ello en la presente investigación se ha visto por conveniente utilizar técnicas apropiadas, según las particularidades de una Investigación Acción colaborativa.

3.4.1 Técnicas

Según Carrasco (2013) las técnicas de investigación “constituyen el conjunto de reglas y pautas que guían las actividades que realizan los investigadores en cada una de las etapas de la investigación científica”. Las técnicas que utilizamos serán de corte cualitativo, como:

a) Estudio de caso

Según Robert Stake (1995) el estudio de caso puede basarse en evidencias tanto cualitativas como cuantitativas, a través de diversas estrategias de recogida de los datos, entre los que se mencionan las observaciones directas, las entrevistas, cuestionarios y análisis de documentos, entre otras estrategias.

b) La observación

Con relación a la técnica de observación, Carrasco (2013), señala lo siguiente: Consideramos la observación como técnica para la recopilación de información, a pesar de que muchos autores la catalogan únicamente como técnicas exclusivas para la recopilación de datos. Esto es debido a que mediante ella, pueden emplearse instrumentos efectivos y acertados como la lista de cotejo, los cuadernos de notas, las fichas documentales, etc. La expresión anterior hace más consistente la idea de técnica de observación, la cual hemos puesto en práctica con su correspondiente instrumento: diario de campo investigativo. La técnica de la observación se aplicó durante el desarrollo de las sesiones intervenidas, para ver la predisposición que tienen las participantes.

c) Tests y puebas psicológicas

«Los tests forman parte de la práctica habitual de los profesionales, docentes e investigadores interesados por la medición indirecta de los fenómenos psicológicos. Al servicio de la evaluación psicológica, y en conjunción con otros instrumentos como la observación o la entrevista, los tests tienen como principal propósito proporcionar las evidencias necesarias que permitan a los psicólogos y a otros profesionales vinculados con

las ciencias sociales y del comportamiento tomar decisiones u orientar sus intervenciones en los diferentes contextos en los que llevan a cabo su actividad.» biblioteca@uoc.edu.

d) Medios Audiovisuales

Son técnicas que los docentes investigadores utilizamos para registrar información seleccionada o focalizada previamente, entre estas están las fotografías que se tomaron, las grabaciones en video que se presentan como evidencias.

3.4.2 Instrumentos

Acercas de los medios e instrumentos de observación, Carrasco (2013), afirma que “están constituidos por todos aquellos elementos u objetos instrumentales físicos que permiten obtener y recoger datos e impresiones de los hechos y fenómenos de la realidad”. Los instrumentos que se utilizaron son:

a) El diario de Campo Investigativo

Ha sido el instrumento principal que se ha empleado desde el inicio del proyecto de investigación, hasta la fase de evaluación de la efectividad de la propuesta alternativa, en esta última fase se han redactado un total de siete (07) diarios investigativos.

Con referencia al diario de campo, Carrasco (2013), afirma que “constituye un instrumento de gran importancia en el proceso de investigación de las ciencias sociales. Es un documento donde se registran las actividades más significativas que el investigador realiza diariamente”.

b) La Entrevista

En la aplicación del trabajo de investigación se ha alternado con una secuencia de entrevistas no estructuradas para obtener un testimonio oral, a partir del cual poder reconstruir un suceso histórico, o explorar diferentes aspectos de su vida cotidiana.

Por su naturaleza más flexible, se considera que a través de la entrevista se pueden obtener más y mejor información que la que se derivaría de un cuestionario (Dudovski, 2017).

3.5 TÉCNICAS DE ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

Las técnicas de análisis e interpretación de los resultados propuestos son variadas. Todas serán tomadas en cuenta a través de sendos informes de las respectivas perspectivas de los docentes investigadores. En concordancia de la propuesta pedagógica alternativa innovadora, se emplearon:

a) Reducción de datos

Tanto en la etapa inicial, como en la fase de la evaluación de la propuesta pedagógica, la técnica de reducción de datos ha servido para transformar los diarios de campo, en categorías y subcategorías identificables.

El procesamiento de la información cualitativa como plantea Miles y Huberman (1984) es la etapa de la reducción y la disposición o transformación de los datos. El paso del análisis de los datos brutos, recolectados, a los datos reducidos tiene como fases: separación en unidades, identificación y clasificación de unidades, síntesis y agrupamiento.

El primero consiste en dividir la información en unidades relevantes y significativas, especialmente cuando los datos son de tipo textual; en cambio, el segundo es la actividad que realizamos cuando categorizamos y codificamos un conjunto de datos, consiste en identificar en ellas determinados componentes temáticos que nos permitan clasificarlas en una u otra categoría de contenido; mientras, el tercero están estrechamente unidas a la síntesis, las actividades de síntesis y agrupamiento están presentes en el análisis, cuando categorizamos, estamos sintetizando diferentes unidades de datos en un mismo concepto teórico.

La reducción es una dinámica, Miles y Huberman consideran que comienza antes de la producción/recolección de datos cuando focalizamos determinados aspectos de la realidad, y se desarrolla durante el mismo proceso y continúa después, en el momento de la elaboración de conclusiones.

b) Sistematización de datos

Una vez obtenida los datos a través del diario de campo investigativo, se procedió a sistematizar los datos, utilizando para este proceso la codificación y categorización. La codificación y categorización se realizó en base a siete diarios de campo. Los pasos seguidos fueron:

1. Lectura de constatación de lo escrito documentado
2. Codificación del texto o contenido
3. Codificación en pos de subcategorías

En el primer paso, el investigador repasa lo que ha registrado en el diario de campo y otros apuntes para cerciorarse de los datos que posee y su contenido. Esta lectura que también suele denominarse lectura de pesquisa, busca centrar al investigador en la realidad que investiga. En el segundo paso, el investigador trata de identificar temáticas recurrentes, tópicos que se repiten en el texto, así sea con palabras distintas o con aplicaciones diferentes; por ejemplo eventos alusivos a metodología o didáctica, que naturalmente deben abundar en la descripción de la práctica de un docente, y señala dichos temas con un código determinado.

Este código se asigna a temas afines a lo largo del contenido del texto, tantas veces como la temática aparezca. Terminada la codificación se repasan los códigos asignados y se verifican las temáticas identificadas. En el tercer paso, se incluye también la identificación de subcategorías o subtemas. Este paso de la sistematización es la categorización de los textos que es el punto de partida para el análisis de los mismos y de los datos recogidos a través de otras técnicas. Este paso da por finalizada la sistematización o análisis categorial que tiene por objeto definir un sistema para el análisis de los datos (Restrepo, 2014).

Esta sistematización se aplicó primero a la deconstrucción de la práctica y luego a la reconstrucción o propuestas de alternativas de mejoramiento. La decodificación consiste

en identificar las recurrencias en el diario de campo y darles un nombre. Pueden identificarse primero las subcategorías y pasar a la gran categoría que las abarca, o dar un nombre general a todas y luego especificarlas. En eso consiste la decodificación o búsqueda e identificación de categorías en una masa de datos. Los códigos o categorías están inmersos en los registros del diario de campo (Restrepo, 2013).

Las categorías expresan un significado y estos pueden hacer referencia a estrategias, métodos, acontecimientos, actitudes, opiniones, etc., es la temática recurrente en el diario de campo. El proceso práctico para la sistematización de los datos obtenidos a través del diario de campo es transcribir todo lo registrado en la parte central de la página, dejando el tercio derecho para la categorización y subcategorización, y el extremo izquierdo para la numeración de las líneas correspondientes.

c) La triangulación

Este instrumento de validación de la investigación, se empleó en la sesión alternativa N° 07 como triangulación de datos, que viene a ser la contrastación de datos entre el docente de investigación del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca y de la de los docentes investigadores, en relación al logro o no de los indicadores propuestos en el plan de acción. En relación a este instrumento de evaluación diversos autores acotan lo siguiente:

Según Denzin (1970), se puede afirmar que la triangulación en el campo de la educación consiste en una estrategia de investigación mediante la cual un mismo objeto de estudio pedagógico es abordado desde diferentes perspectivas de contraste o momentos temporales donde la triangulación se pone en juego al comparar datos; contraponer las perspectivas de diferentes investigadores; o comparar teorías, contextos, instrumentos, agentes o métodos de forma diacrónica o sincrónica en el tiempo.

Del mismo modo Elliott (1977), comenta: La triangulación implica la obtención de relatos acerca de una situación de enseñanza desde tres puntos de vista bastante distintos: los correspondientes al profesor, a los alumnos y a un observador participante. La determinación de quién obtiene la información, de cómo se presentan los relatos y de quién los compara depende considerablemente del contexto. El proceso de recopilar los relatos desde tres puntos de vista diferentes tiene una justificación epistemológica. Cada vértice de triángulo se sitúa en una posición epistemológica singular con respecto al acceso a los datos relevantes sobre una determinada situación de enseñanza. La persona ubicada en la mejor posición para tener acceso a las intenciones y objetivos de la situación, vía introspección, es el profesor. Los alumnos ocupan la mejor posición para explicar cómo las acciones del profesor influyen sobre su propio modo de responder a la situación.

El observador participante se encuentra en la mejor posición para recoger datos sobre las características de la interacción entre el profesor y los alumnos. Al compartir su relato con los procedentes de los otros dos puntos de vista, la persona que ocupa uno de los vértices del triángulo tiene la oportunidad de comprobar y revisar, quizá, su propia perspectiva al contar con datos más completos.

3.6 PLAN DE ACCIÓN

“Aplicación de las estrategias de musicoterapia para mejorar los problemas emocionales de los estudiantes del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca”.

3.6.1 POBLACIÓN OBJETIVO

La población de estudio es de 421 estudiantes entre varones y mujeres del Intituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca, como muestra se trabajó con tres (03) estudiantes de la especialidad de Educación Inicial.

Tabla:

Semestre Académico	N° de estudiantes	Sexo
VIII	03	Mujeres
Total:	03	Participantes

3.6.2 OBJETIVOS DEL PLAN DE ACCIÓN

Programar y ejecutar sesiones de musicoterapia con alumnos seleccionados para mejorar sus problemas emocionales.

Prever material didáctico pertinente para las sesiones de aprendizaje, con las estrategias de la musicoterapia, para mejorar los problemas emocionales de los alumnos seleccionados.

3.6.3 HIPOTESIS DE ACCIÓN

Con la aplicación de las estrategias de la musicoterapia mejoro la autorregulación emocional, contribuyendo en la mejora de los problemas emocionales en los estudiantes seleccionados del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca.

Objetivo Específico	Campo de acción	Hipótesis de acción	Resultado esperado
Programar y ejecutar sesiones de musicoterapia con alumnos seleccionados para mejorar sus problemas emocionales.	Sesiones de aplicación terapéutica. Estrategias metodológicas.	La programación y ejecución de las sesiones de aplicación con las estrategias de musicoterapia por el docente, que permitirá mejorar los problemas emocionales de los estudiantes.	Mejorar los problemas emocionales en su forma de autorregulación de los estudiantes seleccionados.

Prever materiales e instrumentos pertinentes para las sesiones de aplicación, con las estrategias de la musicoterapia, para mejorar los problemas emocionales de los alumnos seleccionados.	Sesiones de aplicación terapéutica. Materiales e instrumentos.	La utilización de materiales e instrumentos pertinentes en las sesiones de aplicación con las estrategias de musicoterapia mejorará los problemas emocionales de los estudiantes.	Mejorar la autorregulación de las emociones con el empleo de materiales e instrumentos pertinentes en las sesiones de aplicación con las estrategias de musicoterapia.
---	---	---	--

3.6.4 DESCRIPCIÓN DE LAS ACCIONES

Programación y aplicación de las estrategias de musicoterapia en las sesiones de clase-terapia.

a) Temas:

a.1 Diseño de sesiones de clase-terapia incorporando estrategias de musicoterapia como: El ISO musical, La musicoterapia zodiacal.

a.2 Implementación y preparación de recursos materiales para el desarrollo de las sesiones de clase-terapia con las estrategias de musicoterapia.

a.3 Ejecución de las sesiones de clase-terapia incorporando las estrategias de musicoterapia para la solución de problemas emocionales de estudiantes, interactuando con los docentes coinvestigadores.

a.4 Redacción del diario de campo investigativo después de cada sesión de clase terapia.

a.5 Observación del desarrollo de la sesión de clase-terapia.

a.6 Reflexión e identificación de los puntos críticos.

b) Metodología:

b.1 Utilización de estrategias y recursos y técnicas activas, dinámicas vivenciales y participativas, según los aprendizajes esperados y planificación realizada.

b.2 Seguir los siguientes pasos metodológicos con las técnicas: La musicoterapia, el ISO musical y la músicaterapia zodiacal.

b.3 Trabajo individual.

b.4 Trabajo en equipo.

c) ¿Cómo se trabajará?

c.1 Aplicando estrategias de musicoterapia para la solución de problemas emocionales de los estudiantes.

c.2 Empleando material didáctico pertinente en las sesiones de clase-terapia.

c.3 Interactuando durante las sesiones de clase-terapia.

c.4 Desarrollando actividades de acuerdo al Plan de Acción.

3.7 CRITERIOS E INDICADORES PARA EL SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DE LA PROPUESTA PEDAGÓGICA ALTERNATIVA

3.7.1 CRITERIO:

Con la aplicación de las estrategias de la musicoterapia, las estudiantes mejorarán en sus problemas en el área emocional.

3.7.2 INDICADORES:

a) Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual.

b) Asigno tareas y ejercicios prácticos.

c) Evalúo a través de un instrumento.

CAPITULO IV

RESULTADOS

4.1 DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En concordancia con nuestra Propuesta Pedagógica Alternativa, como el Plan de Acción, donde se expresan las categorías y subcategorías de reconstrucción, es decir las que deben ser mejoradas proponiendo las Estrategias de la Musicoterapia para mejorar los problemas emocionales de las estudiantes participantes, hacemos el análisis e interpretación de los resultados alcanzados.

4.1.1 ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS POR CATEGORIAS Y SUBCATEGORIAS

4.1.1.1 CATEGORÍA PLANIFICACIÓN: Sub categorías: Tiempo de planificación, Mejora de los recursos. Entendiendo cómo planificación curricular a las acciones que se realizan con la finalidad de prever los procesos de enseñanza - aprendizaje para alcanzar los objetivos en bien de la formación integral de los estudiantes.

La planificación de las actividades pedagógicas es un proceso que venimos realizando con ciertas dificultades, aduciendo que por situaciones personales y de tiempo no se logra desarrollar lo planificado.

Definimos como recursos al conjunto de medios didácticos que van a ayudar en el proceso de enseñanza - aprendizaje, siempre y cuando sean utilizados de manera estratégica. Esta categoría siempre la hemos considerado como otra debilidad en nuestra práctica pedagógica, debido a que no siempre contamos con las habilidades para prepararlos, por lo que se utiliza mínimamente recursos que ya están elaborados. La reconstrucción de estas subcategorías se encuentra descritas en nuestros respectivos diarios de campo. Diarios de campo N° 2, 3, 4, 5, 6, 7.

4.1.1.2 CATEGORÍA EVALUACIÓN: Coevaluación, Autoevaluación.

Las sub categorías de la coevaluación y autoevaluación planteadas como aspectos del mejoramiento de nuestra práctica pedagógica, propiamente es conocer la función social de la evaluación, para comunicar los logros de aprendizaje desde el enfoque formativo y reflexivo, ha constituido todo un reto ya que en primer lugar se tuvo que definir previamente los indicadores, que en nuestra apreciación contribuirán a un crecimiento personal de las señoritas participantes, y tiene como finalidad de reconocer sus fortalezas y debilidades, la misma ha sido redactada en base a los siguientes criterios: Actitud ante las actividades realizadas, participación, responsabilidad, asistencia y puntualidad. Diarios N° 2, 3, 4, 5, 6, 7.

4.1.1.3 CATEGORÍA ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS: ESTRATEGIAS DE LA MUSICOTERAPIA: Sub categorías: El ISO musical, Musicoterapia Zodiacal.

Esta categoría viene a ser el porqué del trabajo de investigación, es decir la propuesta trata sobre el mejoramiento de los problemas emocionales a través de las estrategias de la Musicoterapia, la misma lo hacemos en la forma como sigue: Identificado el problema de las señoritas estudiantes en el departamento de la Jefatura de Tutoría a través del registro de datos del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca, documento donde se ha podido observar que las estudiantes tenían problemas considerables acerca de su

situación emocional, en nuestras reflexiones sobre la práctica profesional logramos identificar algunas debilidades acerca del área emocional y su solución sobre todo porque no contábamos con suficiente estrategias metodológicas como para conseguir el control o autodomínio de las emociones.

Tuvimos un tiempo considerable de dudas, reflexiones, para luego precisar con mejor acierto, el enfoque de este problema de investigación y así plantearnos la reconstrucción correspondiente, el mismo que consistió en hacer una propuesta de implementación de la estrategia denominada Musicoterapia para que los estudiantes del Ciclo Regular del I.E.S.P.P. de Juliaca puedan mejorar su área emocional.

Como todo cambia en esta forma de existencia, así nuestra Práctica Pedagógica ha ido evolucionando, gracias al estudio y puesta en práctica de nuevas estrategias metodológicas que contiene la Musicoterapia como el ISO musical, la música zodiacal para solucionar el dominio o control de nuestras emociones, que dicho sea de paso muy pocos seres humanos logran alcanzar este objetivo, así sean hombres sencillos, eruditos, científicos o sabios.

Ahora las señoritas participantes en esta experiencia investigativa, han mostrado una mejor tendencia al logro de indicadores de mejora o control emocional, tanto de manera individual como de manera social.

Tenemos que puntualizar que al describir en nuestros diarios de campo, pudimos notar el cambio sustantivo de forma secuencial, es decir poco a poco la Musicoterapia logró sus efectos en las señoritas alumnas participantes. Nuestras evaluaciones ahora son más democráticas, cargadas de afecto y emociones consideradas como buenas, ya que somos animales bien animales porque nos falta bastante dulzura y espiritualidad. Nuestra forma de interactuar con nuestros semejantes o con nuestros estudiantes es más amical y altruista.

Diarios de Campo N° 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7

4.1.2 TRIANGULACIÓN DE LA INFORMACIÓN

La triangulación de la información es un proceso importante en la investigación acción pedagógica colaborativa, en el cual se centra la confiabilidad y validez mas que todo de la Propuesta Pedagógica Alternativa ejecutada.

Se aplicó la técnica de triangulación para analizar e interpretar los resultados de la siguiente manera: En la triangulación por actores fue con la participación del docente del área de Investigación del Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca Julio Alonso Condori Cerdán como observador, quién evaluó la sesión de aprendizaje por indicadores y es contrastada con el diario de campo N° 07 que precisamente evalúan el diseño y ejecución de la sesión, la misma que es contrastada.

En forma general podemos manifestar que el resultado de la triangulación fue positiva, porque la aplicación de las estrategias de la musicoterapia ha sido beneficiosa para las estudiantes participantes al haber mejorado sus habilidades sociales, la misma que puede constatarse en el anexo final de este informe final de investigación.

Los indicadores de nuestra Propuesta Pedagógica Alternativa que son planteadas en el Plan de Acción son los siguientes: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento, las mismas se encuentran explicitadas en el Cuadro de Triangulación de Datos en el anexo cuarto de este informe (Ver anexo Cuadro de Triangulación de Datos).

CONCLUSIONES

PRIMERA:

Esta intervención fue valiosa, ya que permitió demostrar como la musicoterapia contribuye a la autorregulación emocional en los estudiantes en situación de vulnerabilidad. Siendo el manejo de las emociones un eje fundamental para el desarrollo integral en cualquier etapa de la vida. A través de las herramientas aplicadas antes y después de la intervención se logró identificar como la musicoterapia aporta desde los enfoques utilizados.

SEGUNDA:

Los mayores cambios que se presentaron en las participantes durante y después de la intervención musicoterapéutica para mejorar el fortalecimiento de la autorregulación emocional, fueron la conciencia y expresión corporo-sonoro-emocional, la aceptación de respuestas emocionales, la identificación de estrategias musicales para afrontar situaciones difíciles como la escucha, la interpretación, la creación de canciones, logrando así conciencia en hacer “las cosas que les gustan” como competencia para generarse emociones de bienestar.

TERCERA:

Las sendas sesiones terapéuticas aplicadas empleando las estrategias de la musicoterapia, como el ISO musical, musicoterapia zodiacal para mejorar el área emocional de las estudiantes participantes.

CUARTA:

La comunidad educativa debe conocer los beneficios de la musicoterapia como alternativa para mejorar los problemas emocionales en los señores y señoritas estudiantes.

RECOMENDACIONES

1° Se sugiere a toda institución educativa ampliar sus intervenciones en el fortalecimiento emocional en especial en su regulación, como principio de un óptimo desarrollo personal, cognitivo y familiar en pro de un buen desenvolvimiento dentro de la sociedad.

2° Se sugiere a las instituciones educativas promover espacios enfatizados en la autorregulación emocional a través de las diferentes actividades musicales. Se requiere profundizar más sobre esta temática, con el fin de esclarecer y ampliar el fortalecimiento de la regulación emocional en este tipo de poblaciones como en otras.

3° Recomendaciones a la Institución Educativa desarrollar un programa musicoterapéutico, con el fin de trabajar no solo con las participantes de este estudio sino con toda la población en relación al tema de autorregulación emocional.

4° Se recomienda a la Institución Educativa adquirir instrumentos musicales con el fin facilitar la expresión emocional, la regulación de procesos sensorio motores y cognitivos para promover la creación de un conjunto musical como medio de empoderamiento de esta población en su contexto personal y social.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ACHENBACH Y EDELBROCK (1987, citado en Velázquez 2012) Problemas Emocionales y Conductuales Adolescentes. Tesis de Licenciado en Psicología. Universidad Autónoma del Estado de México.
- ARMAS T, S. (2017). Manual de musicoterapia aplicado a la salud, educación y desarrollo social. Edit. LOGARGRAF.S.A.C. Lima Perú.
- BENENZON, R. (2000). Aplicaciones clínicas de la musicoterapia. Vol. I. Buenos Aires: Lumen.
- BONILLA, E. RODRIGUEZ, P. (1997). Más allá del dilema de los métodos. Colombia: Cargraphics. S.A.
- CALZADA, M. (2013).Trastornos psicopatológicos en la adolescencia y líneas de intervención en la familia. En C. Mingote y M. Requema (Ed) en el libro. El malestar de jóvenes (pp. 361-366).Ediciones Díaz de Santos, Madrid.
- FLORES, A. (2014). Un marco teórico para la investigación acción en el escenario educativo. Colombia: Universidad Tecnológica del Pueblo.
- GOYETTE, G. HERBERT, M. (1988). La investigación acción. Funciones, fundamentos e instrumentación. Barcelona: Alertes.
- IBÁÑEZ, N. (2002). Las Emociones en el Aula. Estudios Pedagógicos, núm. 28, 2002, pp. 31-45 Universidad Austral de Chile Valdivia, Chile.
- ORELLANA LETELIER, C. (2012). Intervención Musicoterapéutica Individual con Adolescente Víctima de Violencia Intrafamiliar. Tesis. Universidad Tecnológica de Chile - Inacap.
- POCH BLASCO, S. (1999). Compendio de Musicoterapia. Vol. I. España: Ed. Herder.
- RESTREPO, B. (2011). Investigación- Acción Pedagógica. Colombia: Panamericana e Impresos S.A.

- RICKSON, D. (2004). Instructional and Improvisational Models of Music Therapy with Adolescents who have Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). A Comparison of the Effects on Motor Impulsivity. Thesis (Master of Music Therapy). New Zealand: Massey University. Sabbatella.
- ROMERO, E. (2015). Propuesta de intervención para escolares con problemas emocionales y de comportamiento. Tesis de Doctorado. Universidad Nacional Autónoma de México.
- SEL, A. y CALVO-MERINO, B. (2013). Neuroarquitectura de la emoción musical. Rev. Neurol. España.
- SHAFII, M. Y LEE, S. (1885). Desarrollo Humano. Crecimiento Normal y Trastornos Emocionales en la Infancia, Niñez y adolescencia. EL ATENEO, Buenos Aires, Argentina.
- ULLOA ARANCIBIA, P. (2009). Música y Palabras: Fundamentos teóricos para la utilización de la música en psicoterapia junguiana. Tesis (Licenciada en Psicología). Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de Chile.
- VENEGAS, B.X. (2014). Violencia intrafamiliar y problemas de conducta internalizada – Externalizada en niños y niñas escolarizados de la Guajira – Colombia. Cultura, Educación, Sociedad – CES, 5(1)

WEBGRAFÍA

- IDENTIDAD 21, (2014). La emocionalidad en el aula y sus beneficios en el aprendizaje. Universidad Siglo 21. Recuperado de <https://identidad.21.edu.ar/la-emocionalidad-en-el-aula-y-sus-beneficios-en-el-aprendizaje/>
- FEDERACIÓN MUNDIAL DE MUSICOTERAPIA (WFMT). (2011). *Qué es la Musicoterapia*. Federación Española de Asociaciones de Musicoterapia. Recuperado de: <https://sobremusicoterapia.wordpress.com/2011/06/02/definiendo-musicoterapia-2011/>

- LORANCA, A. (2002). Trastornos Conductuales y Emocionales en Niños de Edad Escolar. Tesis de licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ppt2004/0331768/Index.html/>
- SIGNIFICADO DE "EMOCIÓN". En: Significados.com. Fecha de actualización: 02/05/2019. Disponible en: <https://www.significados.com/emocion/>
- VILLA, P.M (1997). Autoestima en Adolescentes con Trastornos Afectivos y Trastornos de Conducta. Tesis de Licenciatura. Universidad Autónoma del Estado de México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ppt2002/0252396/Index.html/>

ANEXOS:

- 1.- Diarios de campo investigativo
- 2.- Registro fotográfico
- 3.- Grabaciones en video
- 4.- Cuadro de Triangulación de Datos

1.- DIARIOS DE CAMPO INVESTIGATIVO

DIARIO DE CAMPO N° 01

I.DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Introducción a la Musicoterapia y su Importancia
- 1.3. FECHA: 08 - 01 – 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Pascual Huancapaza Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento

II.REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN:

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1	Enero es temporada de lluvia en el altiplano y la	Cuando se actúa en armonía con el universo, la naturaleza y la sociedad, ellos contribuyen a los buenos propósitos de la humanidad como pude comprobar en este hermoso día.
2	precipitación fluvial es común en las tardes y en las noches,	
3	pero esta mañana del nuevo año, el sol nos acompañaba en	
4	un día muy templado y placentero.	
5	Me encontraba ligeramente ansioso por la nueva experiencia	
6	de Investigación Acción Pedagógica en mi vida como	
7	docente, terapeuta energética y músico profesional.	
8	Llegue temprano al Instituto para abrir el Taller de Música y	
9	poder ordenar mis pensamientos, emociones y algunos	
10	materiales e instrumentos que conciernen al presente trabajo	
11	de Investigación.	
12	Al poco tiempo llegó mi compañero Jaime con quien tengo	Si el 80% de nuestra conducta es emocional o sentimental, entonces la expectativa y ansiedad que sentí antes, durante y después de la sesión es natural.
13	el honor de compartir el presente trabajo desde la etapa de	
14	elección, planificación y organización de este propósito	
15	investigativa.	
16	Para esta experiencia novísima para mí, contamos con 3	
17	señoritas estudiantes del I. E. S. P. P. de Juliaca. Estas	
18	alumnas tienen algunos inconvenientes en su área	
19	emocional, así se encuentra en el Registro de Rasgos de la	
20	Jefatura de Tutoría del año anterior.	
21	(M. INICIO)	
22	Debo manifestar que esta mañana después de alistar todo el	Estoy convencido que la música es infaltable para la humanidad y todo cuanto existe, eso quiere decir que las señoritas en investigación tienen la motivación intrínseca en esta vivencia.
23	ambiente e instrumentos necesarios para desarrollar la	
24	sesión de clase-terapia, se hicieron presentes las señoritas	
25	Aydee y Shirley en el Taller para después de pocos minutos	
26	contar con la alumna Griselda en dicho ambiente.	
27	No puedo ocultar mi expectativa y satisfacción de poder	
28	tener una nueva experiencia de Investigación Acción	
29	educativa y así esta mañana con todo entusiasmo empecé a	
30	dar el saludo caluroso y amical a las 3 alumnas.	
31	(M. PROCESO)	
32	Seguidamente me propuse comunicar el motivo del presente	
33	trabajo vivencial y también la metodología a seguir a través	
34	de las 7 sesiones de terapia en el área emocional de las cinco	

<p>35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84</p>	<p>personas involucradas en esta experiencia educativa nueva y fascinante.</p> <p>El estar en contacto con cientos de personas cuando hago músicaailable desde el año 1986 hasta la actualidad, me facilita moverme con tranquilidad y seguridad en cualquier escenario y como docente del I.E.S.P.P. de Juliaca más de 35 años de labor permanente, hace que tenga cierta garantía esta vivencia investigativa.</p> <p>Después de 20 minutos aproximadamente de apertura, entrego a las señoritas en estudio una fotocopia de contenidos informáticos sobre LA MUSICOTERAPIA PERCEPTIVA VIVENCIAL del Manual de Musicoterapia del Dr. Segundo Armas Torres y otros autores, con la finalidad de conocer y practicar las bondades que ofrece la Música como terapia para el área emocional.</p> <p>Seguidamente doy espacio y tiempo a mi compañero de esta Investigación, al músico-docente Jaime Roldan Mamani M. para que efectúe su presentación y bienvenida a las señoritas en experimentación.</p> <p>Dentro de su exposición y diálogo amical, mi compañero pregunta a las señoritas ¿Cuánto saben de la importancia de la música y sus beneficios? Ellas responden con cierto grado de acierto pero en sus palabras se advierte cierto grado de expectativa sobre el tema, reflejado también en su expresión gestual, a continuación aplica el Test Psicológico que revela su Estado Emocional de las tres alumnas participantes.</p> <p>Después de intervenir 45 minutos aproximadamente mi compañero, ingreso nuevamente para enfatizar la parte práctica de esta investigación, el cual consiste en aplicar una Técnica para tener oído musical.</p> <p>Inicio con ejercicios de respiración tal como se evidencia en el vídeo de esta sesión con naturaleza de clase-terapia, para luego relajarnos y estar concentrados con los ojos cerrados, columna recta, en actitud de meditación para luego realizar la actividad más importante como es el escuchar y disfrutar durante 15 minutos aproximadamente de la música instrumental, lográndose de esta manera el método activo (MA) se eligió en esta oportunidad la composición: “Balada para Adelina” de L.V. Beethoven, “Pastor Solitario” de Samfir, “Amor Imposible” de Los Belkines, y “Amor de Fantasía” de los Pakines.</p> <p>Estos temas musicales se interpretaron aproximadamente hace 40 años atrás y como vivencia de ISO musical de estas 3 señoritas, están enraizadas con cierto grado de conocimiento y apreciación musical.</p> <p>(M.SALIDA)</p> <p>Tanto Aydeé como Griselda y Shirley manifestaron su primera vivencia musical con predisposición a tener una buena audición puesto que se hizo ejercicios previos para tener escucha activa excelente.</p>	<p>Debo reconocer que mis 6 décadas de vida, contribuyeron a desarrollarme en la sesión clase-terapia con soltura y seguridad.</p> <p>Más de 35 años de mi labor docente, hace que pueda afirmar que los estudiantes gozan más con la parte práctica que con la teoría, entonces tuve que desarrollar ejercicios de respiración, relajación y visualización interna, con la Técnica para tener oído musical.</p> <p>Pude lograr en esta etapa inicial, que las 3 señoritas experimenten</p>
--	--	---

<p>85 86 87 88 89 90 91</p>	<p>En sus rostros se evidencian cierto grado de satisfacción, alegría y deseos de continuidad en esta experiencia. Se recomienda en su fase terminal de la sesión, que practiquen en otro momento dichos ejercicios para tener un oído musical satisfactorio. Se da por concluida la sesión previa despedida y felicitación a cada una de las participantes.</p>	<p>con cierta profundidad la música y también la recomendación de practicar estos ejercicios en el diario vivir.</p>
---	--	--

DIARIO DE CAMPO N° 02

I.DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Ejercicios de Técnicas para Adoptar un oído musical.
- 1.3. FECHA: 09 - 01 - 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Pascua Huancapaza Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento

II.REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN:

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1	En este segundo día de mi experiencia investigativa sobre el	
2	tema “La Musicoterapia para mejorar el área Emocional de los	
3	estudiantes del I.E.S.P.P. Juliaca” tuve que preparar muy	
4	temprano el material o instrumental para garantizar este	
5	experimento vivencial, pero estuve más sereno y relajado que	
6	la sesión anterior.	
7	(M. INICIO)	
8	El día estuvo ligeramente nublado, pero propicio para	
9	desarrollar esta nueva experiencia, así al llegar al Instituto y	I.E.S.P.P. de Juliaca,
10	sobre todo al Taller de Música, tuve la presencia de mi	no cuenta con
11	compañero Jaime casi a la misma hora, lo cual me hizo sentir	nobiliario adecuado
12	muy contento.	para efectuar este tipo
13	Las 3 señoritas en experimentación hicieron lo propio y	de sesiones, lo cual
14	entonces hice el saludo (S) caluroso y afectivo a las tres	dificulta un poco en la
15	alumnas para de esta manera iniciar con la clase-terapia.	eficacia de las terapias.
16	(M. PROCESO)	
17	Seguidamente, mi compañero Jaime hizo una breve	
18	introducción a la sesión en este segundo día de nuestra	
19	Investigación Cualitativa, resaltando la importancia de las	
20	Técnicas y estrategias para adoptar un buen oído musical para	
21	nuestro propósito de investigación.	
22	Mientras esto sucedía, yo me encontraba programando los	
23	temas musicales del intérprete y compositor Japonés KITARO	
24	cuyos motivos son: “Mirage”, “Messagefromthe cosmos” y	KITARO es un músico
25	“Tenku” para desarrollar los ejercicios previstos para esta	Japonés altamente
26	sesión.	espiritual y muy
27	Una vez concluida la intervención de mi colega Jaime, ingresé	identificado con la
28	en su lugar para efectuar la terapia correspondiente, para lo	naturaleza, por eso se
29	cual sugerí a las tres señoritas estudiantes, que la Música a	seleccionó sus temas
30	escuchar tiene el propósito de ayudar a concentrarse mejor	instrumentales de alta
31	para ingresar al mundo interior mediante los ejercicios de	calidad artística.
32	Respiración y Relajación, observé detenidamente la atención	
33	prestada a mi mensaje previo y noté en las 3 señoritas alumnas	
34	la actitud de escucha activa, la cual es indispensable para que	
35	el ejercicio sea un éxito.	
36		

<p>37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86</p>	<p>A continuación realice un ejemplo de cómo efectuar la Respiración, la cual consiste en estar cómodos en sus asientos con la columna recta y tapar el orificio de la nariz del lado derecho con el dedo pulgar del lado derecho e inhalar el aire mediante el orificio de la nariz del lado izquierdo, después realizar una pausa breve y ahora tapar el orificio de la nariz del lado izquierdo con el dedo del mismo lado y exhalar con el orificio del lado derecho. Comenzamos todo este ejercicio 7 veces, lento, profundo y rítmico, para lograr la Relajación del cuerpo físico, vital, emocional y mental, con la Música seleccionada cuidadosamente para este objetivo. Después, en este estado de tranquilidad y meditación he ido guiando a los presentes a observar con los ojos de la mente, como el aire ingresa por el aparato respiratorio a nuestro interior y también como sale de nuestro cuerpo, así mismo les pedí que percibieran el latido del corazón y sobre todo sentir cada observación de nuestro cuerpo interior. Hicimos un tiempo de silencio para encontrarnos con nosotros mismos y disfrutar de este precioso momento de gozo a plenitud de forma individual y también de forma grupal, aplicando el método activo (MA) con notoriedad.</p> <p>Otra sugerencia mía a las tres señoritas en observación, es que cuando inhalen el aire, imaginen que llega e ingresa en nosotros el bienestar, la felicidad, todo lo bueno a nuestra vida, y cuando exhalen, imaginar salir las enfermedades, tristezas etc.</p> <p>Al finalizar estos ejercicios, cada señorita estudiante expresó verbalmente lo siguiente:</p> <p>Aydeé: manifiesta me sentí rejada, sentí que flotaba y viajaba por el aire, al parecer a la espiritualidad y recordaba mi vivencia personal pasada, luego también sentí que bajaba hacia lo terrenal sintiendo la paz y la tranquilidad emocional personal.</p> <p>Griselda: con mucha seriedad manifiesta, sentí que veía imágenes como casas plantas, parajes, panorama y paisajes en general, sintiendo mucha emoción y sorpresa, me dejé llevar con el guía del profesor, vivenciando imaginariamente bellos paisajes de la naturaleza primaveral.</p> <p>Shirley: he estado concentrado más en los sonidos musicales que emiten la melodía propuesta, me llamó la atención la composición musical y el intérprete del autor. Me sentí relajada imaginando y apreciando los sonidos y la interpretación de sus instrumentos musicales que conforman.</p> <p>No puedo negar mi inmensa alegría, al observar sus variadas vivencias, expresadas oralmente de estas 3 señoritas en Investigación.</p> <p>Tengo algo de experiencia en estas terapias y la Música nos induce a viajar en el pasado, presente y futuro, como manifestaron Aydeé, Shirley y Griselda.</p> <p>(M SALIDA)</p>	<p>Los estudiantes del ciclo regular del Instituto terminaron sus labores académicas en Diciembre del año anterior, lo cual facilita estar en relativo silencio y tranquilidad.</p> <p>La terapia en equipo pequeño es buena estrategia para lograr los objetivos propuestos.</p> <p>Después de los ejercicios realizados, las 3 señoritas estudiantes manifiestan diferentes vivencias, con esto compruebo una vez más que cada uno somos únicos en el multiverso.</p>
--	---	---

87	El grado de interés y concentración de ellas fueron muy	Estoy comprobando la
88	satisfactorias, las emociones en sus palabras y expresión	eficacia de la
89	corporal, nos indicaba que la Musicoterapia está surtiendo sus	Musicoterapia en
90	efectos en estas sesiones. Les agradecí por confiar en nosotros	nuestras vidas y sobre
91	y en esta Investigación, para luego sugerirles que practiquen	todo en el aspecto
92	estos ejercicios, y después nos despedimos hasta la otra sesión.	emocional.

DIARIO DE CAMPO N° 03

I.DATOS INFORMATIVOS:

1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca

1.2. ACTIVIDAD: Diagnóstico Musical y la Musicoterapia según el ISO Musical.

1.3. FECHA: 10 - 01 - 2018

1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)

1.5. DOCENTE: Pascual Huancapaza Mamani

1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evaluó a través de un instrumento

II.REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN:

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1	Primeros días del presente mes y año y además es el tercer	
2	día de este trabajo de Investigación Acción Pedagógica, mi	
3	autoestima, mi vitalidad y fuerza de voluntad aumenta	
4	porque este proyecto está dando productos favorables lo cual	
5	me hace sentir feliz, este estado emocional lo estamos	
6	viviendo los cinco involucrados en esta experiencia, con	
7	ligeras variantes.	
8	(M. INICIO)	
9	Una mañana con ligera llovizna se hizo presente, cuando	
10	íbamos llegando paulatinamente al Instituto con el profesor	Es cierto que nuestro
11	Jaime y también las señoritas involucradas en esta vivencia	estado de emociones
12	de Musicoterapia y su influencia en el área emocional.	depende del clima,
13	El saludo (S) cordial y afectuoso se hizo presente en los	ambiente y otros
14	cinco integrantes de este proyecto.	factores, pero el calor de
15	(M. PROCESO)	una amistad acompañada
16	Seguidamente mi colega Jaime inició la sesión con una	de la Música es más
17	parte conceptual reflexiva, con participación total de las	poderoso y saludable.
18	señoritas para tratar el grado de importancia que tiene el	
19	autorregular o controlar nuestras emociones para una vida	
20	saludable.	
21	Seguidamente utilizaremos el instrumento de HISTORIA	
22	MUSICOTERAPÉUTICA (Historia musical) para que las 3	
23	señoritas puedan llenar de contenidos tanto de la historia	
24	musical de sus padres en su hogar y la historia musical	Para lograr el
25	personal de cada señorita durante 30 minutos	diagnóstico del presente
26	aproximadamente, para después revisar y lograr el	trabajo de Investigación,
27	diagnostico correspondiente.	se tomó en cuenta la
28	Para Aydeé su diagnóstico es ritmo moderado con tendencia	historia musical familiar
29	a ritmo lento, para la alumna Griselda es ISO con ritmo lento	y personal, tal como obra
30	y tendencia a ritmo moderado, la señorita Shirley es ISO	en nuestros archivos.
31	con ritmo lento y tendencia a ritmo moderado.	
32	De este resultado podemos afirmar que las 3 señoritas	
33	investigadas en cuanto al ISO musical se encuentran en el	
34	presente estado de vivencia entre ritmos lento a moderado o	
35	moderado a lento, lo cual quiere decir que el ritmo rápido no	
36	pertenece a ninguna alumna en su historia musical, sin	

<p>37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86</p>	<p>embargo debemos manifestar que el ISO sonoro o musical es cambiante, por lo tanto, según sus vivencias o experiencias en sus vidas de cada una, irán variando con el correr del tiempo y esperamos que sea evolutiva para el bien de estas señoritas y por ende en bien de nuestra sociedad y el planeta tierra.</p> <p>Seguidamente, ingresamos al apartado del taller grupal con algunos temas propuestos por el Manual de Musicoterapia del Dr. Segundo Armas y otros autores, logrando seleccionar y editar estos audios anticipadamente con mi compañero Jaime para lograr la audición con las investigadas, y son las siguientes:</p> <p>“Resistiré” Dúo Dinámico, “Creo en mí” Alejandra Guzmán, “Pastor Solitario” Gheorghe Zamfir, “Escucha tu corazón” Laura Pausini, “El señor es mi fuerza” Marcos Rodríguez, “La música de los dioses”, “Basta ya” Olga Tañon, “Un largo viaje” Marcela Gandara, “Sonidos de la naturaleza”, esta actividad tiene como duración 30 minutos aproximadamente.</p> <p>Una vez lograda la audición o escucha activa, a continuación tenemos la opinión de cada una de las 3 señoritas acerca de estas composiciones musicales:</p> <p>Aydee, manifiesta que al escuchar la música sentía tener una esperanza y querer optar otras actitudes, primero soy yo, segundo soy yo y tercero soy yo, se identifica más con el tema musical “Resistiré” en la interpretación del Dúo dinámico.</p> <p>Griselda, manifiesta su comportamiento en casa, tuvo deseos de permanecer momentáneamente en silencio, meditando sobre su vida personal, momentos en querer cambiar en todo aspecto, su carácter, sus actitudes emocionales y hasta en la forma de vestir, deseos de complacer a sus hijos, darles más amor y protección y hasta en sus gustos musicales; se identifica más con la interpretación musical de Alejandra Guzmán que tiene por título “Creo en Mi”.</p> <p>Shirley, Manifiesta que se siente muy sensible con impulsos de reacción y desesperación y hasta querer echar en llanto, no quiere y no le gusta que le den ordenes, se siente sugestionada; y la música escuchada le llama a una calma, sosiego, tranquilidad y paz; se identifica más con la composición musical “Resistiré” del Dúo Dinámico, y el tema “Creo en Mi” de Alejandra Guzmán.</p> <p>(M. SALIDA)</p> <p>Fue otro acierto de experiencias bonitas de parte de los 5 sujetos en vivencia, quedé muy complacido por los resultados obtenidos, ahora más que nunca puedo afirmar mi vocación por la música y es que considero demasiado importante en nuestras vidas y que sería necesario poner en práctica no sólo en el I.E.S.P.P. de Juliaca sino también en</p>	<p>Las 3 señoritas alumnas se identificaron rápido con esta propuesta musical, pienso que se debe por su adolescencia y modernidad que empieza a vivir Juliaca.</p> <p>Debo manifestar que la Música instrumental no tiene mucho impacto en la vida emocional de estas alumnas y prefieren más las canciones en pistas o karaokes.</p> <p>Al practicar la Música en mi diario vivir, hace que desarrolle mi sensibilidad como persona y docente-músico.</p>
--	--	---

87	los centros de salud, como una alternativa para conservar	
88	una buena salud, tal como se aplica en países más	
89	desarrollados que el nuestro.	
90	De esta manera nos despedimos de esta clase-terapia, con las	
91	señoritas que están colaborando con la Investigación	
92	excelentemente.	

DIARIO DE CAMPO N° 04

I.DATOS INFORMATIVOS:

2.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca

1.2. ACTIVIDAD: Test Psicológico, emocional y ejercicio de Respiración.

1.3. FECHA: 11 - 01 - 2018

1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)

1.5. DOCENTE: Pascual Huancapaza Mamani

1.6 INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evaluó a través de un instrumento.

II.REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN:

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36	<p>Es el cuarto día de mi proyecto de Investigación Acción Pedagógica y me encuentro con muchas ganas de hacer las cosas bien, poco a poco con perseverancia y paciencia utilizamos la Musicoterapia para favorecer o mejorar el estado emocional de las 3 señoritas alumnas del I.E.S.P.P. Juliaca que ahora pertenece al nuevo Distrito de San Miguel. Asistimos con puntualidad en esta mañana para lograr nuestros propósitos de investigar con un tema tan novedoso y original, porque la Música debe ser esencialmente sentida antes de cualquier análisis.</p> <p>(M. INICIO)</p> <p>Inicio la sesión con un saludo fraternal y amical a las 3 alumnas que se ofrecieron en forma voluntaria para desarrollar el presente trabajo de Investigación. (aumentar la motivación resaltando la importancia de los Test para medir el proceso evolutivo de nuestra Investigación)</p> <p>(M. PROCESO)</p> <p>Ahora le toca intervenir a mi colega Jaime para evaluar cualitativamente tanto la conducta como el comportamiento de las señoritas, para así medir el progreso o evolución en estas vivencias mediante los Test de aplicación, ya que es un instrumento de las técnicas y estrategias de Investigación para el presente proyecto.</p> <p>De esta manera mi colega Jaime, inicia su actividad aplicando un Test Psicológico y Test de Estabilidad Emocional, observo que las alumnas ante esta actividad muestran un grado de asombro y sorpresa, pero contentas sobre todo por el Test de Estabilidad Emocional.</p> <p>Seguidamente, toca mi participación para efectuar el Taller en Equipo mediante el ejercicio de Respiración que es diferente a los ejercicios anteriores y ahora voy a detallar. Las manos juntas en actitud de oración a la altura de la cintura, ellas suben más arriba de la cabeza, pero es en este instante que tiene que efectuarse la inspiración del aire todo en movimiento moderado, después se baja las manos otra vez hacia la cintura y se realiza la espiración del aire en esta</p>	<p>El mes de Enero es una temporada de lluvia, por lo tanto todos asistimos a las sesiones bien abrigados, pero para las actividades prácticas, nos quitamos el abrigo.</p>

<p>37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62</p>	<p>oportunidad, todo este ejemplo unos doce veces aproximadamente, pero paulatinamente se va acelerando el ritmo o movimiento de moderado a rápido, para después al finalizar este ejercicio, poner ambas manos a la altura del corazón físico y tratar de sentir el latido de la misma. Les hice una demostración primero, tanto a las alumnas como a mi colega Jaime, ya que luego realizamos los 5 este ejercicio nuevo de Respiración. Las señoritas demostraron especial atención ya que esta actividad era nueva para ellas, al finalizar, lograron la internalización a su mundo interior, naturalmente con cierta dificultad porque nuestros sentidos están preparados para observar el mundo exterior, más no la realidad interna de nuestro ser. Con las diferentes actividades de vivencia en las sesiones programadas estoy comprobando que la Musicoterapia, se muestra cada vez más evidente para mejorar el área emocional de las señoritas Aydeé, Griselda y Shirley y por ende en la población estudiantil del I.E.S.P.P. de Juliaca. (M. SALIDA) Como es habitual después de un breve dialogo con las investigadas, realice el saludo de despedida, siempre con la recomendación que en casa efectúen estos ejercicios para que la música pueda repercutir en sus emociones con bastante eficacia y de esta manera puedan vivenciar la famosa resiliencia.</p>	<p>Este ejercicio de Respiración la aprendí en la Diplomatura de Medicina Natural algunos años atrás.</p>
--	--	---

DIARIO DE CAMPO N° 05

I.DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Expresión de la propuesta musical según Manual de Musicoterapia.
- 1.3. FECHA: 12 - 01 - 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Pascual Huancapaza Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento.

II.REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN:

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36	<p>Otra jornada de Investigación Acción Pedagógica y para mí sigue siendo novedosa la experiencia que comento en este diario y en su quinto día de ejecución, el cual me hace sentir contento y también con cierto grado de satisfacción.</p> <p>Yo y mi compañero Jaime, en esta mañana llegamos temprano al Taller de Música para disponer del material adecuado para esta actividad programada.</p> <p>(M. INICIO)</p> <p>Como es habitual mi saludo (S) caluroso y afectivo a las personas involucradas en esta Investigación Cualitativa, acto que tuvo su reciprocidad satisfactoria en mi persona.</p> <p>(M. PROCESO)</p> <p>Recordemos que en la sesión 3, las tres señoritas hicieron audición o escucha activa de las 9 canciones seleccionadas por mi persona y el profesor Jaime Roldan, estas composiciones musicales fueron sugeridas a su vez por el Manual de Musicoterapia del Dr. Segundo Armas y otros profesionales conocedores del tema.</p> <p>Cabe mencionar que después de realizar la apreciación y comentario de los diferentes temas en aquella oportunidad, para esta sesión 5, hemos planificado la expresión musical de las composiciones musicales expuestas con tiempo suficiente para su respectiva ejecución en el presente Taller.</p> <p>La ejecución mediante el canto consiste en interpretar la canción, con el tema original de fondo y la voz en vivo de las 3 alumnas de forma personal e individual, aclarando que la música no es Karaoke ni tampoco pista musical.</p> <p>Aydeé, participa primero con el tema musical “Resistiré” del Dúo Dinámico, es interpretación a Capela sin micrófono alguno, sin espectadores, salvo los 5 personajes involucrados en esta Investigación.</p> <p>Como es habitual en estas experiencias de canto, al principio se deja notar cierto nerviosismo para luego ir afianzándose conforme avance la Música, ella tiene una voz con timbre claro, buena articulación de sonidos y le imprime bastante emoción en cada parte del discurso musical, quizá por la</p>	<p>Es oportuno resaltar que el tabladillo del piso de este Taller no está totalmente fijo y al caminar produce ruido y mortifica o interrumpe la emisión de los temas musicales.</p>

<p>37 concentración en la ejecución del tema, casi no utiliza la 38 expresión corporal. 39 Cuando termina su participación, Aydeé es ovacionada por 40 sus compañeras, Jaime y yo. 41 Griselda, eligió el tema “Creo en Mí” de Alejandra Guzmán, 42 en el ambiente se percibía expectativa por la interpretación 43 musical de Griselda puesto que ella es de más edad que sus 44 compañeras, y así fue, cantó con naturalidad, poco 45 nerviosismo, con buena articulación de sonidos y sobre todo 46 se identificó bastante con la composición que se encuentra 47 en ritmo de Balada que es parte de su ISO musical. 48 Al finalizar la canción fue aplaudida por todo nosotros. 49 Shirley, seleccionó para cantar, los dos temas anteriores 50 ejecutadas por sus compañeras pero interpretó el de 51 Alejandra Guzmán “Creo en Mí”, se le pudo observar en sus 52 ojos y su semblante corporal, cierta tendencia a llorar en un 53 inicio, pero al comenzar la interpretación musical se soltó en 54 calma y tranquilidad, ella tiene un timbre de voz clara o 55 nítida lo cual realza su ejecución musical, buena 56 vocalización y un poco de expresión corporal lo cual hizo 57 que se ganara buena cantidad de aplausos de parte de los 58 presentes. 59 De toda esta experiencia de expresión musical con la 60 vocalización de las 3 señoritas del I.E.S.P.P. Juliaca, 61 podemos deducir que ellas no siempre se identifican con su 62 ISO musical anterior y que al existir nuevas propuestas de 63 canciones que pertenecen a otras realidades, también pueden 64 identificarse con esa música por que el mensaje de las letras 65 conllevan contenidos de esperanza, confianza y sobre todo 66 de superación personal, porque la Musicoterapia genera 67 RESILIENCIA el cual consiste en superar adversidades, 68 como también enfermedades, las canciones expuestas 69 producen resiliencia por naturaleza compositiva. 70 (M. SALIDA) 71 Esta fue una vivencia muy original con bastante 72 improvisación en cuanto a emociones se refiere, sin más que 73 argumentar, nos despedimos los involucrados en esta tarea 74 investigativa hasta la siguiente sesión.</p>	<p>Las tres señoritas al realizar la interpretación del canto, descuidan la expresión corporal, pero sí le ponen énfasis en la expresión musical.</p>
--	---

DIARIO DE CAMPO N° 06

I. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1 INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Propuesta de ISO musical según Signo Zodiacal.
- 1.3. FECHA: 15 - 01 - 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Pascual Huancapaza Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento.

II. REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN:

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1	Sexta sesión de clase-terapia y me siento tranquilo, alegre,	
2	porque esta experiencia nueva para mí va cobrando	
3	efectividad en su desarrollo, en un día bastante templado en	
4	cuanto a clima se refiere, ni lluvia torrencial, ni sol sofocante,	
5	con ligeras nubes que juegan en un cielo azul, en esta mañana	
6	muy significativo para mí.	
7	(M. INICIO)	
8	Nos juntamos con ligero retraso, pero una vez reunido todo	
9	los actores del presente trabajo de Investigación, es decir mi	Todos los implicados en
10	persona, el Profesor-Músico Jaime Roldan y las 3 señoritas	esta Investigación, nos
11	estudiantes del I.E.S.P.P. Juliaca, realicé el saludo (S)	encontramos de
12	correspondiente cargado de alegría por la oportunidad que	vacaciones, lo cual nos
13	nos ofrece la vida y sorpresa porque no sé cómo vendrá esta	ayuda a desarrollar
14	experiencia en las horas siguientes, emociones que dejé que	estas actividades más
15	fluyera en mí con bastante naturalidad.	continuas.
16	(M. PROCESO)	
17	Seguidamente, se tuvo la participación de mi colega Jaime,	
18	su intervención está centrada en tratar de comunicar,	
19	dIALOGAR, reflexionar, sobre la Musicoterapia (terapia	
20	personalizada), el ISO musical en el desarrollo personal	
21	según el Signo Zodiacal que corresponda.	
22	Continuando con esta sesión de clase-terapia, ahora	
23	intervengo yo para aplicar el taller práctico de forma	
24	individual para lo cual utilizo tres equipos de audio con sus	
25	respectivos auriculares, para cada señorita.	
26	Las alumnas Aydeé, Griselda y Shirley deben realizar la	
27	escucha activa de 3 temas musicales de forma individual	
28	según su ISO musical que corresponde a su signo Zodiacal	
29	de cada señorita, por un periodo de 15 minutos	
30	aproximadamente.	
31	Ellas se concentran en su vivencia, previa recomendación	Los signos Zodiacales
32	que se les imparte, después del tiempo previsto, tenemos el	pueden influir en
33	siguiente análisis:	nuestras vidas, pero
34	La señorita Aydeé tiene como fecha de nacimiento el 7 de	podemos cambiarlos si
35	Marzo, su signo zodiacal es Piscis y pertenece al elemento	somos conscientes de
36	Agua, lo cual indica que es más introspectiva y emocional, a	su influencia.

<p>37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86</p>	<p>veces triste y melancólica, cae con frecuencia en la autocompasión, autocrítica y victimismo, necesita estar sola pero no tanto tiempo porque puede caer en estados depresivos, el lado agua o sea los sentimientos más profundos deben salir de su escondite para lograr de esta manera su real expresión. Piscis (agua) es atento, generoso y compasivo, crece en experiencias de alegría y sufrimiento, gusta por música melancólica y trágica, también por melodías de poder y triunfo para alejar las lágrimas y el sufrimiento.</p> <p>La Música sugerida para este elemento es celta, hebrea, italiana y otros que tengan profundidad de sentimiento.</p> <p>Aydeé según su historia Musicoterapéutica y manifestación, nos indica que reúne estas características, tanto del signo zodiacal como del elemento agua, sobre todo su naturaleza sentimental.</p> <p>Griselda nació el 17 de Setiembre, su signo zodiacal es Virgo y pertenece al elemento Tierra, esto significa que es cauta, firme y anticuada, le importa los detalles, lo práctico, rutina y estabilidad, necesita seguridad y desea ser útil, poco acepta la imaginación atrevida, opiniones novedosas y aventuras desconocidas. El elemento la hace modesta y leal, gusta dejar las cosas claras, goza con actividades que embellecen la casa y espacios de tierra, es feliz realizando trabajos manuales.</p> <p>La tierra busca melodías cálidas, hogareñas, tradicionales que sugieran amistad y comodidad terrenal, paz y descanso, gusta por temas y ritmos sencillos, casi siempre repetitivos.</p> <p>Griselda, coincide con su historia Musicoterapéutica y comentario, acerca de su esencia práctica y sobre todo la elección de canciones con ritmos sencillos y repetitivos.</p> <p>Shirley nació el 27 de Enero, su signo zodiacal es Acuario y pertenece al elemento Aire, el cual se relaciona con lo espiritual, la inspiración, la intuición y la respiración, es cambiante como el camaleón según la compañía, pensamiento e impresión de la realidad, el aire es mental y disfruta de las ideas y teorías buscando la variedad, evita el trabajo físico, piensa antes de sentir y analiza las situaciones y personas. El aire reflexiona con claridad ante las dificultades, cuando es constructivo puede sintetizar con facilidad y promover bienestar y creatividad, es versátil y variado, tiende a ser objetivo como a guardar sus sentimientos.</p> <p>El Aire necesita variedad melódica y rítmica, prefiere música experimental, aleatoria, con bastante variedad para no aburrirse.</p> <p>Shirley, según su historia Musicoterapéutica y comentario, disfruta de música variada en géneros y sobre todo practica música religiosa desarrollando de esta manera su espiritualidad.</p> <p>(M. SALIDA)</p>	<p>Nuestras investigadas tienen como elemento astrológico el Agua, Tierra y Aire, por lo tanto en este apartado no investigamos el elemento Fuego.</p> <p>Yo pertenezco al elemento astrológico del Aire, igual que la alumna Shirley.</p>
--	---	--

87 88 89	De esta manera concluimos esta experiencia vivencial, despidiéndonos hasta la próxima y última sesión de Musicoterapia.	
----------------	---	--

DIARIO DE CAMPO N° 07

I. DATOS INFORMATIVOS:

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Propuesta de ISO musical acorde a nuestro medio altiplánico en los tres movimientos.
- 1.3. FECHA: 16 – 01 - 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Pascual Huancapaza Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento.

II. REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN:

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35	<p>Sétima y última sesión de clase-terapia y hoy me siento más sereno y alegre, porque el material musical a desarrollar la hemos previsto con bastante anterioridad, además esta experiencia nueva para mí en su condición de Investigación Acción Pedagógica va cobrando satisfacción en su ejecución teórica-práctica. Como es habitual yo y mi compañero Jaime nos constituimos muy temprano al Taller del instituto, un día con relativa llovizna que no impide nuestro propósito.</p> <p>(M. INICIO)</p> <p>Nos reunimos en el lugar adecuado, y mi compañero en esta aventura investigativa hizo el saludo inicial a las 3 señoritas alumnas y posteriormente intervine con el saludo (S) habitual.</p> <p>(M. PROCESO)</p> <p>Para aperturar esta última sesión con un tema muy ajustado a nuestra realidad, el profesor-músico Jaime dio las recomendaciones del caso para luego referirse y tratar el marco teórico sobre el ISO musical que pertenece al acervo altiplánico, para lo cual tuve que emplear música folklórica e instrumental de fondo, ya que hoy tratamos música de esa naturaleza.</p> <p>Estuve observando la actitud atenta y relajada de la señorita Aydeé, la actitud serena y expectativa de la alumna Griselda, sin embargo Shirley tenía una actitud un tanto indiferente y un poco incómoda ante el tema en exposición, en el apartado anterior hemos podido observar que las 3 señoritas pertenecen a diferentes signos del Zodiaco y la actitud variada se puede deber a esta diferencia. Esta disertación de mi compañero Jaime duró aproximadamente 30 minutos y yo me alistaba para intervenir seguidamente.</p> <p>Quiero enfatizar referente a las composiciones musicales seleccionadas y editadas para esta sesión de clase-terapia son las siguientes:</p> <p>Para el movimiento lento hemos elegido el tema “Rosaura” en la interpretación del grupo musical Qhantati Ururi de</p>	<p>La música altiplánica se diferencia de otras realidades por su estilo o forma de interpretar y no tanto por el instrumento, así por ejemplo la Zampoña o Flauta de Pan existe en África.</p>

<p>36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72</p>	<p>Comina, para el movimiento moderado se seleccionó la composición musical “Serpentina Roja” que pertenece al Centro Musical Unión Juliaca y para el movimiento rápido elegimos con mi compañero Jaime, el tema musical “Selección de Huaynos” del Grupo Serenata cuyo director es el músico Rolando Montes de Oca Velazco de la ciudad de Puno.</p> <p>Para iniciar con el Taller se les organizó en forma grupal, para lo que tuve que probar el buen funcionamiento de todo el equipo de audio para garantizar la audición excelente, mientras mi compañero Jaime invitaba al Profesor Julio Condori Cerdán a pasar y participar de estas vivencias investigativas, puesto que el mencionado Profesor trabaja en el I.E.S.P.P. de nuestra ciudad y es responsable de las áreas de Práctica Profesional e Investigación, la finalidad de su presencia es efectivizar, garantizar, la triangulación del presente estudio.</p> <p>Las alumnas Aydeé, Griselda y Shirley deben realizar la escucha activa de los tres temas musicales antes mencionada, de manera grupal y de esta manera interiorizar los ejemplos sonoros para luego afirmar o identificar su ISO musical en este contexto altiplánico.</p> <p>Una vez más he podido comprobar su naturaleza musical de las 3 señoritas investigadas, cuando se identificaron con una de las 3 composiciones musicales con aproximación preferencial, por tanto, su ISO musical actual y sobre todo en nuestro contexto musical altiplánico.</p> <p>(M. SALIDA)</p> <p>Las incidencias producto de esta experiencia investigativa lo vengo recogiendo en una lista de cotejos sobre las actitudes demostradas por las participantes.</p> <p>De esta manera concluimos la última sesión de clase-terapia que en su esencia siempre buscó una experiencia vivencial de la Musicoterapia y su influencia emocional en el ser humano. Nos despedimos con las 3 señoritas solamente en este proyecto investigativa, ya que en el instituto nos veríamos en este año en el mes de Abril aproximadamente.</p>	<p>Este trabajo de Investigación Acción Pedagógica, tiene más relevancia con la participación del Docente de Investigación del I.E.S.P.P. Juliaca, con su triangulación correspondiente.</p>
---	--	--

<p>36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85</p>	<p>música y sus beneficios? ¿Conocen el tema de la Musicoterapia? ¿Les gustaría experimentar?</p> <p>- Luego de un pequeño debate y/o diálogo entre compañeras, responden en forma individual con cierto grado de acierto, pero en sus palabras se advierte cierta expectativa sobre el tema, reflejado también en su expresión gestual.</p> <p>- Seguidamente refiero sobre la importancia de la música y sus beneficios terapéuticos en la vida del ser humano, asimismo les doy algunas definiciones de la musicoterapia para trabajar en nuestro propósito del tema; solicitándoles para ello brindarnos la confianza debida para ubicarlos mejor sus dificultades emocionales y sus debilidades actitudinales; solicitándoles también su participación e intervención en estas sesiones brindándonos su sinceridad y la veracidad en sus afirmaciones. Reiterándoles nuevamente tomar mayor interés y empeño en estas sesiones de clase-terapia para facilitar el desarrollo positivo de nuestras sesiones programadas y poder lograr nuestro objetivo.</p> <p>- Luego de un intervalo de tiempo con el propósito de ubicar el estado emocional de las alumnas participantes se aplica el Test N° 1 denominado TEST PSICOLÓGICO QUE RELEVA SU ESTADO EMOCIONAL un documento de diagnóstico y encuesta muy importante para conocer su estado emocional del momento de cada una de las participantes, para tomar en cuenta su evolución en la mejoría de su conducta emocional durante el proceso de la aplicación de nuestro proyecto. El desarrollo del test se hizo con la dirección y orientación debida para plasmar una evidencia real y objetiva.</p> <p>- Inmediatamente se procede a traducir sus respuestas del Test:</p> <p>- Aydee (A1) Se encuentra en una posición neutra, se siente cómoda con su entorno y se adapta normalmente, tiene miedo de involucrarse con los demás, tiene conflictos internos y suele ser una persona cerrada con muchos secretos personales.</p> <p>- Griselda (A2) Es una persona alegre que le gusta pasarla bien y divertirse, siente temor de involucrarse con la gente, tiene muchos conflictos internos y suele ser una persona vertical y cerrada. El procedimiento ha durado 45 minutos aproximadamente.</p> <p>- Shirley (A3) Se pierde en sí mismo, en su propio mundo, se siente bien consigo mismo, le agrada meditar acerca de sus propias cosas de su mundo interior; asimismo tiene sus prioridades establecidas, está rodeado de personas que se preocupan por ella pero prefiere sentirse seguro con la que tiene y no apuesta por algo más y mejor.</p> <p>- A continuación toma su intervención mi compañero Pascual, para otorgarles algunos ejercicios prácticos mientras desarrolla y dirige su clase taller consistente en ejercicios de</p>	<p>Las interrogantes que planteé fueron oportunas y coincidentes con el tema.</p> <p>Las estrategias que opté para desarrollar los trabajos en grupo me han resultado dificultosos, porque cada participante es un caso particular.</p> <p>Los Test que he aplicado han resultado ser una herramienta muy fundamental y oportuna para medir el Estado Emocional actual de las participantes.</p>
--	--	--

86	relajación y concentración MA para optar un buen oído	Las técnicas de ejercicios para escuchar y apreciar la música han sido muy interesantes y apropiados para el propósito de nuestro tema.
87	musical, y lograr la predisposición para oír y apreciar la	
88	música, como es el objetivo y las fases terapéuticas de	
89	nuestro proyecto. Para dicho propósito realizan ejercicios de	
90	inhalación y exhalación del aire en la respiración, empleando	
91	la técnica MA donde observo a las tres estudiantes realizar	
92	los ejercicios con mucha concentración e interés.	
93	- Seguidamente se realiza la actividad de escuchar y apreciar	
94	la propuesta musical en forma grupal utilizando un equipo	
95	de audio y sonido, durante 15 minutos aproximadamente de	
96	la música instrumental, elegido en esta oportunidad los	Personalmente concluyo muy satisfecho con la sesión desarrollada. A pesar de haber tenido algunas dificultades de experiencia en esta materia.
97	temas: “Balada para Adelina” de L.V. Beethoven, “Pastor	
98	Solitario” de Samfir, “Amor Imposible” de Los Belkins, y	
99	“Amor de Fantasía” de los Pakines. En esta actividad aprecio	
100	que cada participante opta diferentes reacciones y actitudes,	
101	vertiendo finalmente su vivencia musical imaginaria.	
102	- Nos aprestamos a concluir previo análisis de la sesión con	
103	las participantes, se recomienda practicar estos ejercicios	
104	prácticos de relajación y concentración en forma individual.	
105	- Se concluye la sesión previo saludo de despedida y	
106	felicitación a cada una de las participantes. Mostrando ellas	
107	igualmente esa satisfacción personal y grupal en	
108	experimentar la sesión práctica desarrollada.	

LEYENDA:

A1: Alumna Aydee

A2: Alumna Griselda

A3: Alumna Shirley

MA: Método Activo

DIARIO DE CAMPO N° 02

I. DATOS INFORMATIVOS.

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Ejercicios de Técnicas para Adoptar un oído musical.
- 1.3. FECHA: 09 - 01 – 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Jaime Roldan Mamani Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento.

II. REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN.

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1	- Es el segundo día de nuestra experiencia terapéutica de nuestro	
2	propósito de investigación. Igual al primer día mi ansiedad de	
3	perseguir con nuestro trabajo de aplicación de nuestro proyecto	
4	de investigación sobre “La aplicación de la Musicoterapia para	
5	mejorar el aspecto emocional de los estudiantes del I.E.S.P.P.	
6	de Juliaca.	
7	- Luego de haber concurrido puntualmente al taller de música,	
8	igualmente las participantes llegan casi a la misma hora,	
9	también con cierta ansiedad de conocer y experimentar la	
10	siguiente jornada terapéutica propuesta.	La motivación del
11	- Es mi compañero Pascual quien alcanza el primer (S) a las	tema no lo hice
12	participantes dándome luego paso a mi intervención.	como yo lo
13	- Hago mi participación haciendo una breve introducción a la	planifiqué, debido a
14	sesión correspondiente al presente día, expresando	la premura del
15	primeramente mi cordial saludo y la grata bienvenida a las	tiempo y la
16	participantes, para luego expresarles una breve motivación	desconcentración
17	sobre el tema resaltando la importancia de las TÉCNICAS	imprevista.
18	PARA ADOPTAR UN OÍDO MUSICAL para optar un buen	
19	oído musical y lograr la predisposición para escuchar y apreciar	
20	la música para colaborar en las fases terapéuticas del presente	
21	proyecto; reiterando la importancia del papel que cumple las	
22	técnicas y las estrategias de la aplicación de la musicoterapia en	
23	área emocional del ser humano.	
24	- A continuación se prosigue con la sesión guiada por mi	
25	compañero Pascual y con el apoyo de mi persona, previas	
26	indicaciones y recomendaciones se desarrolla en TG,	Los muebles y los
27	primeramente realizan ejercicios de respiración y relajación	asientos no fueron
28	para optar la predisposición para escuchar y apreciar la música	tan adecuados para
29	para poder lograr cada integrante entrar a su mundo interior. Se	esta sesión.
30	propone para esta actividad escuchar y apreciar tres temas	Causando mucha
31	instrumentales de “Kitaro” de una duración de 15 minutos	dificultad en su
32	aproximadamente, para que interioricen la música y vivencien	desarrollo de la
33	el estado emocional que provoca a cada una; siguiendo	sesión.
34	cuidadosamente paso a paso la secuencia de la sesión	
35	terapéutica. Inician la actividad tomando en cuenta la seriedad	
36	del caso y las indicaciones de mi compañero Pascual, quien les	

<p>37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79</p>	<p>guía comenzando desde la postura que deben tomar, la concentración y la relajación, luego les pide entrar a lo más profundo de su mundo interior y apreciar en este estado las sensaciones de energía saludable que ingresan a su cuerpo interior. Un punto muy importante es que les pide también que cuando exhalen o expulsen el aire pidan se vaya lo negativo (el estrés, las preocupaciones, la angustia, la depresión, etc.), y cuando inhalen pedir cosas positivas como (felicidad, armonía, bienestar, equilibrio, amor y paz). En este estado de tranquilidad y reposo se puede apreciar la composición musical, identificar sonidos y la melodía.</p> <p>- En esta actividad observo detalladamente el comportamiento y las reacciones de cada una de las integrantes, que lo ejecutan con mucho interés y concentración de experimentar esta nueva experiencia. Luego de haber concluido satisfactoriamente con esta sesión musical, se logra observar las siguientes manifestaciones personales:</p> <p>- A1: manifiesta me sentí rejada, sentí que flotaba y viajaba por el aire, al parecer a la espiritualidad y recordaba mi vivencia personal pasada, luego también sentí que bajaba hacia lo terrenal sintiendo la paz y la tranquilidad emocional personal.</p> <p>- A2: con mucha seriedad manifiesta, sentí que veía imágenes como casas plantas, parajes, panorama y paisajes en general, sintiendo mucha emoción y sorpresa, me dejé llevar con el guía del profesor, vivenciando imaginariamente bellos paisajes de la naturaleza primaveral.</p> <p>- A3: he estado concentrado más en los sonidos musicales que emiten la melodía propuesta, me llamó la atención la composición musical y el intérprete del autor. Me sentí rejada imaginando y apreciando los sonidos y la interpretación de sus instrumentos musicales que conforman.</p> <p>- Todas estas manifestaciones nos reflejan el grado de interés y la concentración debida que ponen las integrantes, expresando con mucha emoción y agrado esta experiencia terapéutica. Deduciendo a su vez que por sus actitudes muestran su alta aspiración y expectativa de mejoría que desean optar en su aspecto emocional.</p> <p>- Sin duda alguna ha sido una experiencia muy satisfactoria y saludable. Sus emocionadas versiones y sus expresiones gestual y corporal es el reflejo de su interés y satisfacción, esto nos da a entender sus efectos de la musicoterapia aplicada. Se termina la sesión agradeciendo por su participación a las señoritas intervenidas en la investigación.</p>	<p>La deficiencia que hemos tenido en el momento del desarrollo del ejercicio ha sido superado, pudiendo acondicionar de lo mejor posible todo material que se necesita.</p> <p>Las reacciones y manifestaciones de las participantes en esta actividad han sido interesantes y sorprendentes, surtiendo sus efectos de concentración y audición.</p> <p>Esta sesión ha resultado muy importante e interesante para el desarrollo positivo de nuestro propósito del proyecto.</p>
---	---	---

LEYENDA.

S: Saludo Cordial

TG: Técnica Grupal

A1: Alumna Aydee

A2: Alumna Griselda

A3: Alumna Shirley

DIARIO DE CAMPO N° 03

I. DATOS INFORMATIVOS.

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Diagnóstico Musical y la Musicoterapia según el ISO Musical.
- 1.3. FECHA: 10 - 01 – 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Jaime Roldan Mamani Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento.

II. REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN.

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36	<p>- Es el tercer día de nuestra jornada de aplicación de nuestro proyecto de investigación, un nuevo día con muchas ganas de vivenciar nuevas experiencias con nuestros participantes y poder mejorar su aspecto emocional.</p> <p>- Concurrimos al local puntualmente siempre con el grato deseo de lograr nuestro propósito de la sesión programada para el día de hoy.</p> <p>- Como siempre llegué al local puntualmente para constituirme al salón de música ambiente del desarrollo de nuestras sesiones, igualmente llegaron las tres participantes casi juntas.</p> <p>- Previo saludo inicio la sesión con una primera parte conceptual reflexiva, participativa y motivadora, sobre el tema de la “Emoción”; resaltando el grado de importancia que tiene el adoptar el control de nuestras emociones para una vida saludable; optar buenos hábitos y un comportamiento con actitudes positivas.</p> <p>- Desarrollé mi sesión terapéutica literal narrativa y participativa a la vez propiciando un trabajo grupal; dándoles a conocer las definiciones de Emoción y las repercusiones de las actitudes positivas y negativas de la persona en los quehaceres cotidianos de nuestra vida, buscando esa complacencia, el placer y la satisfacción en nuestras actitudes, entendiendo también que de las actitudes negativas también se aprende y se extrae lo bueno para optar nuevos retos y otras metas de esperanza y prosperidad. Haciendo énfasis de practicar una vida complacida y vivir agradecidos.</p> <p>- También les di algunas recomendaciones sobre como reconfortar nuestra salud mental y física, propiciando la alimentación sana, el merecido descanso y la práctica de los ejercicios físicos y el deporte. Finalmente les pedí adoptar y practicar las actitudes positivas y el buen comportamiento en la sociedad, practicando los valores humanos como la complacencia, la satisfacción, el agradecimiento y sobre todo el amor.</p> <p>- Según el instrumento de encuesta consistente en un cuestionario de HISTORIA MUSICOTERAPÉUTICA</p>	<p>Las participantes acogieron el tema con mucho interés i optimismo, participando activamente en esta sesión, mostrando una expresión gestual de satisfacción en la parte introductoria de la sesión.</p> <p>Las estrategias que optamos para desarrollar los trabajos en grupo han resultado adecuados y positivos.</p>

<p>37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86</p>	<p>denominado también historia musical que hemos aplicado a las tres alumnas, el diagnóstico que arrojó para la A1 es ISO con ritmo moderado con tendencia a ritmo lento, para la A2 es ISO con ritmo lento y tendencia a ritmo moderado y para A3 es ISO con ritmo lento y tendencia a ritmo moderado.</p> <p>- De este resultado podemos afirmar que las tres señoritas investigadas en cuanto al ISO musical se encuentran en el presente estado de vivencia entre ritmos lento a moderado o moderado a lento, lo cual quiere decir que el ritmo rápido no pertenece a ninguna alumna en su historia musical, sin embargo debemos manifestar que el ISO sonoro o musical es cambiante, por lo tanto, según sus vivencias o experiencias en sus vidas de cada una, irán variando con el correr del tiempo y esperamos que sea evolutivo para el bien personal y la sociedad.</p> <p>- Seguidamente con la participación de los cinco actores y con la dirección de mi compañero Pascual se prosigue con la sesión, igualmente aplicando el TPG escuchan y vivencian la música propuesta por el autor Segundo Armas en su texto Manual de Musicoterapia, los temas que hemos seleccionado para esta oportunidad son los siguientes: “Resistiré” Dúo Dinámico, “Creo en mí” Alejandra Guzmán, “Pastor Solitario” Gheorghe Zamfir, “Escucha tu corazón” Laura Pausini, “El señor es mi fuerza” Marcos Rodríguez, “La música de los dioses”, “Basta ya” Olga Tañón, “Un largo viaje” Marcela Gándara, “Sonidos de la naturaleza”; durante 30 min aproximadamente.</p> <p>- Luego de haber concluido la audición y la vivencia musical tenemos las siguientes versiones sobre sus apreciaciones personales:</p> <p>- A1 Manifiesta que al escuchar la música sentía tener una esperanza y querer optar otras actitudes, primero soy yo, segundo soy yo y tercero soy yo, se identifica más con el tema musical “Resistiré” de Dúo dinámico.</p> <p>- A2 Manifiesta de su comportamiento en su casa, tuvo deseos de permanecer momentáneamente en silencio, meditando sobre su vida personal, momentos en querer cambiar en todo aspecto, su carácter, sus actitudes emocionales y hasta en la forma de vestir, deseos de complacer a sus hijos, darles más amor y protección y hasta en sus gustos musicales; se identifica más con el tema “Creo en Mi”. de Alejandra Guzmán.</p> <p>- A3 Manifiesta que se siente muy sensible con impulsos de reacción y desesperación y hasta querer echar en llanto, no quiere y no le gusta que le den ordenes, se siente sugestionada; y la música escuchada le llama a una calma, sosiego, tranquilidad y paz; se identifica más con la música de resistiré de del Dúo Dinámico, y “Creo en Mi” de Alejandra Guzmán.</p> <p>- Se termina la sesión con algunas recomendaciones a las participantes, sin duda alguna fue una bonita jornada más de</p>	<p>Las deficiencias que hemos tenido en el momento del desarrollo de los ejercicios de escuchar la música no han sido muy bien acondicionados. Como se puede ver en el video adjunto. Pero igual se realizó con mucho interés y concentración, como se puede ver y apreciar en el video-audio.</p> <p>Las reacciones de los ejercicios aplicados han resultado muy eficaces y coincidentes con su ISO musical. Quedando las tres satisfechas en su participación.</p> <p>Fue un acierto más en nuestras actividades de sesión y/o clase-terapia.</p> <p>He quedado muy sorprendido y su vez satisfecho por esta nueva experiencia.</p>
--	---	--

87	experiencia, he quedado personalmente muy satisfecho por los resultados obtenidos en la presente sesión terapéutica.	
88		

LEYENDA:

A1: Alumna Aydee

A2: Alumna Griselda

A3: Alumna Shirley

TPG: Taller Práctico Grupal

DIARIO DE CAMPO N° 04

I. DATOS INFORMATIVOS.

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.3. ACTIVIDAD: Test Psicológico Emocional y Ejercicios de respiración.
- 1.3. FECHA: 11 - 01 – 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Jaime Roldan Mamani Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento.

II. REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN.

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36	<p>-Es otro día más de jornada de la aplicación de nuestro proyecto de investigación, un nuevo día como siempre de mucho interés de proseguir con nuestro propósito de vivenciar la nueva experiencia con nuestros participantes y poder mejorar su ASPECTO EMOCIONAL.</p> <p>-Concurrimos al local puntual y conjuntamente con mi compañero Pascual y las señoritas alumnas participantes, siempre con el grato deseo de lograr nuestro propósito de la sesión programada.</p> <p>-Primeramente hago una breve introducción a la sesión correspondiente al presente día, manifestando mi (S) y la grata bienvenida a los participantes para luego expresarles una breve motivación sobre el tema resaltando su grado de importancia que tiene este instrumento del Test en el proceso de nuestro proyecto de investigación MUSICOTERAPEUTICA.</p> <p>-El tema de la sesión correspondiente es muy importante y fundamental para evaluar cualitativamente la conducta y el comportamiento de las intervenidas en esta etapa para medir el proceso evolutivo, mediante la aplicación de los Test consignados, considerando a su vez que es un instrumento de las técnicas y estrategias de investigación que se utiliza en el presente proyecto de investigación de acción pedagógica.</p> <p>-Se inicia la sesión con una actividad práctica en trabajo grupal con respuestas personales e individuales, aplicando un Test Psicológico y otro de Estabilidad Emocional, considerando que es un recurso y una herramienta muy importante y necesaria en el desarrollo de nuestro propósito del tema; donde las participantes muestran mucho interés y empeño en el desarrollo de los Test consignados. El trabajo se efectuó en forma secuencial y grupal con respuestas individuales guiado y orientado por mi persona; motivadas las participantes lo desarrollaron en forma activa, vivencial y emotiva, mostrando su sinceridad; advirtiéndoles a la vez que deben tener mucha cautela y veracidad en sus respuestas; así como podemos ver en el video.</p>	<p>Las estrategias que opté para desarrollar los trabajos en grupo me han resultado adecuados y positivos.</p> <p>El trabajo grupal ha resultado propicio y adecuado en esta sesión, desarrollándose emotivamente la actividad con sus respuestas individuales.</p>

<p>37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87</p>	<p>- Primeramente procedo a entregar las hojas de Test N° 02 TEST PSICOLÓGICO de diez preguntas a responder, el cual desarrollamos conjuntamente con las participantes, teniendo en cuenta todas las prevenciones y advertencias del caso; respondiendo pregunta por pregunta en forma secuencial e individualizada. En esta actividad observo a las participantes que lo ejecutan bien motivadas y con mucha asertividad. Concluyen el Test colocando su nombre completo y su firma en la parte inferior de la hoja.</p> <p>- Seguidamente se entrega el Test N° 03 de ESTABILIDAD EMOCIONAL concerniente también en diez preguntas, el cual también se desarrolla igual al anterior con mucha seriedad y voluntad, pero a su vez demostrando entusiasmo en el desarrollo de sus respuestas individualizadas. En el procedimiento noto un poco de una tensión o duda al marcar sus respuestas. Igualmente concluyen esta actividad colocando su nombre y apellidos de las participantes y su firma correspondiente.</p> <p>- Luego de un preámbulo de tiempo procedo a la traducción de sus respuestas del Test dándoles a conocer sus avances y sus dificultades de sus ACTITUDES EMOCIONALES.</p> <p>- Los Test arrojan los siguientes resultados:</p> <p>- A1 en su Test psicológico se siente un poco confundido hay contradicciones en sus afirmaciones. Y en su Test de Estabilidad emocional indica que no le preocupa las cosas, se siente a gusto consigo mismo pero no le gusta su personalidad; nunca tuvo maltrato psicológico, pero se fastidia fácilmente y tiene cambios frecuentes de humor. Todo esto se va superando.</p> <p>- A2 en su Test Psicológico indica que si le preocupa los demás pero no mide su tiempo, no le interesa la vida de los demás pero siente las emociones de los demás, no sabe si está interesada de las demás, tiene contradicciones en sus afirmaciones. Y en su Test de Estabilidad Emocional, tal vez está preocupada por las cosas, le da pánico frecuentemente, no sabe si está a gusto consigo mismo, pero le gusta su personalidad, esto quiere decir que todavía aún le falta definir sus actitudes emocionales.</p> <p>- A3 en su Test Psicológico indica que no le gusta entrometerse en problemas de los demás, pero siente las emociones de los demás; también piensa en las personas necesitadas. Aun se siente confundido en sus actitudes. Y en su Test de Estabilidad Emocional si le preocupa las cosas, todavía no sabe si se siente a gusto consigo mismo; no se molesta fácilmente, pero si tiene cambios de humor frecuentemente, no está conforme consigo mismo, se siente deprimido, no sabe todavía si le gusta su personalidad.</p> <p>- Finalmente concluyo mi participación recomendándoles algunas actividades como escuchar música de su ISO personal y otras.</p>	<p>- Los Test mencionados han resultado eficaces y oportunas para poder medir su actitud evolutiva de las alumnas participantes.</p> <p>- El reflejo de sus respuestas del test aplicada muestran que hay un progreso notable de sus</p>
--	--	--

88	<p>- A continuación prosigue mi compañero Pascual con la sesión programada, previo repaso de ejercicios de relajación, como un previo a la próxima clase se procede a poner en práctica los ejercicios de inhalación y exhalación del aire, para mejorar la concentración y apreciación de la música, en forma grupal durante 5 minutos.</p> <p>- Finalmente se procede a realizar algunos comentarios analítico y reflexivo, sobre el procedimiento y las técnicas que se aplica en el presente proyecto.</p>	<p>actitudes Emocionales.</p>
89		
90		
91		
92		
93		
94		
95		
96		

LEYENDA:

S: Saludo

A1: Aydee

A2: Griselda

A3: Shirley

DIARIO DE CAMPO N° 05

I. DATOS INFORMATIVOS.

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Expresión de la Propuesta Musical Según Manual de Musicoterapia.
- 1.3. FECHA: 12 - 01 – 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Jaime Roldan Mamani Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento.

II. REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN.

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35	<p>- Es el quinto día de nuestra actividad de aplicación de nuestro proyecto de investigación, por su puesto con todas las ansias y deseos de proseguir con nuestras sesiones de musicoterapia, me constituí una vez más al local del IESPP de Juliaca; llegué esta vez más temprano y las participantes lo hicieron a la hora exacta, aunque esta vez la A2 llegó un poco retrasado, sin dar a conocer los motivos de su tardanza.</p> <p>- En mi primera intervención alcancé como siempre mi (S) para luego referir sobre las cualidades artísticas musicales que tenemos las personas para aplicar en nuestras terapias personales.</p> <p>- Sin más que comentar se inicia la sesión programada, con la participación de ambos docentes investigadores más las alumnas participantes, quienes somos los agentes de la presente investigación.</p> <p>- En esta sesión desarrollamos un TG de expresión musical, donde las estudiantes demuestran sus cualidades artísticas musicales apoyada con un fondo musical interpretan en viva voz temas de su agrado y conocimiento.</p> <p>- Empiezan su participación en forma individual, es la A1 quien inicia con el tema musical “Resistiré” del Dúo Dinámico, es interpretación a capela sin micrófono alguno y como es habitual en estas experiencias de canto, al principio se deja notar cierto nerviosismo para luego ir afianzándose conforme avanza la música, ella tiene un timbre de voz muy clara, buena articulación de sonidos y le pone bastante emoción, casi no utiliza la expresión corporal, pero muy excelente su participación. Cuando termina su participación, es ovacionada por todos nosotros. La A2 eligió el tema “Creo en Mí” de Alejandra Guzmán, en el ambiente se percibía expectativa por la interpretación musical, ella cantó con mucha naturalidad, poco nerviosismo, con buena articulación de sonidos y sobre todo se identificó bastante con la composición que se encuentra en ritmo de Balada que es parte de su ISO musical. Al finalizar la canción fue aplaudida por todo nosotros. La A3</p>	<p>Igualmente el trabajo grupal e de interpretación musical- vocal individual, fueron adecuados y propicios para esta actividad propuesta.</p>

36	seleccionó para cantar, los dos temas anteriores ejecutadas por	Esta actividad fue
37	sus compañeras pero interpretó la canción “Creo en Mí de	elocuente,
38	Alejandra Guzmán”, se le pudo observar en sus ojos y su	maravilloso y
39	semblante corporal, cierta tendencia a llorar en un inicio, pero	sorprendente,
40	al proseguir la interpretación musical se soltó en calma y	mostrando aquí cada
41	tranquilidad, ella tiene un timbre de voz clara o nítida lo cual	una sus habilidades
42	realza su ejecución musical, buena vocalización y un poco de	artísticas musicales y
43	expresión corporal lo cual hizo que se ganara buena cantidad	vocales; por su
44	de aplausos de parte de los participantes.	puesto aquí se notó
45	-Con todas estas experiencias de expresión musical con la	esa satisfacción y
46	vocalización de las tres señoritas, podemos deducir que ellas	optimismo.
47	no siempre se identifican con su ISO musical anterior y que al	
48	existir nuevas propuestas de canciones que pertenecen a otras	
49	realidades, también pueden identificarse con esa música por	
50	que el mensaje de las letras conllevan contenidos de esperanza,	
51	confianza y sobre todo de superación en sus Actitudes	
52	Emocionales y personales.	La sesión nos resultó
53	-Se concluye la sesión con algunas recomendaciones de mi	muy interesante,
54	compañero Pascual.	eficiente y
55	-Esta sesión fue también muy interesante para generar	satisfactorio para las
56	resiliencia personal de las participantes, puesto que lo han	aspiraciones de las
57	vivido y se han identificado con los temas interpretados.	participantes y el
58	Actividad también que colaboró en la evolución de nuestro	desarrollo de nuestro
59	proyecto de investigación.	propósito del tema.

LEYENDA:

S: Saludo

TG: Trabajo Grupal

A1: Alumna Aydee

A2: Alumna Griselda

A3: Alumna Shirley

DIARIO DE CAMPO N° 06

I. DATOS INFORMATIVOS.

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Propuesta de ISO musical según Signo Zodiacal.
- 1.3. FECHA: 15 - 01 – 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Jaime Roldan Mamani Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento.

II. REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN.

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34	<p>- Es nuestra sexta sesión terapéutica que nos toca desarrollar, como es habitual y característico de nuestro clima del altiplano, hoy es un día maravilloso, templado y poco variado. Luego de realizar algunas reflexiones y ordenar mi sesión correspondiente me dirijo al centro de destino a fin de cumplir con el propósito de nuestra actividad.</p> <p>- Llegué al local con un pequeño retraso como también mi compañero lo hizo igual y las tres participantes siempre con esa ansiedad de lograr nuestro propósito del tema.</p> <p>- Es mi compañero Pascual quien da el saludo inicial y la bienvenida a todos los integrantes de la actividad, brindándoles la respectiva motivación del tema para el día de hoy, resaltando su importancia del tema para mejorar el ASPECTO EMOCIONAL de los mismos.</p> <p>- A continuación previo SC hago mi participación en la sesión sobre el tema, dándoles a conocer las definiciones teóricas del tema ISO (identidad sonora) musical, su clasificación y sus diversas formas como el ISO Individual, grupal y una referencia sobre el ISO universal, gestáltico, cultural, etc. y sus diferencias. Asimismo doy a conocer el grado de importancia que juega el ISO musical en el desarrollo de nuestro proyecto, de esta forma poder mejorar el ÁREA EMOCIONAL de los participantes. Aquí participan la A1 y la A2 con las preguntas del tema haciendo aportes personales. Finalmente se realiza una serie de comentarios del tema resaltando su gran importancia en nuestras sesiones de musicoterapia.</p> <p>- En seguida retoma su participación mi compañero Pascual con el apoyo mío para aplicar el taller práctico de forma individual, para lo cual utilizamos 3 equipos de audio con sus respectivos auriculares, para cada señorita participante.</p> <p>- Las AP deben realizar la escucha activa de 3 temas musicales de forma individual según su ISO musical que corresponde a su signo Zodiacal de cada señorita, por un periodo de 15 minutos aproximadamente. Ellas se concentran en su vivencia</p>	<p>Es un día de reflexión, planificación y prevención asertiva para cumplir positivamente nuestro proyecto.</p> <p>La motivación fue emotiva e interesante en esta sesión.</p> <p>Las estrategias aplicadas fueron adecuadas en esta sesión, resultando el tema muy interesante surgiendo así muchas interrogantes de las participantes, asimismo dieron</p>

<p>35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83</p>	<p>personal previa recomendación que se les imparte, después del tiempo previsto tenemos el siguiente análisis:</p> <ul style="list-style-type: none"> - La A1 tiene como fecha de nacimiento el 7 de Marzo, su signo zodiacal es Piscis y pertenece al elemento Agua, lo cual indica que es más introspectiva y emocional, a veces triste y melancólica, cae con frecuencia en la autocompasión, autocrítica y victimismo, necesita estar sola pero no tanto tiempo porque pueden caer en estados depresivos, el lado agua o sea los sentimientos más profundos deben mostrarse para lograr de esta manera su real expresión. Piscis (agua) es atento, generoso y compasivo, crece en experiencias de alegría y sufrimiento, gusta por música melancólica y trágica, también por melodías de poder y triunfo para alejar las lágrimas y el sufrimiento. - La música sugerida para este elemento es celta, hebrea, italiana y otros que tengan profundidad de sentimiento. Según su historia musicoterapéutica y manifestación, nos indica que reúne estas características, tanto del signo zodiacal como del elemento agua, sobre todo su naturaleza sentimental. - La A2 nació el 17 de Setiembre, su signo zodiacal es Virgo y pertenece al elemento Tierra, esto significa que es cauta, firme y anticuada, le importa los detalles, lo práctico, rutina y estabilidad, necesita seguridad y desea ser útil, poco acepta la imaginación atrevida, opiniones novedosas y aventuras desconocidas. El elemento la hace modesta y leal, gusta dejar las cosas claras, goza con actividades que embellecen la casa y espacios de tierra, es feliz realizando trabajos manuales. - La tierra busca melodías cálidas, hogareñas, tradicionales que sugieran amistad y comodidad terrenal, paz y descanso, gusta por temas y ritmos sencillos, casi siempre repetitivos. La A2 coincide con su historia musicoterapéutica y comentario, acerca de su esencia práctica y sobre todo la elección de canciones con ritmos sencillos y repetitivos. - La A3 nació el 27 de Enero, su signo zodiacal es Acuario y pertenece al elemento Aire, el cual se relaciona con lo espiritual, la inspiración, la intuición y la respiración, es cambiante como el camaleón según la compañía, pensamiento e impresión de la realidad, el aire es mental y disfruta de las ideas y teorías buscando la variedad, evita el trabajo físico, piensa antes de sentir y analiza las situaciones y personas. El aire reflexiona con claridad ante las dificultades, cuando es constructivo puede sintetizar con facilidad y promover bienestar y creatividad, es versátil y variado, tiende a ser objetivo como a guardar sus sentimientos. El Aire necesita variedad melódica y rítmica, prefiere música experimental, aleatoria, con bastante variedad para no aburrirse. La A3 según su historia Musicoterapéutica y su comentario, disfruta de música variada en géneros y sobre todo practica música religiosa desarrollando de esta manera su espiritualidad. 	<p>algunos alcances del tema.</p> <p>En esta actividad muestran las participantes sus coincidencias de sus ISOs más su comportamiento según su signo zodiacal, es realmente sorprendente el resultado del análisis respectivo.</p> <p>Esta sesión ha resultado muy interesante y asertivo dentro del marco de la musicoterapia emocional perceptiva, adquiriendo de esta forma logros positivos en lo que concierne a nuestro tema central.</p>
---	---	---

84	- De esta manera se concluye con esta sesión de experiencia	
85	vivencial, despidiéndonos hasta la próxima y última sesión de	
86	Musicoterapia.	

LEYENDA:

AP: Alumnas Participantes

SC: Saludo Cordial

ISO: Identidad Sonora

A1: Alumna Aydee

A2: Alumna Griselda

A3: Alumna Shirley

DIARIO DE CAMPO N° 07

I. DATOS INFORMATIVOS.

- 1.1. INSTITUCIÓN EDUCATIVA: Instituto de Educación Superior Pedagógico Público de Juliaca
- 1.2. ACTIVIDAD: Propuesta de ISO musical acorde a nuestro medio altiplánico en los tres movimientos.
- 1.3. FECHA: 16 - 01 – 2018
- 1.4. DURACIÓN: 02 Horas pedagógicas (90 minutos)
- 1.5. DOCENTE: Jaime Roldan Mamani Mamani
- 1.6. INDICADORES: Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual, Asigno tareas, Evalúo a través de un instrumento

II. REGISTRO DE LA OBSERVACIÓN.

N°	DESCRIPCIÓN	REFLEXIÓN
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34	<p>- Hoy es nuestra última sesión terapéutica y me siento bastante relajado y a la vez alegre, porque tengo una expectativa personal muy certera en los resultados de nuestras sesiones terapéuticas; para hoy se ha previsto con anterioridad el material musical a desarrollar. Como es habitual yo y mi compañero Pascual nos constituimos muy temprano al taller del instituto; un día con relativa llovizna que no impide nuestro propósito, nos reunimos en el local como siempre todos los agentes participantes de esta INVESTIGACIÓN ACCIÓN PEDAGÓGICA, en esta oportunidad inicio yo la sesión alcanzándoles el saludo habitual a las tres señoritas alumnas participantes, para hacer algunos comentarios, posteriormente les alcanzo algunas recomendaciones y sugerencias para adoptar nuevas conductas de comportamiento emocional. Como tema motivador hablé de la importancia de la música altiplánica, su variedad, su difusión y el mensaje de sus canciones. Para luego iniciar con darles algunas definiciones de la música altiplánica puneña, sus características, los géneros musicales, los instrumentos musicales que se emplean en sus interpretaciones, el contenido del mensaje que tienen sus melodías, sobre todo los mensajes de amor, pasión, apaciguamiento, paz y tranquilidad que resaltan en sus interpretaciones, a comparación de otros intérpretes de otras regiones; es bien relajante la música puneña en su género de huaynos pandilleros y melodías de Sikuris de nuestro altiplano. Por lo que se sugiere escuchar y practicar esta música.</p> <p>- Mi participación ha durado aproximadamente 30 minutos.</p> <p>- A continuación toma su participación mi compañero docente músico Prof. Pascual para desarrollar la Aplicación del ISO musical apreciando la música altiplánica propuesto. Los 3 temas son los siguientes: de movimiento lento hemos elegido el tema “Rosaura” en la interpretación del grupo musical Qhantati Ururi de Comina, para el movimiento moderado se</p>	<p>La aplicación de apreciación musical con temas de nuestro altiplano en esta sesión ha sido muy interesante, concordantes, asertivas y eficaces para nuestro propósito.</p> <p>Esta experiencia nueva para mí en su condición de investigación cualitativa pedagógica ha cobrado resultados satisfactorios en su ejecución teórica-práctica;</p>

<p>35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84</p>	<p>seleccionó la composición musical “Serpentina Roja” que pertenece al Centro Musical Unión Juliaca y para el movimiento rápido elegimos con mi compañero, el tema musical “Selección de Huaynos” del Grupo Serenata cuyo director es el músico ciudad de Puno.</p> <ul style="list-style-type: none"> - En esta sesión tuvo su participación el profesor Julio Condori Cerdán Profesor del área de Practica Profesional del I.E.S.P.P. de nuestra ciudad de Juliaca; la finalidad de su presencia es efectivizar y garantizar la triangulación del presente trabajo de Investigación. - Las alumnas participantes realizan la escucha activa de los tres temas musicales antes mencionada, de manera grupal y de esta manera interiorizar los ejemplos sonoros para luego afirmar o identificar su ISO musical en este contexto altiplánico. - En esta actividad se observa más identificada con esta música a Aydee y Griselda más no igual a Shirley. - Una vez más he podido observar su naturaleza de audición musical de las 3 alumnas, cuando se identificaron con una de las tres composiciones musicales con aproximación preferencial por tanto su ISO musical actual y sobre todo en nuestro contexto musical altiplánico. - Para concluir la sesión desarrollan el Test de Apreciación de Conducta Emocional. Al contrastar las traducciones e interpretaciones de los Test de Estado Emocional inicial de la (S1) con la última (S7), se puede ver objetivamente la mejoría del estado Emocional de cada una de la participantes, por su puesto en diferentes medidas: - Aydee,- Al comienzo presentaba una posición neutra, tenía miedo de involucrarse con los demás, tenía conflictos internos y solía ser una persona cerrada con muchos secretos personales. Ahora es más decidida, más participativa y sincera, le gusta opinar y ser justa. - Griselda.- Era una persona súper alegre y divertida, egocéntrica y ambiciosa, sentía temores de involucrarse con la gente, tenía muchos conflictos internos y solía ser una persona vertical y cerrada. Ahora es más cauta y consciente, piensa mejor en sus quehaceres, es mas tranquila, amorosa y democrática. - Shirley: Al inicio se perdía en sí mismo, en su propio mundo, le agradaba meditar acerca de sus propias cosas de su mundo interior; asimismo tenía sus prioridades personales establecidas, dependía de otras personas, prefería sentirse seguro con la que tenía y no tenía proyectos y no apostaba por algo más y mejor. Ahora es más abierta reflexiva, mas sociable y comunicativa, ya está optando otro comportamiento, nuevos proyectos y otras metas. - La evaluación de la sesión de aprendizaje se realizó también mediante una lista de cotejos a las participantes, con lo que se concluyó esta experiencia investigativa. 	<p>La Triangulación del tema de hoy que se desarrolló resultó ser muy importante y propicio en esta fase de nuestra actividad terapéutica, con lo que se pudo cumplir con lo propuesto.</p> <p>El Test aplicado fue una herramienta muy asertiva y eficaz para medir los logros que se ha obtenido en nuestro trabajo de investigación acción cualitativa. Quedamos completamente satisfechos con el trabajo realizado.</p> <p>Son los reflejos positivos de la</p>
--	---	---

85	- Estos reflejos son la objetividad de los logros de nuestro	objetividad de los
86	proyecto de investigación, que hemos plasmado, en esta	logros de nuestro
87	oportunidad hemos compartido con mi compañero músico	proyecto de
88	Profesor Pascual Huancapaza, que esperamos sea un aporte	investigación.
89	mas para el beneficio de la sociedad en conjunto.	

LEYENDA.

S1: Sesión uno

S7: Sesión siete

2.- REGISTRO FOTOGRÁFICO

CLASE 01



CLASE 02



CLASE 03



CLASE 04



CLASE 05



CLASE 06



CLASE 07



3.- GRABACIONES EN VIDEOS

4.- CUADRO DE LA TRIANGULACIÓN DE DATOS

LA MUSICOTERAPIA PARA MEJORAR EL ÁREA EMOCIONAL DE LOS ESTUDIANTES DEL INSTITUTO DE EDUCACIÓN SUPERIOR PEDAGÓGICO

PÚBLICO DE JULIACA EN LA PERSPECTIVA DE UNA INVESTIGACIÓN ACCIÓN

Ejecutores:

Pascual HUANCAPAZA MAMANI

Jaime Roldán MAMANI MAMANI

CATEGORIA	SUB CATEGORIA	INDICADORES	ANÁLISIS DEL DOCENTE INVESTIGADOR (incluir códigos asignados)	REFLEXION ANALITICA DEL DOCENTE INVESTIGADOR	ANÁLISIS DEL DOCENTE OBSERVADOR	REFLEXION ANALITICA DEL DOCENTE OBSERVADOR	ANÁLISIS E INTERPRETACION DE LA TRIANGULACION
Estrategias metodológicas	Aplicación de las estrategias de la musicoterapia	Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual.	<p>P. Pascual: Para iniciar con el Taller se les organizó en forma grupal, para lo que tuve que probar el buen funcionamiento de todo el equipo de audio para garantizar la audición excelente D. N° 07, L: 49 - 52</p> <p>P. Jaime: Se les pide a las participantes que se agrupen para poder observar las reacciones frente a un nuevo tipo de estímulo. D. N° 07, L: 38 – 40.</p>	<p>La organización casi no constituye ningún problema por la cantidad de participantes, esta vez fue de forma grupal.</p> <p>Se les ha pedido a las participantes que se reúnan las tres, ya que esta vez van a experimentar la escucha de otros sonidos musicales.</p>	<p>Los docentes que participan en esta investigación y las integrantes, se organizan rápidamente, esta vez se preparan para la tarea de escuchar música altiplánica, según manifiestan los docentes que es con la finalidad de que se afirmen o se sientan identificados con una identidad sonora llamado ISO musical.</p>	<p>La organización si es verdad no es complicada por el número de participantes, se pudo haber ensayado su organización de alguna dinámica como que predisponiendo a las participantes para la actividad.</p>	<p>Con la aplicación de las estrategias de la musicoterapia con las que consideramos hemos mejorado en algo los problemas de carácter emocional que confrontaban las señoritas participantes. Ahora ya para culminar con nuestras actividades investigativas queremos hacer un balance de la experiencia, sobre todo en esta última sesión enfocando su desarrollo de manera global, porque las cosas que se han dado en esta sesión son el reflejo del trabajo</p>

		Asigno tareas	<p>P. Pascual: Las alumnas Aydeé, Griselda y Shirley deben realizar la escucha activa de los tres temas musicales antes mencionada, de manera grupal y de esta manera interiorizar los ejemplos sonoros para luego afirmar o identificar su ISO musical en este contexto altiplánico. D. N° 07, L: 61 – 66.</p> <p>P. Jaime: Las alumnas Aydeé, Griselda y Shirley realizan la escucha activa de los tres temas musicales antes mencionada, de manera grupal y de esta manera interiorizar los ejemplos sonoros para luego afirmar o identificar su ISO musical en este contexto altiplánico D. N° 07, L: 40 – 46.</p> <p>P. Pascual: Las incidencias producto de esta experiencia</p>	<p>La finalidad de la tarea es para que las participantes a estas alturas se sientan firmes identificadas cada una con su identidad sonora.</p> <p>La tercera participante Shirley no parece motivada o no parece identificarse con los sonidos musicales propios de nuestro altiplano puneño.</p> <p>La lista de cotejos viene a ser el instrumento ideal</p>	<p>La tarea consistió en que cada participante hiciera una escucha activa de los sonidos que se les presentan como estímulos sonoros, en el mismo se aprecia predisposición en cada una de las participantes, pero al parecer una de las participantes aparece como que tuviera cierta apatía hecho que debo atribuir a la poca identificación con la música altiplánica.</p> <p>La evaluación de la sesión de aprendizaje desarrollada, es recogida por los</p>	<p>En la sesión de aprendizaje desarrollada bajo los indicadores que son motivo de este comentario, si bien la tarea consiste en una escucha activa, se debió complementar con los movimientos corpóreos o gestos, porque de acuerdo a la finalidad de esta tarea investigativa es la de que las participantes desarrollen ciertas habilidades sociales, superar los problemas emocionales que confrontaban.</p> <p>El instrumento empleado es el adecuado para este tipo de experiencias, ya que es de carácter cualitativo donde se miden conductas, es decir actitudes, siendo</p>	<p>desplegado durante siete sesiones, durante el periodo vacacional por las participantes que no se han ausentado las tres participantes en ninguna de las sesiones.</p> <p>Haciendo un balance del comportamiento de los indicadores de nuestro Plan de Acción, en el primer indicador “Organizo a las estudiantes en grupo y en forma individual” en la presente sesión no ha habido ningún problema sobre este aspecto, ya que las participantes son muy asequibles en aceptar cualquier propuesta en aras de mejorar su estado de salud psicológica, como es el objetivo del cual son conscientes cada una de ellas.</p> <p>En el segundo indicador “Asigno tareas” durante el transcurso de las sesiones de aprendizaje han habido tareas tanto grupales, como individuales, ejercicios de desinhibición, ejercicios corporales, ejercicios de respiración, de relajación, de</p>
--	--	---------------	--	--	--	---	--

		<p>investigativa lo vengo recogiendo en una lista de cotejos sobre las actitudes demostradas por las participantes.</p> <p>D. N° 07, L: 74 – 77.</p> <p>P. Jaime:</p> <p>La evaluación de la sesión de aprendizaje se realizó mediante una lista de cotejos a las participantes, con lo que se concluyó esta experiencia investigativa.</p> <p>D. N° 07, L: 58 - 61</p>	<p>para evaluar este tipo de manifestaciones o indicadores subjetivos de la investigación.</p> <p>En la experiencia investigativa que el día de hoy finalizamos ha sido motivo de una serie de evaluaciones de carácter cualitativo, la lista de cotejos cumple la función de evaluar actitudes.</p>	<p>docentes participantes en una lista de cotejos, instrumento que debe medir en los indicadores propuestos, las diferentes conductas y actitudes puestas de manifiesto al participar en la propagación de sonidos de esta parte del altiplano del Perú</p>	<p>un instrumento de carácter dicotómico, además considero por el número de participantes es posible el empleo de este instrumento con bastante acierto.</p>	<p>concentración, vamos a decir en otras palabras estaban constituido de talleres de interacción con el medio ambiente, con sus compañeras, como también forma individual.</p> <p>En el tercer indicador “Evalúo a través de un instrumento” en todas las sesiones ha estado presente este indicador desde el primero hasta la última sesión de aprendizaje, empleándose una variedad de instrumentos de carácter cualitativo, como la aplicación de diferentes test, instrumentos de observación, en este caso se empleó en la parte final la lista de cotejos que de alguna manera recoge la manifestación de comportamientos y actitudes de las participantes.</p>
--	--	---	--	---	--	---