

MUSICOTERAPIA CON ADOLESCENTES DEL PROGRAMA DE PERMANENCIA EN EL SISTEMA EDUCATIVO: SONGWRITING Y MÚSICAS URBANAS

Lucía Sanagustín Canudo

Musicoterapeuta

C. P. Pío XII (Huesca - Diputación General de Aragón)

<https://orcid.org/0000-0003-3482-0376>

Correspondencia: luciasanagustincanudo@gmail.com

Music therapy with teenagers participating in the Program for the Continuity in the Education System: songwriting and urban music



Resumen

La musicoterapia repercute positivamente en los adolescentes que presentan conductas disruptivas debido a que influye en sus comportamientos personales y sociales. Es fundamental trabajar estos ámbitos con el alumnado de las aulas de los Programas de Promoción a la Permanencia en el Sistema Educativo (PPPSE), cuyo perfil les hace susceptibles de abandonar tempranamente la escuela. Tras realizar la revisión bibliográfica y conocer las características concretas de un aula del PPPSE de Huesca, se propone un proyecto de intervención a través de la técnica de songwriting, utilizando las diferentes etapas propuestas por Derrington (2005). Se plantean como objetivos aumentar las habilidades socioemocionales de los participantes y su permanencia en el Sistema Educativo. La composición se ha centrado en la música urbana, por ser la más cercana y significativa a los adolescentes que participan en la intervención. Se han escogido como instrumentos de evaluación las fichas de observación y el cuestionario de Perfil de Estados de Ánimo (POMS). Se concluye que la aplicación del songwriting y músicas urbanas en estos adolescentes podría influir en la mejora de autoestima, reconocimiento de emociones, comportamiento y relación entre iguales y la motivación para continuar sus estudios.

Palabras clave

musicoterapia; songwriting; música urbana; adolescentes; Programa de Promoción a la Permanencia en el Sistema Educativo (PPPSE)

Abstract

Music therapy positively impacts in teenagers that present disruptive conducts, as it influences in their personal and social behaviors. It is important to work on these fields with students that belong in the Promotion Program for the Continuity in the Education System (PPPSE), whose profiles make them susceptible to temporarily drop school. After doing a bibliographic revision and knowing the specific characteristics of a “PPPSE” classroom in Huesca, an intervention project is proposed through songwriting technique, using the different phases suggested by Derrington (2005). The objectives set are increasing participants’ socioemotional skills and their continuance in the Education System. The composition has been focused on urban music as it was the closest and most significant for the teenagers that participated in the intervention. The evaluation instruments chosen are observation sheets and the Profile of Mood States (POMS). It can be concluded that songwriting and urban music application on these teenagers could influence in the improvement of self-esteem, emotion recognitions, behavior and relationships between equals, and motivation to continue with their studies.

Keywords

music therapy; songwriting; urban music; teenagers; Promotion Program for the Continuity in the Education System (PPPSE)

INTRODUCCIÓN

El presente artículo recoge una propuesta de intervención musicoterapéutica en el ámbito educativo. Exactamente se dirige a un grupo de adolescentes que participan en un Programa de Promoción a la Permanencia en el Sistema Educativo (PPPSE) en un Instituto de Educación Secundaria Obligatoria de Huesca, Aragón. Este programa, regulado por

la legislación aragonesa, está enfocado a prevenir el abandono escolar temprano de jóvenes de 14 a 16 años cuyas situaciones académicas, personales y familiares suponen un factor de riesgo para la continuación en el Sistema Educativo.

La intervención musicoterapéutica se centra en una técnica, el songwriting, utilizando bases musicales relacionadas con músicas urbanas. Todo ello para aumentar la expresión e

interrelación como vehículo para mejorar las habilidades socioemocionales. Los resultados de este tipo de sesiones con jóvenes han sido muy positivos en estudios previos (Gee et al., 2019; Riley, 2012). Mediante esta propuesta de intervención se pretende que el alumno refleje sus sentimientos, pensamientos y problemas a través de los textos y se cree un ambiente positivo en el aula. Con todo ello se busca el desarrollo de las habilidades socioemocionales por parte de los jóvenes y su motivación por el estudio con la consiguiente permanencia en el Sistema Educativo.

Programas de promoción de la Permanencia en el Sistema Educativo

En Aragón, las aulas de los Programas de Promoción a la Permanencia en el Sistema Educativo (PPPSE de aquí en adelante) se reglamentan a través de la ORDEN ECD/1005/2018, de 7 de junio, por la que se regulan las actuaciones de intervención educativa inclusiva, en su artículo 37. Estos programas van dirigidos al alumnado de Educación Secundaria Obligatoria y tienen como objetivos “facilitar la continuidad del alumnado en el sistema educativo, prevenir el abandono escolar temprano y favorecer el desarrollo de las competencias clave del currículo” (p. 19679). Asimismo, la ratio de estas aulas es de 8 a 12 alumnos/as, y se promueve el desarrollo de proyectos de compromiso social y programas de aprendizaje-servicio. El alumnado al que va dirigido debe cumplir los siguientes requisitos (Orden ECD/1005/2018, artículo 37, apartado 2): tener 15 y haber repetido, presentar un desfase curricular significativo y presentar dificultades de adaptación escolar y riesgo evidente de abandono prematuro del Sistema Educativo.

Algunas características que se suelen repetir en el alumnado, y que determinan la decisión de incluirlos en este tipo de programas son: asistencia irregular o absentismo, graves problemas de comportamiento o adaptación escolar, baja motivación hacia lo escolar y malos hábitos de trabajo personal y riesgo muy alto de abandono del Sistema Escolar. El número de participantes en los PPPSE ha descendido notablemente a lo largo de esta década (Gimeno, 2018).

Músicas urbanas

La música urbana es un conglomerado de estilos, cuyo marco no está totalmente definido, sino que lo crean el tiempo y el contexto. Podemos considerar como música urbana el reggae, hip-hop, rap, reggaetón, trap, dancehall y dembow. Unas beben de otras y se influyen recíprocamente. Aunque se encuentran diferentes definiciones del término música urbana, causa controversia entre músicos y críticos. Castro (2019) propone “[olvidar] los orígenes racistas y coloniales del término «música urbana» y [quedarnos] con su pura significación semántica: la música que tiene lugar en las urbes” (p.31). Uno de los géneros urbanos más escuchados en nuestro país es el reggaetón. Como defienden Marshall et al.(2010) una de las principales razones por las que el reggaetón se ha valorado por sus seguidores y desvalorado por sus opositores es la forma en la que exalta la “negritud” y busca afirmarse en las políticas raciales del hip-hop y el reggae.

El reggaetón es muy consumido por los jóvenes. Vinculado a este punto, Penagos (2012) afirma que dicho género tiene un lenguaje de poder que influye en las motivaciones de los jóvenes y en sus valores. La letra de estas músicas repercute concretamente en un estilo de vida fácil, que está de moda, en el que se satisfacen los caprichos materiales sin esfuerzos. Por tanto, incita a la moda y el consumo. En cuanto a la escucha musical de los jóvenes, los dos géneros preferidos por los jóvenes a nivel mundial, según el análisis de la Federación Internacional de la Industria Fonográfica, IFPI (2019), son el rap y el hip-hop, ambos pertenecientes también a la música urbana. En España en cambio, la música latina se encuentra en el top 3 de las más escuchadas.

Musicoterapia en adolescentes

Son muchos los trabajos que se han realizado con adolescentes desde la musicoterapia. En ellos destacan los encaminados a reducir el estrés y aumentar las habilidades sociales. La adolescencia, al ser un momento en el que se crean identidades, es fundamental para trabajar en el terreno de la musicoterapia. Además, la música en general es un recurso en el que se pueden apoyar los adolescentes para mejorar su bienestar (Fernández-Company et al., 2020). Desde la perspectiva de la Musicoterapia Orientada Analíticamente, Priestley (1987) utilizó dicho modelo con una joven de 18 años con Esquizofrenia durante un período de cuatro meses. Tras su intervención, aumentó considerablemente su comunicación verbal y no verbal, socialización afecto e implicación en el estudio, factores importantes en la presente intervención.

Del mismo modo, en un estudio de Chao et al. (2015) se llevaron a cabo diferentes sesiones de musicoterapia en un grupo de 7 alumnos y alumnas de 4º curso de Educación Secundaria Obligatoria de La Coruña, España, totalmente desmotivados y con numerosos conflictos entre ellos. Es decir, un perfil similar al que existe en las aulas PPPSE. Tras el programa y la aplicación de post-test se confirmó que todos mejoraron su autoestima, confianza y habilidades sociales reduciendo el comportamiento disruptivo. Por último y continuando con este perfil de jóvenes, en la investigación de Pérez Eizaguirre et al. (2015) en un grupo de 3º y 4º de la E.S.O. de Diversificación Curricular, en Madrid —aula similar a las del PPPSE, en la que el alumnado sufre el riesgo de abandonar el Sistema Educativo—, también son positivos los resultados tras la intervención musicoterapéutica: disminución de la ansiedad y del absentismo, fundamental en este perfil de adolescentes. Además, les ayudó a conocerse mejor y a expresar sus emociones a través del lenguaje no verbal, lo cual es muy relevante de cara a la presente propuesta.

Songwriting con adolescentes

El songwriting es una técnica de musicoterapia en la que “el cliente compone una canción original o cualquier parte de la misma (por ejemplo, letra, melodía, acompañamiento) con diferentes niveles de asistencia técnica del terapeuta. El proceso generalmente incluye alguna forma de notación o registro del producto final” (Bruscia, 2013, p. 134). Esta técnica es muy apropiada para los adolescentes ya que en ella pueden desplegar su creatividad integrando distintas experiencias

previas y tomando contacto con las emociones sentidas en dichas experiencias. Con este tipo de actividades los jóvenes pueden sentirse más seguros a la par que divertirse (Baker et al., 2018). Los objetivos de este tipo de terapias, aunque dependerán de los usuarios, suelen ir enfocados a disminuir la tensión, ansiedad, el comportamiento desafiante y como medio para la expresión. Por ejemplo, Gee et al. (2019) realizaron un proyecto piloto con estudiantes universitarios en el que utilizaron una intervención con songwriting motivados por la angustia que suele repetirse en la población adolescente. Se observó que la composición ayudó a reforzar la identidad social, la conexión con la universidad y sirvió como mecanismo de apoyo.

Siguiendo esta línea, Riley (2012) también ofrece su visión ante un programa de composición en estudiantes de primer año de universidad. Como resultado, estas actividades facilitaron la estabilidad emocional pues actuaron como vehículo para la autoexpresión, el autodescubrimiento y la superación de desafíos. Asimismo, en contextos familiares de violencia o falta de vivienda, Fairchild y McFerran (2019) introdujeron el songwriting en 15 niños de 8 a 14 años. La música les proporcionó una vía de escape sobre su situación personal y familiar y les dio esperanza para un futuro mejor.

A este respecto, Derrington (2005) considera que la composición aumenta la independencia y confianza de los estudiantes, proporcionándoles una sensación de logro personal. Por ello, promueve relaciones positivas si es un trabajo compartido, ya que requiere escuchar y apoyar al otro. Así mismo, la autora establece dos enfoques para realizar este proceso de composición con estudiantes (Derrington, 2005, pp. 72-75). El primero tiene 7 etapas, a modo de guía para los beneficiarios, para situarse ante la composición, evitando que se salgan del tema o que se centren en aspectos superfluos. Este enfoque va a llevarse a cabo en la propuesta.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Se trata de un proyecto musical cooperativo, en el que todos participan por igual, pero que requiere también la individualidad de cada uno expresando qué quiere comunicar a través de la letra de la canción. Según afirma Echeverri (2015), la manera de expresar a través del songwriting promueve que puedan comportarse como son ellos mismos. También ayuda a los adolescentes a construir su identidad (Kratz, 2016). De hecho, la música en sí misma es un componente de la identidad de los adolescentes y una de las realidades más frecuentes de sus vidas (García-Rodríguez et al., 2020).

Participantes

Esta propuesta de intervención va dirigida a los 8 alumnos y alumnas de un aula del Programa de Promoción a la Permanencia en el Sistema Educativo de un Instituto de Educación Secundaria de Huesca, Aragón. Estos jóvenes, que tienen entre 14 y 16 años, se proponen a participar en ellos debido a su gran nivel de absentismo (70-80%) y a su falta de interés por los estudios y por continuar en el Sistema Educativo. Normalmente, las circunstancias de su bajo rendimiento

académico son ajenas a sus capacidades, y vienen determinadas por el contexto social y, sobre todo, familiar en el que viven. Además, se ven inmersos constantemente en situaciones conflictivas. La cohesión grupal es por tanto un punto favorable que se puede conseguir a través de la intervención (Fernández-Batanero y Cardoso Felicio, 2016; Eizaguirre, 2017).

Los aspectos comunes a todo el grupo son los siguientes:

- Nulo control y apoyo familiar.
- Situaciones de familiares complejas.
- Problemáticas constantes en el aula.
- Comportamiento disruptivo y desafiante.
- Rechazo a todo y a todos.
- Contacto habitual con las drogas.

Es interesante su motivación hacia las músicas urbanas, sobre todo el trap, con el que se acompañan la mayor parte de su tiempo. También escuchan frecuentemente reggaetón y rap. Otro aspecto relevante es que tienen un gran manejo y motivación por los medios informáticos (en particular por las Redes Sociales), lo cual es importante para la grabación y maqueta de las canciones.

Objetivos

A través de esta propuesta de intervención se pretende que el alumnado aumente sus habilidades socioemocionales, haciendo referencia tanto a la habilidad social, de relación con los demás, empatía y resolución de conflictos, como a la habilidad emocional de reconocimiento y control de nuestras propias emociones. Todo ello conduce a la consecución de metas personales, tratando de encontrar en cada alumno una vocación de cara al futuro basada en sus gustos y aptitudes, buscando en su interior a través del autodescubrimiento y la expresión. Con ello se busca el fomento de la permanencia en el Sistema Educativo durante más tiempo, accediendo, por ejemplo, a una Formación Profesional de Grado Medio.

Sesiones de musicoterapia

Durante las 10 sesiones de intervención se van a plantear diferentes actividades encaminadas a la creación de una composición de música urbana por parte del grupo. Todo ello se hará teniendo en cuenta las 7 etapas del proceso de songwriting del primer enfoque de Derrington (2005), pero adaptadas a las circunstancias y necesidades del grupo, incluyendo la dramatización, improvisación, bases electrónicas, y despedida afectiva. En cuanto a las sesiones de intervención, primero se ahondará en los pensamientos y sentimientos de los jóvenes, a través de actividades de exteriorización e improvisación, con las que aumentar su autoconocimiento, promoviendo que cuenten sus intereses y se abran al grupo (Etapas 1 y 2). Para ello se utilizarán también las cuatro etapas de la Musicoterapia Orientada Analíticamente de Priestley (2012),

selección de un tema, establecer los roles, improvisar y diálogo verbal. Esto nos ayudará a seleccionar temáticas y letras significativas para el alumnado, que podrán ser utilizadas para la escritura de la canción en sesiones posteriores (Etapas 3 y 4). La letra será trabajada a través de la dramatización.

Tabla 1

Sesiones y etapas de la intervención

| Nº | Etapas | Actividades |
|----|---|---|
| 1 | Etapas 1. Decisión de escribir una canción. | - Presentación de la propuesta. - Cuestionario de preferencias musicales. - Decidimos escribir una canción. |
| 2 | Etapas 2. Hablar sobre temas, ideas e intenciones | - Nos conocemos. - Musicoterapia Orientada Analíticamente. - Recopilamos temas e ideas principales. |
| 3 | Etapas 3. Recurrir a diferentes fuentes. | - Decidimos qué ideas de cada uno queremos reflejar. - Buscamos inspiración en referentes. |
| 4 | Etapas 4. Escribir letras. | - Escribimos estrofas de manera individual. - Escribimos una posible letra con las ideas aportadas (estribillo). |
| 5 | Etapas 4. Trabajar sobre la letra. | - Revisamos la letra y procuramos hacer rimas. - Dramatizamos la letra. |
| 6 | Etapas 5. Improvisación sobre la letra. | - Improvisamos con diferentes instrumentos. - Grabamos efectos sonoros. |
| 7 | Etapas 6. Crear la base musical. | - Realizamos las bases musicales con "FL Studio" |
| 8 | Etapas 7. Hacer una grabación. | - Adaptamos la letra a la base. - Ensayamos la canción. |
| 9 | Etapas 7. Hacer una grabación. | - Cantamos y grabamos la letra. - Incluimos los efectos sonoros. |
| 10 | Etapas 8. Despedida afectiva y cierre. | - Escuchamos el resultado. - Hablamos de la experiencia. |

Fuente: Elaboración propia

Después se pasará a la improvisación instrumental, buscando favorecer la empatía y la relación grupal (etapa 5). Posteriormente se crearán las bases musicales, lo cual puede resultar gratificante al alumnado (Etapas 6). Estas servirán para encajar y ensayar las letras sobre ellas y grabarlas (Etapas 7), impulsando la creación de un sentimiento de grupo y fomentando, de manera transversal, el aprendizaje cooperativo. Finalmente se cerrará el proceso con una despedida afectiva en la que se explorará acerca de qué se ha sentido durante el proceso creativo y terapéutico y se hablará sobre la repercusión positiva que ha tenido (Etapas 8). Esta secuencia aparece de manera gráfica y detallada en la tabla 1.

Cronograma

Este proyecto de intervención tiene una duración de 4 meses. Esta propuesta está planteada para desarrollarse en las horas de tutoría, una vez a la semana, con 50 minutos de duración. De manera previa a las 10 sesiones de intervención, se realizarán diferentes entrevistas con los docentes, reuniones, y lecturas de documentos con relación a los datos obtenidos en las entrevistas. A modo de ejemplo, se presenta este cronograma de las tareas previas (tabla 2).

Tabla 2

Cronograma tareas previas a la intervención

| Fecha | Tarea |
|-------------------------|--|
| 1ª semana de septiembre | Entrevista a los docentes. Reunión con Equipo Directivo. |
| 2ª semana de septiembre | Revisión de documentos y de fuentes. |
| 21/09 | Estudio de campo (observación en el aula). |
| 28/09 | Estudio de campo (observación en el aula). |

Fuente: Elaboración propia

Recursos

Los recursos de esta propuesta de intervención se pueden dividir en los siguientes grupos.

- Recursos humanos: musicoterapeuta, docentes del aula, maestros de música y Equipo Directivo.
- Recursos materiales: instrumentos musicales (una guitarra, un teclado, 4 ukeles, 8 xilófonos, 4 djembés, 9 huecos sonoros, un cajón flamenco, una batería, un palo de lluvia y un oceandrum), mobiliario y materiales de escritura.
- Recursos técnicos: 9 ordenadores, 2 micrófonos, un altavoz, un proyector, una cámara digital y el programa "FL Studio".

Recogida y análisis de datos

Para la evaluación de las sesiones se utilizarán tanto técnicas de evaluación cualitativas como cuantitativas. Por un lado, la observación directa y estructurada, que es una técnica de evaluación cualitativa fundamental en musicoterapia, pero esta debe reflejarse en algún instrumento para poder valorar los datos a posteriori. De esta manera, el evaluador puede fijarse en unos aspectos específicos. Se ha optado por el diseño de una hoja de observación (véase figura 1). Se trata de un documento que ofrece unas conductas específicas a observar in situ. Esta hoja permite seguir el progreso de los 8 jóvenes que participan en la intervención., evaluando del 1 al 5, siendo 1 nunca y 5 siempre, unos ítems referentes a su comportamiento.

Por otro lado, con un cuestionario, que es un tipo de herramienta de evaluación cuantitativa que permite al usuario responder a unas preguntas de manera concreta, normalmente seleccionando alguna de las respuestas previamente diseñadas. Esto permite comparar fácilmente las respuestas del usuario con las de otros participantes. En este caso se presenta la versión del POMS en castellano, tomado de Arce et al. (2000), que está compuesto por 63 ítems, referidos a siete

estados de ánimo: tensión, depresión, cólera, vigor, fatiga, confusión y amistad. Cada uno de los 63 ítems se valora con una escala tipo Likert, con 5 alternativas, desde 0 (nada) hasta 4 (muchísimo). Es interesante comprobar si estos niveles en cada uno de los ítems se modifican tras la intervención musicoterapéutica.

Figura 1

Hoja de observación

| | | S.1 | S.2 | S.3 | S.4 | S.5 | S.6 | S.7 | S.8 | S.9 | S.10 |
|-------------------------|-------------------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|
| Comportamiento Social | Discusiones | | | | | | | | | | |
| | Rechazo de las propuestas | | | | | | | | | | |
| | Agresividad | | | | | | | | | | |
| | Impulsividad | | | | | | | | | | |
| | Enfados | | | | | | | | | | |
| | Empatía | | | | | | | | | | |
| Comportamiento Personal | Relaciones positivas entre el grupo | | | | | | | | | | |
| | Reconoce sus emociones | | | | | | | | | | |
| | Comunica sus emociones | | | | | | | | | | |
| | Controla su estrés | | | | | | | | | | |
| | Identifica sus preocupaciones | | | | | | | | | | |
| | Expresa sus preocupaciones | | | | | | | | | | |
| | Confía en sí mismo | | | | | | | | | | |
| | Confía en el grupo | | | | | | | | | | |

Fuente: Elaboración propia

Además, el proyecto de intervención será evaluado a través de un análisis DAFO realizado por la musicoterapeuta con la colaboración del profesorado del aula. Al concluir todo el proceso se realizará un informe técnico que reúna la información más relevante para que se quede en el centro educativo y pueda ser utilizado por futuros profesionales de musicoterapia que intervengan en el programa. Para la realización de este informe técnico se seguirán los apartados que establece Poch (2000): el estado del paciente al comienzo del tratamiento y al finalizar, las técnicas que hayan sido más efectivas, algunas recomendaciones para los responsables y fecha de seguimiento.

RESULTADOS

A través de las diferentes etapas del proceso terapéutico se pretende que el alumnado se conozca a sí mismo para poder reflejar en sus canciones cómo son y cómo se ven. Esta toma de conciencia sobre sus inquietudes les permitiría encontrarse a sí mismos y abrirse emocionalmente a los compañeros. Asimismo, mediante la creación de las letras se indagaría acerca de aquello a lo que quieren llegar a ser, en quiénes se quieren convertir. Se buscaría por tanto reafirmar su propia identidad, pero tratando de encontrar las barreras que impiden lograr sus metas. Es decir, construir una canción de manera paralela a la reafirmación de su identidad. Esta ilusión de su “nuevo yo” serviría de impulso para una transformación en el comportamiento disruptivo, en los hábitos nocivos y en el rechazo a la educación, pudiendo encontrar en

diferentes tareas una motivación para el estudio o para aproximarse al mundo laboral.

Se podría concluir con que el alumnado, gracias a la intervención musicoterapéutica basada en la técnica songwriting y las músicas urbanas, lograría aumentar sus habilidades socioemocionales. Ello se concretaría en la consecución de unos logros relacionados con: reconocer y expresar sus emociones, identificar sus problemas, aumentar su autoestima y disminuir el estrés e impulsividad. Además, al buscar intereses propios y comunes se fomenta la permanencia en el Sistema Educativo mediante la formación escolar deseada para cada uno.

CONCLUSIONES

La adolescencia es una etapa complicada, de muchos cambios, y en la que la mayoría de jóvenes tienen grandes dificultades para explicar lo que sienten y sus necesidades. De allí el gran papel de la música como medio de expresión. Sastoke (2016) afirma la utilidad de la musicoterapia para comunicar sus necesidades o dificultades, utilizando la música como medio de transmisión de emociones e ideas.

Concretamente, los participantes de la propuesta forman parte de un colectivo muy vulnerable y que se encuentra en un momento delicado y decisivo, ya que están en el límite de la escolarización obligatoria, y su rechazo a la institución y a los adultos les hace tomar decisiones precipitadas. A pesar de la imposibilidad de llevar a cabo el proyecto a causa de la COVID, se ha producido un acercamiento a este colectivo y al PPPSE, lo que ha permitido identificar una serie de necesidades del alumnado relacionadas con las habilidades sociales y emocionales y el no abandono del Sistema Educativo. Además, se ha podido comprobar que las características de los jóvenes a los que va dirigida la intervención coinciden con un patrón de preferencia musical, centrado en los ritmos y la filosofía de la música urbana. El diseño de esta propuesta se ha basado en los datos aportados por diferentes estudios previos (Gee et al., 2019; Riley, 2012). La revisión de diferentes investigaciones referentes a la musicoterapia y el songwriting en adolescentes, ha llevado a plantear el objetivo de mejorar las habilidades socioemocionales del alumnado de un aula del PPPSE a través de una intervención basada en el songwriting.

La elección de la técnica songwriting viene dada porque está enfocada a disminuir la tensión, ansiedad, el comportamiento desafiante y como medio para la expresión (Derrington, 2005). Gracias a dicha técnica se facilita la estabilidad emocional actuando como vehículo para la autoexpresión, el autodescubrimiento y la superación de desafíos (Riley, 2012). Por tanto, a través de esta propuesta se lograría aumentar las habilidades sociales del alumnado, la disminución del comportamiento disruptivo, la búsqueda en su interior y el descubrimiento de nuevas motivaciones que pudieran impulsar su continuidad en el Sistema Educativo.

Proyectos de musicoterapia como el que aquí se presenta, cuyos objetivos son deseados por toda la comunidad educativa, pueden hacer que poco a poco la brecha entre el alumnado del PPPSE y el de las aulas ordinarias vaya desapareciendo.

do y los jóvenes se incluyan de manera progresiva en la vida del centro, aumentando su contacto con el resto de alumnos y alumnas del instituto. Actualmente no existen en los PPPSE proyectos de musicoterapia, y por tanto sería interesante su inclusión para alcanzar unos beneficios que ya han sido exitosos en otros programas similares con adolescentes. Esta propuesta de intervención podría crecer convirtiéndose en un proyecto piloto que se abriera hacia el área de la investigación. Una vez se hubieran obtenido resultados sería interesante incluir este proyecto en los PPPSE de los otros institutos de la ciudad, alcanzando una muestra más grande de estudio, que pudiera extenderse a toda la Comunidad Autónoma.

Conflictos de intereses

La autora declara no tener conflictos de intereses institucionales.

Citación

Sanagustín Canudo, L. (2021). Musicoterapia con adolescentes del Programa de Permanencia en el Sistema Educativo: songwriting y músicas urbanas. *Revista Misostenido*, 2(3),

Recibido: 4 de junio de 2021

Aceptado: 21 agosto de 2021

Publicado: 20 de septiembre de 2021

REFERENCIAS

- Andrade, E., Arce, C. y Seane, G. (2000). Problemas semánticos en la adaptación del POMS al castellano. *Psicothema*, 12(Su2), 47-51.
- Andrade, E., Arce, C. y Seane, G. (2002). Adaptación al español del cuestionario «Perfil de los Estados de Ánimo» en una muestra de deportistas. *Psicothema*, 14(4), 708-713.
- Baker, F. A., Jeanneret, N. y Clarkson, A. (2018). Contextual factors and wellbeing outcomes: Ethnographic analysis of an artist-led group songwriting program with young people. *Psychology of Music*, 46(2), 266-280. <https://doi.org/10.1177/0305735617709520>
- Boletín Oficial de Aragón (BOA). 2018. Orden ECD/1005/2018, de 7 de junio, por la que se regulan las actuaciones de intervención educativa inclusiva.
- Bruscia, K.E. (2013). *Defining Music Therapy*. ProQuest Ebook Central.
- Castro, E. (2019). El trap. Filosofía millennial para la crisis en España. Errata naturae editores.
- Chao, R., Mato, M. y López, V. (2015). Beneficios de la música en conductas disruptivas en la adolescencia. *Actualidades investigativas en Educación*, 15(3), 1-24. <http://dx.doi.org/10.15517/aie.v15i3.20902>
- Derrington, P. (2005). Teenagers and songwriting supporting students in a mainstream secondary school. En F.A. Baker y T. Wigram, (Ed.), *Songwriting: Methods, Techniques and Clinical Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students* (pp.68-81). Jessica Kingsley Publishers.
- Echeverri, M. (2015). Musicoterapia como alternativa de intervención a problemáticas psicosociales de la población adolescente: Una mirada desde el contexto escolar. En C. Barbosa Luna, y M. Guevara (Ed.), *Musicoterapia: En los problemas psicosociales de la niñez y la juventud en cuatro países de Latinoamérica* (pp. 254-282). Universidad Nacional de Colombia.
- Fairchild, R. y McFerran, K. S. (2019). “Music is everything”: Using collaborative group songwriting as an arts-based method with children experiencing homelessness and family violence. *Nordic Journal of Music Therapy*, 28(2), 88 - 107. <https://doi.org/10.1080/08098131.2018.1509106>
- Federación Internacional de la Industria Fonográfica (IFPI). (2019). *Music Listening 2019. Panorámica sobre el uso de la música grabada en España*. Recuperado de <http://www.promusicae.es/estaticos/view/24-informes-ifpi>
- Fernández-Batanero, J.M. y Cardoso, J.M. (2016). Musicoterapia e integración social en menores infractores: un estudio de casos. *Perfiles educativos*, 38(152), 163-180.
- Fernández-Company, J.F., García-Rodríguez, M., Alvarado, J.M. y Jiménez, V. (2020). Adolescencia y música, una realidad positiva. En M. del C. Pérez et al. (Comps.), *La Convivencia Escolar: Un acercamiento Multidisciplinar a las nuevas necesidades* (pp. 47-59). Dykinson.
- Frith, S. (2003). Música e identidad. En H. Stuart y P. du Gray (Ed.), *Cuestiones de identidad*. (pp.181-213). Amorrortu.
- García-Rodríguez, M., Fernández-Company, J.F., Jiménez, V. y Alvarado, J.M. (2020). Sensibilidad musical y su relación con la inteligencia emocional y la alexitimia en la adolescencia. En M. del M. Molero et al. (Comps.), *Variables Psicológicas y Educativas para la Intervención en el ámbito escolar. Nuevas realidades de análisis* (pp- 115-126). Dykinson.
- Gee, K. A., Hawes, V. y Cox, N. A. (2019). Blue notes: Using songwriting to improve student mental health and wellbeing. A pilot randomised controlled trial. *Frontiers in psychology*, 10(423), 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00423>
- Gimeno, C. (2018). Estrategias para la formación y el empleo en la red municipal de centros Sociolaborales. Servicio de Publicaciones-Universidad de Zaragoza. Recuperado de <https://zaguan.unizar.es/record/75942/files/BOOK-2018-037.pdf>

- Kratus, J. (2016). Songwriting: A new direction for secondary music education. *Music Educators Journal*, 102(3), 60-65. <https://doi.org/10.1177/0027432115620660>
- Marshall, W., Rivera, R.Z. y Hernández, D.P. (2010). Los circuitos socio-sónicos del reggaetón. *Trans. Revista Transcultural de Música*, 14, 1-9.
- Mora, R. y Pérez Eizaguirre, M. (2017). La musicoterapia como agente reductor del estrés y la ansiedad en adolescentes. *Desarrollo de un proceso musicoterapéutico dentro del centro educativo. Arte y salud*, 18, 213-233.
- Penagos, Y. (2012). *Lenguajes del poder: la música reggaetón y su influencia en el estilo de vida de los estudiantes [tesis de maestría, Universidad de Manizales]*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4323457>
- Pérez Eizaguirre, M. (2017). Efectos de la Musicoterapia en las relaciones sociales de grupos de adolescentes en un centro educativo. *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical*, 18, 15, 175-191. <http://dx.doi.org/10.5209/RECIEM.53627>
- Pérez-Eizaguirre, M., Salinas, F. y del Olmo, M. (2015). Musicoterapia en el aula: estudio sobre su uso en Educación Secundaria Obligatoria. *Pulso: revista de educación*, 38, 107-128.
- Poch, S. (2000). *Compendio de musicoterapia*. Herder.
- Priestley, M. (1987). Music and the shadow. *Music Therapy*, 6(2), 20-27.
- Priestley, M. (2012). *Music Therapy in Action*. Barcelona Publishers.
- Riley, P.E. (2012). Exploration of Student Development through Songwriting. *Visions of Research in Music Education*, 22.
- Sastoque, W.M. (2016). *Musicoterapia en el ámbito escolar, una propuesta de intervención para el fortalecimiento de las habilidades sociales en los adolescentes del colegio El Paraíso de Manuela Beltrán [tesis de maestría, Universidad Nacional de Colombia]*. Repositorio Institucional UN. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/59248>
- Schapira, D., Ferrari, K., Sánchez, V. y Hugo, M. (2007). *Musicoterapia: abordaje plurimodal*. ADIM.

MUSICOTERAPIA EN 4 IDEAS

