

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PARA FAVORECER LA CONVIVENCIA Y LA COMUNICACIÓN, A TRAVÉS DE LA MUSICOTERAPIA, EN EDUCACIÓN PRIMARIA

INTERVENTION PROPOSAL TO PROMOTE COEXISTENCE AND COMMUNICATION, THROUGH MUSIC THERAPY, IN PRIMARY EDUCATION

Marta Alonso

<https://orcid.org/0000-0003-0540-906X>

Correspondencia: malonso1713@gmail.com

Resumen

La presente propuesta de intervención abarca un trabajo musicoterapéutico a nivel educativo, el cual propone una actuación para la mejora de la convivencia y la comunicación de niños entre 10 y 12 años que cursan actualmente tercer ciclo de Educación Primaria. Para este fin, se exponen a continuación el estado de las intervenciones musicoterapéuticas en el ámbito educativo, el entorno y las características de sus participantes, así como los recursos necesarios para llevar a cabo el proyecto. De igual forma, se detallan una serie de actividades con las que se trabajarán componentes sociales para la mejora de las relaciones personales. El desarrollo de este trabajo perseguiría alcanzar los siguientes objetivos: mejorar la convivencia del grupo y su interacción, fomentar la creación de un espacio de comunicación y expresión de sentimientos, prevenir futuros problemas en las relaciones sociales, y desarrollar, mediante habilidades musicales, la inteligencia emocional.

Palabras clave

Musicoterapia, comunicación, convivencia, relaciones personales, musicoterapia preventiva

Abstract

The present intervention proposal covers a music therapy work at an educational level, which proposes an action to improve the coexistence and communication of boys and girls between 10 and 12 years of age who are currently in the third cycle of Primary Education. To this end, the status of music therapy interventions in the educational field, the environment, and the characteristics of its participants, as well as the resources necessary to carry out the project, are presented below. Similarly, a series of activities are detailed with which social components will be worked to improve personal relationships. The development of this work would pursue the following objectives: to improve the coexistence of the group and its interaction, to promote the creation of a space for communication and expression of feelings, to prevent future problems in social relationships, and to develop, through musical skills, intelligence emotional.

Keywords

Music therapy, education, communication, coexistence, personal relationships, preventive music therapy.

INTRODUCCIÓN

Cada vez es más frecuente encontrar alumnado con problemas en sus relaciones personales. Trabajar las interacciones sociales en la escuela a través de la Musicoterapia, facilitará la relación con otras personas en otros entornos fuera del

núcleo familiar y así conseguir generar cambios positivos en sus cerebros a nivel cognitivo (López, 2014). A lo largo de la historia, se ha demostrado el gran componente social que tiene la música, ya que, tal y como indica Schütz (2003), los músicos establecen relaciones entre sí para poder interpretar una obra juntos, sin necesidad de comuni-

carse verbalmente. Numerosos estudios actuales como Baker y Jones, 2006; Gooding, 2011; Chao et al. 2015; Sastoque, 2016; Uhlig et al. 2017 (como se citó en Pérez, 2017), confirman la eficacia que ha tenido la implementación de sesiones de musicoterapia en la escuela e institutos con el fin de trabajar, de manera preventiva, la socialización y el sentimiento de comunidad dentro de un grupo. En estos estudios, se llevaron a cabo programas de intervención en los que se pretendía observar el efecto de las sesiones de Musicoterapia sobre las conductas en el aula, relacionados con la mejora de las habilidades sociales (Pérez, 2017). Según Martí (2000), el uso de la música en la escuela con un fin terapéutico es muy eficaz, debido a las características terapéuticas que posee la música. Dentro del ámbito educativo, la música acelera el proceso cognitivo (habilidades de observación, interactivas y de retención) del mismo modo que favorece la identificación y expresión de emociones y con ello el descubrimiento y el entendimiento (Albornoz, 1998). La musicoterapia comunitaria se puede definir como una acción musical cuyo fin se basa en producir un cambio relevante en la realidad de una comunidad a través de la implantación de métodos activos y participativos (Demkura et al, 2007). Persigue un cambio de la salud a nivel grupal (Pellizari, 2010). Se trata, por tanto, de una práctica que reflexiona sobre una problemática de salud en un grupo y plantea un abordaje de esa situación desde un punto de vista expresivo y dialéctico (Pellizari, 2010).

Demkura et al (2007), señalan que la práctica comunitaria de la musicoterapia nos ayuda a identificar nuevas investigaciones e intervenciones que tengan como objetivo el transformar las condiciones de vida de las personas, así como de sus recursos, todo ello a través de interacciones personales. En esta propuesta de intervención comunitaria de musicoterapia que se plantea, la vertiente social estaría reflejada en fomentar la comunicación entre los participantes y su expresión emocional, intentando crear un sentimiento de comunidad. Además, este proyecto plantearía una segunda vertiente musicoterapéutica, la educativa, ya que el contexto en el que se va a realizar es la escuela en consonancia con las ideas que se proponen en recientes investigaciones (Fernández-Company, 2020; García-Rodríguez, 2020; 2021).

Implementar este tipo de prácticas dentro del entorno escolar es cada vez más necesario, debido a que la gravedad de los conflictos que surgen entre los compañeros va en aumento. Mediante la utilización de la musicoterapia social, se puede fomentar la comunicación entre los miembros de un grupo, lo que mejoraría la competencia social y el sentimiento de comunidad (Schwabe y Hasse, 1998). En este sentido, Brooks (1989), también destacan esta faceta de la musicoterapia como herramienta para desarrollar las habili-

dades comunicativas entre adultos y adolescentes. Igualmente, algunos estudios, como el de Chao, Mato y López (2015), han demostrado que el desarrollo de programas de musicoterapia en el ámbito educativo, logrando grandes resultados a la hora de modificar conductas y mejorar las relaciones sociales. En los grupos de adolescentes donde se implantaron las sesiones de musicoterapia, se consiguió llegar a un clima de mucho más tolerante y abierto, potenciando la comunicación positiva entre los miembros del grupo. De igual modo, Sastoque (2016), muestra un proyecto musicoterapéutico en un centro educativo en el que se presta mayor atención en el desarrollo de la empatía y el asertividad de los alumnos con el fin de potenciar sus relaciones personales. Por otro lado, Pérez (2015), demuestra una clara reducción del nivel de ansiedad en un grupo de alumnos que asisten a sesiones de musicoterapia.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Participantes y entorno escolar

Los beneficiarios de la propuesta de intervención serán un grupo de niños y niñas de entre 11 y 12 años que presentan dificultades para la expresión de sentimientos y la comunicación entre iguales. El centro se encuentra dentro de la red de Comunidades de Aprendizaje, por lo que el alumnado en general está acostumbrado a trabajar el diálogo como vía hacia el entendimiento y la puesta en común de distintos puntos de vista, gracias a la realización de actividades semanales tales como Grupos interactivos y Tertulias Dialógicas. No obstante, se ha observado, durante este último año, que los alumnos y alumnas del tercer ciclo de primaria, han perdido esas cualidades de diálogo que venían desarrollando durante cursos anteriores. Dentro del alumnado de este centro, destaca un alto porcentaje de familias de clase-media alta. No obstante, al ser el único centro público de ese distrito de la ciudad, también encontramos muchas familias de clase media-baja procedentes de Marruecos y distintos países de América del Sur, así como algunas familias de etnia gitana. Esto da lugar a grupos de alumnos muy heterogéneos y muy bien integrados entre sí. Para comenzar el proyecto se hará necesaria una aprobación por parte de la dirección del centro y del Consejo Escolar.

Se dividiría la clase en dos, un grupo experimental, cuyos integrantes acudirían a las sesiones de musicoterapia y serían elegidos al azar, y un grupo control que permanecería en clase realizando clase de música con la especialista de manera ordinaria. Para la composición del grupo experimental, se requerirá un permiso parental de cada uno de los integrantes una vez sean seleccionados. Debido a que las sesiones serán realizadas por una musicoterapeuta ajena al centro, se requerirá la presencia del profesor/a tutor a ser posible, o algún otro miembro del claustro.

Recursos

Los recursos materiales constarán de instrumental Orff (instrumentos de pequeña percusión, xilófonos y metalófonos) y un piano electrónico. Todos ellos serán dotados por el centro escolar donde se desarrollará la propuesta, ya que pertenecen al aula de música. Se hará uso, por tanto, del aula de música del centro y del espacio que dispone, se trata de un espacio distribuido en varias zonas, una donde se encontraría la pizarra, la mesa del profesor y el piano; otra zona amplia donde poder desarrollar actividades de movimiento que se encuentra rodeada por las sillas de los alumnos; y por último al final de la clase se encuentra todo el material Orff. El suelo de la clase es de baldosas por lo que se dispondrá de una alfombra para las sesiones que se desarrollen en el suelo la mayor parte del tiempo.

Objetivos

Para poder realizar esta propuesta de intervención, se ha establecido como objetivo general realizar una propuesta de intervención a través de técnicas de musicoterapia con la que se pretende crear un ambiente de aceptación y respeto dentro de un grupo clase de 6º de Educación Primaria. Este objetivo, a su vez, se dividiría en cuatro objetivos específicos:

1. Mejorar la convivencia del grupo y su interacción.
2. Fomentar la creación de un espacio de comunicación y expresión de los sentimientos.
3. Prevenir futuros problemas en las relaciones sociales.
4. Desarrollar, mediante habilidades musicales, la inteligencia emocional.

Para la elaboración de la presente propuesta de intervención se han establecido dos metas para su consecución a largo plazo. Dichas metas, se alcanzarán a través del trabajo de una serie de objetivos a corto plazo específicos para cada sesión. De esta forma, los objetivos a corto y largo plazo de esta propuesta de intervención quedarían organizados de la siguiente manera

Sesiones de Musicoterapia

Desde esta propuesta se plantea el desarrollo de 10 sesiones de musicoterapia que se realizarán de manera semanal en la franja horaria destinada a la asignatura de música, y tendrán una duración de 50 minutos. En las sesiones que se plantean, se alternarán actividades de improvisación musical guiada con otras de improvisación individual libre. Todas tendrán como objetivo favorecer la expresión de emo-

Tabla 1.

Relación entre los objetivos a largo plazo y los objetivos a corto plazo

OBJETIVOS A LARGO PLAZO	OBJETIVOS A CORTO PLAZO
Reflexionar sobre nuestras emociones y sentimientos y ser conscientes de las emociones que viven las personas a nuestro alrededor (OLP₁)	Analizar el sentimiento de soledad y de pertenencia a un grupo. (OCP ₁)
	Captar estados de ánimo mediante la interpretación musical. (OCP ₂)
	Trabajar el liderazgo positivo y la conexión emocional a través de la música. (OCP ₃)
	Identificar las actitudes que nos afectan de manera negativa. (OCP ₄)
	Conectar con los sentimientos de la persona que me escucha. (OCP ₅)
Manifestar a través de la música lo que sentimos y ser capaz de comunicarlo a nuestros allegados (OLP₂)	Expresar sentimientos de agrado y desagrado a través de los instrumentos. (OCP ₆)
	Abrir el círculo personal de confianza a través de la interpretación musical. (OCP ₇)
	Expresar un temor interno a través de la música. (OCP ₈)
	Conectar con el estado de ánimo de una persona. (OCP ₉)
	Transmitir nuestras emociones a las personas cercanas a nosotros. (OCP ₁₀)

Nota: Relación de objetivos de la propuesta. Realización propia.

ciones para mejorar la convivencia, unas veces se dejará que las emociones y sentimientos fluyan con total libertad, y en otras se dirigirá la improvisación hacia una determinada emoción. Todas las improvisaciones están planteadas para que los instrumentos suenen de manera agradable y tonal, con el fin de crear en los participantes un sentimiento de satisfacción y logro al realizar las interpretaciones.

Durante todo el proyecto se pretende crear una atmósfera positiva donde se puedan establecer nuevos lazos de confianza y comunicación. Para ello, cada día se comenzará y finalizará la sesión de la misma forma. Al comenzar, todos sentados en círculo escucharán las directrices de la actividad principal que se va a desarrollar en esa sesión. Una vez finalizada la actividad principal, se volverá al círculo donde la musicoterapeuta realizará las preguntas correspondientes a esa sesión y anotará los distintos comentarios de los

participantes. Para facilitar esta atmósfera de confianza y comunicación, se recordará en cada sesión que todas las emociones y sentimientos compartidos en la misma no se harán públicos fuera del grupo de participantes. Para finalizar, se preguntará si alguien necesita añadir algo de manera libre, y se dará por finalizada la sesión.

A continuación, se exponen las distintas sesiones que forman parte de esta propuesta, la actividad principal que se desarrollaría en cada una de ellas, junto al objetivo a corto plazo que persigue y sus correspondientes preguntas para la evaluación final.

Sesión 1.

ACTIVIDAD: Compañía o soledad.

OBJETIVO: Analizar el sentimiento de soledad y de pertenencia a un grupo.

DESARROLLO: El musicoterapeuta, previamente habrá elegido dos o tres integrantes del grupo con mayores dotes de liderazgo y con más popularidad, basándose en las pruebas iniciales realizados al alumnado. Los alumnos elegidos deberán salir de la clase sin más explicaciones y esperar allí 5 minutos, para posteriormente entrar en el aula de manera individual. El resto de los participantes se sitúa de manera libre por el centro del aula con un instrumento y se les indica que una vez entre el compañero que está fuera, deberán acompañar o ignorar su interpretación dependiendo del lugar del aula donde se sitúe.

EVALUACIÓN:

1. ¿Qué hemos sentido cuando el resto de los compañeros nos ignoraban? ¿Y cuando nos acompañaban?
2. ¿Qué nos ha resultado más fácil, ignorar o acompañar musicalmente al compañero que estaba solo?

Sesión 2.

ACTIVIDAD: Baile de emociones.

OBJETIVO: Captar estados de ánimo mediante la interpretación musical.

DESARROLLO: Sentados todos en círculo, se reparte un instrumento de placas a cada participante con la escala pentatónica de Do ya preparada. Se les invita que cierren los ojos por un momento y reflexionen sobre lo que sienten en ese momento. A continuación, se les pide que se concentren mucho en ese estado de ánimo. Un miembro del grupo comienza con la interpretación, su compañero de la derecha, tras escucharle unos segundos debe intentar copiar

esa emoción con su instrumento. Una vez que este segundo participante haya conseguido captar el estado de ánimo de su compañero, debe girarse hacia su derecha mientras cambia su interpretación para adaptarla a su estado de ánimo personal y así poder transmitírselo al compañero siguiente.

EVALUACIÓN:

1. ¿Qué expresaba mi ritmo sobre mí y sobre mi estado de ánimo?
2. ¿Alguno de los ritmos de mis compañeros expresaban lo mismo que el mío?

Sesión 3.

ACTIVIDAD: Seguimos al líder.

OBJETIVO: Trabajar el liderazgo positivo y la conexión emocional a través de la música.

DESARROLLO: Dispuestos de nuevo en círculo, se pide a los miembros del grupo que traten de recordar un sentimiento, positivo o negativo que hay experimentado recientemente. Después se invita a que un participante se siente en el centro del círculo y trate de expresar ese sentimiento, para ello el sujeto podrá elegir el instrumento que crea que se adapta mejor a lo que quiere transmitir. El resto de participantes tratan de imitar su interpretación. Se repetirá la misma acción con el resto de integrantes del grupo.

EVALUACIÓN:

1. ¿Cómo me siento ahora?
2. ¿Creo que mis compañeros han logrado conectar conmigo en la improvisación?

Sesión 4.

ACTIVIDAD: Malestar y bienestar.

OBJETIVO: Expresar sentimientos de agrado y desagrado a través de los instrumentos.

DESARROLLO: Esta actividad estará dividida en dos partes, para comenzar, se pide a los integrantes del grupo que piensen en algo que les haya causado un gran malestar durante la semana. A continuación, los participantes deben elegir un instrumento y transmitir ese sentimiento a través de su interpretación. Una vez hayan terminado todos, comenzaríamos la segunda parte de la actividad en la que, de nuevo, les pedimos que reflexionen sobre un sentimiento, en este caso positivo. Y comenzaríamos de nuevo las improvisaciones permitiendo a los participantes cambiar de instrumento si lo consideran necesario.

EVALUACIÓN:

1. ¿Qué me ha costado más expresar el sentimiento de malestar o de bienestar?
2. ¿Me identifico con la improvisación de algún compañero en particular? ¿Por qué?

Sesión 5.

ACTIVIDAD: Mi gran actuación.

OBJETIVO: Conectar con los sentimientos de la persona que me escucha.

DESARROLLO: se realizará un ejercicio por parejas, se dispondrán sentados uno frente al otro. El ejercicio consiste en que uno de los dos improvisará una canción con instrumento de placas, su compañero mediante gestos debe indicarle si le gusta o no lo que está escuchando. La persona que toca el instrumento, debe modificar su interpretación a favor de los gustos de la persona que le está escuchando. Para finalizar se intercambiarán los roles de actuación y se volvería a repetir el proceso.

EVALUACIÓN:

1. ¿He sabido conectar con los sentimientos de la persona que me escuchaba?
2. ¿He conseguido expresar mis deseos con los gestos?

Sesión 6.

ACTIVIDAD: Esa terrible actitud.

OBJETIVO: Identificar las actitudes que nos afectan de manera negativa.

DESARROLLO: se pide a los alumnos que se distribuyan libremente por el aula, y, con los ojos cerrados imaginen una persona cuya actitud les haya afectado negativamente en algún momento. Se realizará una improvisación que represente esa actitud, todos al mismo tiempo desplazándose por el aula y haciendo uso simplemente de su voz y sus gestos, no se pueden interpretar palabras, pero sí sonidos.

EVALUACIÓN:

1. ¿Cómo era la actitud que he tratado de transmitir?
2. ¿Me encuentro reflejado en alguna de las actitudes que han interpretado mis compañeros?

Sesión 7.

ACTIVIDAD: Una prueba de confianza.

OBJETIVO: Abrir el círculo personal de confianza a través de la interpretación musical.

DESARROLLO: Se divide el grupo en dos, una mitad se sienta en el suelo y se tapa los ojos con un pañuelo, mientras tanto, la otra mitad escoge un instrumento y se sienta delante de uno de los compañeros con los ojos tapados, deben elegir a un compañero con el que menos confianza tengan en este momento. Se realizará una improvisación instrumental que les represente, que se base en las características más básicas de su personalidad. La persona con los ojos tapados intentará averiguar quién tiene sentado en frente. Una vez el terapeuta decida que da por finalizada la primera improvisación, las parejas de los que estaban sentados revelarán su identidad y se intercambiarán los roles para volver a comenzar.

EVALUACIÓN:

1. ¿Por qué creo que mi compañero/a me ha elegido como pareja?
2. ¿Qué siento ahora en relación a mi compañero?

Sesión 8.

ACTIVIDAD: El gran secreto.

OBJETIVO: Expresar un temor interno a través de la música.

DESARROLLO: en esta sesión, se pide a los participantes que, de manera individual, reflexionen sobre un secreto profundo que jamás hayan contado a ningún miembro del grupo. El terapeuta dispondrá a todos los integrantes en círculo, y les enseñará un ritmo que tocarán todos al mismo tiempo a modo de estribillo. Entre cada estribillo, el terapeuta irá dando paso a cada uno de los miembros del grupo para que interpreten su secreto.

EVALUACIÓN:

1. ¿Cómo me siento después de haber expresado mi secreto?
2. ¿Guardo muchos secretos a mis compañeros? ¿Por qué?

Sesión 9.

ACTIVIDAD: ¿Cómo has pasado el día?

OBJETIVO: Conectar con el estado de ánimo de una persona.

DESARROLLO: sentados todos en círculo, se comienza a describir el transcurso de un día desde que sale el sol hasta que se va a dormir. Por turnos, un miembro apunta de ma-

nera verbal la parte del día y lo que ha acontecido. Entre todos los participantes se intenta crear un ritmo que represente ese momento. Del mismo modo, uno por uno, cada sujeto aportará un dato más a la descripción del día y se irán dando forma a los distintos ritmos. Una vez creados todos los ritmos, se unirán formando la canción final.

EVALUACIÓN:

1. ¿En qué se parece esta melodía con lo que ocurre en mi día a día?
2. ¿Qué partes de mi día me gustaría que tuviesen una melodía distinta?

Sesión 10.

ACTIVIDAD: La canción de despedida.

OBJETIVO: Transmitir nuestras emociones a las personas cercanas a nosotros.

DESARROLLO: Sentados todos en círculo, se les pide que reflexionen un momento sobre el transcurso de todas estas sesiones, qué emociones han vivido, sentido, qué parte de ellos es un poco distinta a cuando empezamos. Una vez pasados unos minutos de reflexión se realizará una improvisación grupal, donde habrá turnos para pequeñas improvisaciones individuales de aquellos participantes que deseen expresar algo concreto.

EVALUACIÓN:

1. ¿Cómo es ahora la relación con mis compañeros?
2. ¿Hay algún aspecto que me gustaría cambiar a la hora de comunicarme con los demás?

Recogida y análisis de datos

Tal y como afirmaban Benavides y Gómez (2005), la recopilación y evaluación de datos debe realizarse utilizando un amplio abanico de métodos, lo que ampliará los puntos de vista y dará mayor rigidez al proyecto. Para la evaluación previa y final se han elaborado unos cuestionarios (pretest y postest) que se entregarán, tanto al grupo experimental como al grupo control, antes de comenzar la intervención y una vez que esta haya finalizado, para poder analizar si ha habido una evolución positiva en la convivencia y comunicación de los participantes del proyecto.

Con el análisis de los datos previos se pretende ajustar la intervención al perfil general del grupo de beneficiarios. Se hace necesario perfilar de manera concreta el perfil de cada individuo y su papel dentro del grupo para así poder mejorar la estrategia de acción en el caso de que fuera necesario. El cuestionario dirigido a los componentes del grupo

constaría de una primera parte donde pretende, por un lado, conocer las relaciones que suceden entre los individuos del grupo, con quién prefieren relacionarse y quiénes son las personas más influyentes, para así, realizar el sociograma creado por Moreno (1972, como se citó en Pérez, 2017) para su posterior análisis.

El cuestionario del alumnado, constaría de una segunda parte donde se pretende indagar en aspectos más personales de cada individuo centrados en sus emociones y sentimientos, el control que se tiene sobre ellas, la expresión y afectividad con la que se muestran y el grado en el que se poseen. Para este cuestionario se han tomado como referencia el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) (Martín et al., 2007). También se ha tomado como referencia la Escala de Expresividad Emocional (EES) formulada por Kring et al. (1994). Siguiendo la misma línea de actuación, se ha diseñado también un cuestionario que se entregará al tutor, orientadora y distinto personal docente que trabaja semanalmente con el grupo para analizar el comportamiento del mismo y los conflictos que puedan existir. Para el diseño de este cuestionario se ha utilizado como base los puntos que se plantean en el Protocolo de Alteración del Comportamiento en la Escuela (ACE).

Durante el transcurso de las sesiones, se llevará a cabo una evaluación simultánea por parte del terapeuta la cual consistirá en la recopilación de datos narrativos en una ficha de registro diseñada para poder completarse de manera sencilla al final de la sesión con un apartado reservado para la anotación de observaciones o reflexiones que puedan ser de ayuda para la evaluación final. Este tipo de cuestionario proporcionará una extensa serie de datos cualitativos, por lo que se hará necesario para el posterior análisis, la ordenación de dichos datos en ítems más grandes (Mercadal, s.f., p. 6).

Al finalizar las 10 sesiones que se plantean, se volverán a realizar los cuestionarios de los alumnos y personal docente y se compararán los resultados con los obtenidos en la evaluación inicial. Estos resultados, junto con los obtenidos en la evaluación simultánea realizada por el terapeuta, deberían permitir observar si se han conseguido alcanzar los objetivos a largo y corto plazo planteados para este proyecto. Del mismo modo, estos resultados podrían servir de autoevaluación para mejorar aspectos débiles que se puedan encontrar en el diseño de la intervención.

CONCLUSIONES

El objetivo que se propone con esta intervención es el de mejorar la convivencia y la comunicación en niños y niñas de entre 10 y 12 años de edad. Su situación personal den-

tro de su familia no tiene porqué ser conflictiva, si bien, es cierto que, mejorando esos aspectos, la relación que mantienen con sus familiares podrá mejorar notablemente. Tal y como se ha mostrado en la bibliografía, se esperan buenos resultados de esta propuesta, ya que se han encontrado numerosos estudios donde a través de actividades musicales terapéuticas, se ha logrado dotar a los participantes de nuevos medios para poder expresar sus emociones a través de la música. También se verifica en la bibliografía consultada, que gracias a la práctica progresiva de actividades musicoterapéuticas se consigue que las personas puedan conectar mejor con sus propias emociones y sentimientos, así como, identificar mejor las emociones de los demás. Aunque la bibliografía se centra sobre todo en población adolescente, los datos verifican que este tipo de trabajo musicoterapéutico es perfectamente extrapolable a edades más tempranas, sobre todo las pertenecientes al periodo de la preadolescencia, debido a los numerosos aspectos psicoevolutivos que comparten ambas etapas.

En las distintas investigaciones revisadas para la elaboración de esta propuesta, se ha observado como los sujetos del estudio han llegado a conocerse mejor tras participar en las sesiones, y han mejorado su rendimiento dentro de la escuela tanto a nivel académico como en su actitud y comportamiento. Los problemas de convivencia y comunicación son cada vez más comunes en los niños y niñas de hoy en día, debido al tipo de sociedad individualista en la que se ven inmersos. Es por esto que se hace necesario este tipo de intervenciones en la escuela, no solo para ayudar a los niños y niñas que presenten algún problema de comunicación y convivencia sino también como manera de prevenir futuros problemas de este tipo que puedan agravarse con la edad.

Durante todo el trabajo, se muestra como la música actúa como un medio perfecto para la expresión de emociones, gracias a su componente no verbal. Así como se ha podido observar como las intervenciones grupales fomentan la confianza y la comunicación. Esto es gracias a que la música ayuda a trabajar todo tipo de aspectos, incluyendo nuestras emociones y sentimientos, donde tiene un mayor impacto. Por esto, se puede deducir que la musicoterapia supone una vía de resolución de conflictos muy importante dentro de la escuela, ayudando al alumnado a conectar con sus emociones. Este tipo de intervención ayudará a que se desarrolle una buena integración de todos los niños dentro de su grupo y, como consecuencia, una buena integración dentro de la sociedad en un futuro.

Para finalizar, se quiere destacar la idea de que los musicoterapeutas se encuentran actualmente frente a un momento de cambio. El momento actual se presenta como

un gran desafío a la práctica clínica terapéutica tal y como se venía desarrollando hasta ahora. Es por eso que se deben adoptar actitudes transformadoras de compromiso social, donde se incorporen proyectos de prevención y promoción de la salud a nivel colectivo y social con nuevas metodologías de evaluación participativa. Con esto se podrá garantizar el acceso terapéutico a un mayor número de personas, para así poder fortalecer las comunidades y ayudar a mejorar la salud comunitaria.

Financiación

Este trabajo no cuenta con ningún tipo de financiación institucional.

Conflictos de intereses

La realización del presente proyecto de intervención no acarrea conflicto de interés alguno.

Citación

Alonso, M. (2022). Propuesta de intervención para favorecer la convivencia y la comunicación, a través de la Musicoterapia, en Educación Primaria. *Revista Misostenido*, 3, 19-27.

Recibido: 8 enero de 2022

Aceptado: 1 marzo de 2022

Publicado: 10 abril de 2022

REFERENCIAS

- Baker, F., y Jones, C. (2006). The effect of music therapy services on classroom behaviours of newly arrived refugee students in Australia-a pilot study. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 11(4), 249-260. <https://doi.org/10.1080/13632750601022170>
- Benavides, M. O. Y Gómez Restrepo, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 118-124.
- Chao, R., Mato, M. D. y López, V. (2015). Beneficios de la música en conductas disruptivas en la adolescencia. *Actualidades Investigativas en Educación*, 15(3), 1-24. <https://doi.org/10.15517/aie.v15i3.20902>
- Gooding, L. F. (2011). The effect of a music therapy social skills training program on improving social competence in children and adolescents with social skills deficits. *Journal of Music*, 48(4), 440-462. <https://doi.org/10.1093/jmt/48.4.440>

- Kring, A. M.; Smith, D. A. y Neale, J. M. /1994). Individual differences in dispositional expressiveness: development and validation of the Emotional Expressivity Scale. *Journal of personality and social psychology*, 66 (5) , 934 – 949 .
<https://doi.org/10.1037//0022-3514.66.5.934>
- Martí, P. (2000). Visión general y teoría de la Musicoterapia. Fundamentos de Musicoterapia. Morata
- Martín, J., Núñez, J. L., Navarro, J. G. y Grijalvo, F. (2007). The Rosenberg Self-Esteem Scale: Translation and Validation in University Students. *The Spanish Journal of Psychology*, 10(2), 458–467 .
<https://doi.org/10.1017/S1138741600006727>
- Mercadall, M. (s.f.): Tema 7: Análisis de datos y de otros materiales. La Rioja: UNIR.
- Moreno, J. L. (1972). Fundamentos de la sociometría. Paidós.
- Pérez, 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://doi.org/10.5209/RECIEM.5362>
- 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 doctoral editada). Universidad Nacional de Colombia.
Recuperado de
<http://www.bdigital.unal.edu.co/56602/>
- Schütz, A. (2003). Estudios sobre teoría social: escritos II. Amorrotu.
- Uhlig, S., Jansen, E. y Scherder, E. (2018). “Being a bully isn’t very cool...”: Rap & Sing Music Therapy for enhanced emotional self-regulation in an adolescent school setting – a randomized controlled trial. *Psychology of Music*, 46(4), 568–587 .
<https://doi.org/10.1177/0305735617719154>



FRONTERAS DE LA SONRISA

Fotografía de Anna Shvets en Pexels. Creative Commons