

# *La música en el reconocimiento y control de las emociones*



Autor: Jorge Luis Gutiérrez Pérez

4º Curso. Grado en Educación Social

Director: Luis Miguel Sáez Castro

## RESUMEN

El presente trabajo fin de Grado pretende dar respuesta a una serie de cuestiones que se me plantean como futuro profesional de la Educación Social. Analiza y desarrolla, mediante una revisión teórica y metodológica, los orígenes y la evolución del uso de recursos musicales en diferentes campos de actuación y con diversidad en su exposición a personas provenientes de diversos entornos y funcionalidad.

Por tanto, se realiza una consulta exhaustiva y consciente del desarrollo de actitudes así como modificaciones en cuanto a conductas disyuntivas y disruptivas se refiere, mediante estudios previos realizados en diferentes campos concernientes a la psicología. A través de mi trabajo en las prácticas y el estudio en las reacciones ocasionadas a un colectivo concreto como ha sido un centro de menores, pretendo evaluar y concienciar el buen uso de dicha herramienta y aplicarlo, ya no sólo en este ámbito, sino también en cualquiera que tenga que ver con el desarrollo de la mente y tratamiento de conductas agresivas, depresivas, meramente funcionales o provenientes de otro tipo de naturaleza.

Considero, debido a mi propia experiencia, esencial el manejo de emociones apoyadas con recursos musicales como expondré a lo largo de este proyecto. La música es un medio que provoca multitud de reacciones y nos puede ayudar a identificar el origen de nuestros sentimientos. Se hace indispensable la guía de una persona formada correctamente para esta actuación como complemento y apoyo en el acompañamiento del proceso que pretendo definir.

En definitiva, mi trabajo focaliza la atención en un soporte cada vez más usado y del que ha habido estudios que datan de fechas muy atrás en el tiempo, como veremos a lo largo del mismo. Y finalizaré, por tanto, con unas conclusiones obtenidas mediante ideas del estudio realizado en mi propio proceso de prácticas, revisión de otros trabajos del mismo campo y el uso de dicha herramienta y otras en diferentes instituciones.

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	4
2. MARCO TEÓRICO.....	5
2.1.¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?.....	5
2.2.¿QUÉ ES LA MUSICOTERAPIA?.....	6
2.3.¿CÓMO APLICAR ESTA HERRAMIENTA EN EDUCACIÓN SOCIAL?.....	7
3. GUÍA DE ACTIVIDADES PROGRAMADAS.....	8
3.1. TALLER DE YOGA.....	8
3.2. TALLER DE MÚSICA Y TEATRO.....	9
3.3. TALLER DE DANZA Y MOTRICIDAD.....	11
3.4. TALLER DE MEDITACIÓN/RELAJACIÓN.....	12
3.5. TALLER DE EMPATÍA.....	13
4. ANÁLISIS DE RESULTADOS.....	15
5. CONCLUSIONES.....	15
6. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	17
7. REFERENCIAS WEBS.....	17
8. ANEXOS.....	18

## 1. INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia, la música ha sido una herramienta muy usada en diferentes aspectos y ámbitos. Tomada como instrumento en ritos funerarios<sup>1</sup>, para deleite de acaudaladas personas, para usos terapéuticos, etc. En este último punto cabe destacar que no ha sido hasta hace pocos años que se ha incluido en toda clase de terapias y ejercicios físicos, con el fin de calmar estados mentales, entre otros usos. Aquí es donde entra la parte que quiero destacar y sobre la que trabajaré en este proyecto.

Desde bien pequeño me ha gustado mucho la música y todo lo que me ha hecho sentir. Esto es algo que me ha llevado a trabajar como profesor de danza en dos academias. Siempre he intentado transmitir lo que siento o cómo me siento a través del movimiento o la expresión facial y corporal y eso es lo que me gusta que se disfrute y se sienta en mis clases. Es una motivación personal lo que me empuja a hacer este Trabajo de Fin de Grado.

Mi planteamiento, debido a las experiencias que me han ido aconteciendo en el proceso de mi vida, es que, si somos capaces de hacer ver a otras personas quiénes somos, cómo somos o cómo sentimos, no sólo esas otras personas serán conscientes de ello, sino que ayudará a que miren hacia sus propios interiores y reflexionen sobre aquello que tienen dentro. Esto, a su vez, hará o podría hacer las relaciones interpersonales un tanto más sinceras, amables, nobles (o quizá sea simplemente una utopía creada en mi cabeza, pero al menos quiero creer que es así y voy a intentar hacer algo para favorecerlo).

La realidad actual, por suerte o por desgracia y depende de cómo queramos afrontarla, es que las emociones cada vez más se quedan ocultas y dispersas y no hay el roce que ha habido o que recuerdo de mi niñez. Las relaciones sociales y personales se han vuelto un tanto más frías y/o distantes, las más pequeñas apenas juegan en la calle, aunque empiezo a observar un pequeño punto de inflexión en esa situación pero sigo viendo a niños y niñas de muy temprana edad absortos en smartphones o tabletas, incluso televisión, haciendo caso omiso por completo a sus semejantes y aislándose en sus propios mundos de ficción. No cuestiono estas situaciones ni mucho menos, porque cada cual sabe o debe saber qué es lo que quiere o necesita en y para su casa. Pero sí que creo, desde mi papel de Educadora Social, que podría ofrecer opciones y alternativas para ayudar un poco en

---

<sup>1</sup> <http://www.jimena.com/egipto/apartados/musica2.htm>

la “desconexión de lo virtual”. Para conseguirlo, nada mejor que una dosis de música con la que poder conectar y que sirva de empuje hacia “¿qué es lo que siento por dentro? ¿Cómo estoy de contento/a? o ¿qué necesito para ser más feliz aún?”.

## 2. MARCO TEÓRICO

Para entender claramente el papel que juega la música, por qué se utiliza, qué objetivos son los que se pretenden o cuál es la relación entre música y emociones, trataré de definir algunos de los conceptos clave en la resolución de estas cuestiones y, a su vez, seguirán dándose más puesto que este es un campo que, aunque lleva tratándose desde hace unos cuantos años, aún no se ha terminado y van surgiendo nuevos estudios y aplicaciones relacionadas.

### 2.1. ¿Qué son las emociones?<sup>2</sup>

Comenzaré por describir qué se entiende por emoción, de una forma clara y concisa y tal y como yo misma lo concibo y percibo.

Según la Real Academia Española, “emoción” proviene del latín “*emotio, -onis*” y, en su primera entrada dice “*alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática*”.<sup>3</sup> Es decir, un cambio en nuestro interior que se puede identificar por sus signos y también en su segunda entrada aclara que es “*interés, generalmente expectante, con que se participa en algo que está ocurriendo*”.<sup>4</sup> O lo que es lo mismo, las ganas que le ponemos a lo que hacemos. Esta es la explicación más sencilla y directa que he encontrado de las que he revisado.

A nivel biológico, basándome en estudios médicos sobre el cuerpo humano y el libro de Joseph LeDoux<sup>5</sup>, profesor del Centro de Neurología de la Universidad de Nueva York, “*el cerebro emocional*”, las emociones nacen dentro del sistema límbico, un conjunto de estructuras nerviosa que incluyen la zona llamada hipocampo, cuerpo calloso, tálamo y amígdala, que podríamos denominar como la memoria de las emociones y donde suelen

---

<sup>2</sup> Ibáñez Alfonso, J. *Emociones. Fundamentos, exploración, diagnóstico y tratamiento (tema 42)*. Sevilla: Universidad Pablo de Olavide.

<sup>3</sup> Diccionario de la Lengua Española. RAE.

<sup>4</sup> Diccionario de la Lengua Española. RAE.

<sup>5</sup> LeDoux, J. (1999). *El cerebro emocional*. Barcelona: Ariel-Planeta.

quedar bloqueadas. De ahí que, cuando hay lesión cerebral, se anule o se pierda también la capacidad para sentir y/o crear emociones. (LeDoux, 1996).

Una emoción es, para mí, cualquier tipo de síntoma que se produce en nuestro cuerpo y afecta de manera directa a nuestra forma de comportarnos y de cambiarnos el carácter, provocado como respuesta a un estímulo, ya sea interno (con un recuerdo, por ejemplo) o externo (ante una situación determinada). Como respuesta física podemos encontrarnos diversas formas de expresión tales como llanto, dolor en alguna parte del cuerpo, cansancio o agotamiento, aceleración del pulso y así una larga lista.

A su vez, no todas las emociones surgen del mismo sitio, ni se manifiestan en la misma zona. Podemos encontrarnos con síntomas que se dan en nuestro corazón, experimentar dolencia o malestar en la boca del estómago, en el vientre, en una o varias extremidades. Por ello es necesario aprender a descubrir el origen, de dónde o qué es lo que ha provocado ese tipo de malestar físico y ser conscientes de qué es lo que se siente y cómo se siente. Saber de dónde nos vienen las cosas es básico para poder afrontar cualquiera que nos venga. La vida nos enseña a ello pero, a veces, no sabemos utilizar las herramientas que tenemos o no conocemos su existencia.

## 2.2. ¿Qué es la musicoterapia?<sup>6</sup>

Aunque ciertamente no existe una definición clara y concisa sobre este término, en los años 80, la asociación estadounidense de musicoterapia (National Association for Music Therapy, NAMT), elaboró la suya propia: *“la musicoterapia es el empleo de la música para alcanzar objetivos terapéuticos: la recuperación, conservación y mejoría de la salud mental y física”*. (NAMT, 1980, p.1).

Pero esta definición no es la que se emplea definitivamente, puesto que un terapeuta de esta doctrina o disciplina elabora la suya propia en base a sus experiencias y, aunque mi formación no me ha dotado de esta titulación, sí que es cierto que la música fluye dentro de mí desde que tengo uso de razón y que llevo trabajando con ella desde siempre, primero conmigo misma y, después, con el resto de personas con las que suelo trabajar o permanecer y, por este motivo, también voy a hacer mi propia caracterización sobre lo que entiendo como musicoterapia o lo que significa para mí. Este término lo empleo como

---

<sup>6</sup> Bruscia, K. (1997). *Definiendo musicoterapia*. Salamanca: Amarú.

“el tratamiento de las personas en base a sus percepciones, sensaciones, emociones y sentimientos, por medio de la música y el empleo de esta misma para desbloquear aquellas que están ocultas o que no queremos enfrentar” (Jorge Luis Gutiérrez, 2008).<sup>7</sup>

Por todo esto, podemos decir que la musicoterapia es todo aquel proceso en el que la música hace la función de acompañamiento y/o está presente en cualquier situación de la vida cotidiana de las personas y que desarrolla o provoca una serie de estados a nivel afectivo y emocional. También podemos aclarar, en este punto, que está relacionada directamente con los momentos más significativos y retenidos en nuestra memoria<sup>8</sup>.

### 2.3. ¿Cómo aplicar esta herramienta en Educación Social?<sup>9</sup>

Una vez llegados a este apartado, resulta relativamente accesible y fácil trasladar toda la información citada anteriormente a la Educación Social, pues considero que es una parte fundamental para nosotras las educadoras poner ésta y otras herramientas al servicio de mejora en la calidad de relaciones entre iguales.

La ayuda que se pueda prestar en cuanto al reconocimiento de las emociones debería ser el pilar sobre el que se fundamentase el uso y cuidado de, como digo, las relaciones interpersonales en cualquier ámbito, bien sea familiar, laboral, institucional o de cualquier otra naturaleza. Solamente conociéndonos a nosotras mismas, podremos entender y dar a conocer al resto de quienes caminan e interaccionan o interactúan con nosotras. Es de considerar que la conciencia o el conocimiento de nuestro propio ser, nos podrá propiciar un aumento en el carácter empático que hemos de desarrollar para llevar a cabo nuestra labor como educadoras.

Traer la música hasta este espacio creo que sería más que acertado, puesto que las dinámicas que elaboramos se ven favorablemente enriquecidas con este medio. De ahí que presente una guía de actividades para fomentar el uso de dicha herramienta, como refuerzo de algunas actividades y como complemento de otras.

---

<sup>7</sup> Me pongo a mí mismo porque, como digo, cada cual hace mención a esta terapia tal y como la siente, la vive y experimenta.

<sup>8</sup> Gómez Robledo, C. (2004). Un primer contacto con la musicoterapia. [Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas](#), ISSN 1576-5199. 10, 131-140.

<sup>9</sup> Menchén Bellón, F. (1998). *Descubrir la creatividad. Desaprender para volver a aprender*. Madrid: Pirámide.

### 3. GUÍA DE ACTIVIDADES PROGRAMADAS

El programa que presento se está llevando a cabo en una asociación de personas con daño cerebral en la localidad de El Ejido. Este establecimiento se encuentra sito en la Calle Alcira, número 16 de El Ejido y es la Asociación de Daño Cerebral de Almería, Vivir.

Estas actividades se están realizando los viernes de cada mes, desde el pasado mes de septiembre y han sido, todas ellas, elaboradas por mí mismo. Son un total de 5 actividades, repartidas entre los 10 meses que componen el calendario de actividad de la asociación y distribuidas en el siguiente orden:

#### **3.1.TALLER DE YOGA.**

Puesto que la movilidad es algo que repercute directamente en nuestros sentimientos y emociones, se hace indispensable desarrollar una actividad de este tipo para comenzar a conocer nuestro propio cuerpo y nuestra forma de percibirnos. Un taller creado para atender estas necesidades e incentivar la motricidad, a la vez que se disfruta y se estimula.

**Objetivos** específicos:

- Movilizar a los miembros participantes.
- Estimular la memoria a largo plazo a través de la motivación cognitiva.
- Estrechar lazos de unión y compañerismo entre las personas participantes.
- Reconocer emociones propias a través de las diferentes posturas.
- Divertirse y disfrutar con total entrega.

**Metodología:**

1. Preparación y adecuación de la sala: Convertiremos el gimnasio en una sala de yoga con apoyo de las sillas, barras y espalderas si hubiera personas con mayor dificultad de movimiento. Confeccionaremos una herramienta visual, tipo pizarra, que sirva de refuerzo a la retención y memoria de nuestros usuarios.
2. Escucha activa: Prepararemos y adecuaremos la atención de las personas participantes en el taller para la recepción y reconocimiento de las sensaciones que provoquen en ellos y ellas las posturas que adopten. Se harán anotaciones para tener en cuenta.
3. Primeras posturas y movimientos: Realizaremos ensayos y entrenamientos de las asanas que se suelen emplear en los diferentes tipos de yoga con los que



trabajaremos. Realizaremos prácticas con las personas participantes para evaluar su desarrollo dentro de esta actividad.

4. Preparación de una sencilla clase: Dependiendo de la aceptación y la entrega de las personas participantes podremos montar una clase para presentar en conjunto.

El monitor y auxiliar estarán en todo momento apoyando y supervisando la actividad que se realice, así como acompañando a los miembros participantes y guiando y atendiendo sus necesidades según sea necesario.

Se llevará a cabo desde el día 4 de Septiembre hasta el 24 de Junio inclusive en horario de 9:30 a 10:30 horas, en el gimnasio y sala fisioterapia.

**Recursos:**

- Materiales: Equipo de sonido y ropa de deporte de las participantes, sillas, barras y espaldera.
- Humanos: Monitor de Ocio y Tiempo Libre y auxiliares.
- Financieros: Propios de la entidad.

**3.2.TALLER DE MÚSICA Y TEATRO.**

A todos nos encanta la música y la interpretación, por este motivo centraremos el segundo y tercer trimestre del curso en la preparación de unos sketches para, posteriormente, presentarlos de forma abierta a toda aquella persona que quiera compartir y valorar el esfuerzo realizado por las personas participantes.

**Objetivos específicos:**

- Retener y memorizar información a corto-medio plazo.
- Focalizar la atención en la parte correspondiente de la actuación.
- Tomar conciencia de sus propias habilidades y virtudes.
- Desarrollar la estrategia de captura mental y elocución.
- Divertirse y disfrutar con total entrega.

## **Metodología:**

1. Elección del tema a representar: Se realizará una votación sobre posibles temas a exponer.
2. Preparación pictogramas de apoyo a la memoria: Confeccionaremos una herramienta visual que sirva de refuerzo a la retención y memoria de nuestras artistas.
3. Diálogos e historia: Prepararemos los diálogos de forma abierta y espontánea, con una línea central que sirva de pie a las conversaciones. Utilizaremos la captación de agentes motivadores externos para la retención de memoria y centraremos el núcleo en una misma línea temática.
4. Ensayos y puesta en escena: Realizaremos ensayos y entrenamientos, siguiendo un orden cronológico para focalizar la atención y centrar y establecer unas pautas concretas a ejecutar. Una vez finalizado todo el proceso, procederemos a realizar la puesta en escena en el centro concertado previamente.
5. Venta/Entrega de entradas/invitaciones: Dependiendo de la aceptación y la publicidad que se pueda conseguir, se venderán entradas o entregaremos invitaciones. En caso de venta de entradas, la recaudación irá en beneficio de materiales para continuar con los proyectos y actividades para nuestros participantes.

El monitor y auxiliar estarán en todo momento apoyando y supervisando las actividades que se realicen, así como acompañando a los miembros participantes y guiando y atendiendo sus necesidades según sea necesario.

Se llevará a cabo desde el día 08 de Enero hasta el 10 de Junio inclusive en horario de 10:30 a 13:00 horas, en la sala común, gimnasio y sala fisioterapia.

La puesta en escena se preverá para el día 17 o 18 del último mes, en horario de tarde-noche.

## **Recursos:**

- Materiales:
  - a. Proyector de la entidad.
  - b. Sala común acomodada.
  - c. Equipo de sonido.

- d. Pictogramas.
- e. Material escolar.
- f. Mobiliario.
- Humanos: Monitor de Ocio y Tiempo Libre y auxiliares.
- Financieros: Propios de la entidad.

### **3.3.TALLER DANZA Y MOTRICIDAD.**

Puesto que la música es algo que nuestros miembros viven con mucha pasión, se hace indispensable desarrollar una actividad de este tipo. Un evento creado para atender a sus necesidades e incentivar su motricidad, a la vez que disfrutan y se estimulan.

#### **Objetivos** específicos:

- Movilizar a los miembros participantes consiguiendo implantar una coreografía.
- Estimular la memoria a largo plazo a través de la motivación cognitiva.
- Estrechar lazos de unión y compañerismo entre las personas participantes.
- Reconocer emociones propias a través del movimiento y la música.
- Divertirse y disfrutar con total entrega.

#### **Metodología:**

1. Elección de la música: Se valorará el tipo de música de mayor motivación para los participantes.
2. Preparación y adecuación de la sala: Convertiremos el gimnasio en una “pista de baile” con apoyo de las barras y espalderas para aquellos con mayor dificultad de movimiento. Confeccionaremos una herramienta visual, tipo pizarra, que sirva de refuerzo a la retención y memoria de nuestros artistas.
3. Escucha activa: Prepararemos y adecuaremos la atención de las personas participantes en el taller para la recepción y reconocimiento de las sensaciones que provoquen en ellos y ellas la música que escuchen. Se harán anotaciones para tener en cuenta.
4. Primeros pasos y movimientos: Realizaremos ensayos y entrenamientos de los pasos que se suelen emplear en los diferentes tipos de música que escucharemos y con los que trabajaremos. Realizaremos prácticas con las personas participantes para evaluar su desarrollo dentro de esta actividad.

5. Preparación de una sencilla coreografía: Dependiendo de la aceptación y la entrega de las personas participantes podremos montar una pequeña coreografía para presentar en conjunto con la actividad de teatro.

El monitor y auxiliar estarán en todo momento apoyando y supervisando la actividad que se realice, así como acompañando a los miembros participantes y guiando y atendiendo sus necesidades según sea necesario.

Se llevará a cabo desde el día 27 de Noviembre hasta el 18 de Diciembre inclusive en horario de 10:30 a 13:00 horas, en el gimnasio y sala fisioterapia.

**Recursos:**

- Materiales: Equipo de sonido y ropa de deporte de las participantes.
- Humanos: Monitor de Ocio y Tiempo Libre y auxiliares.
- Financieros: Propios de la entidad.

**3.4.TALLER MEDITACIÓN/RELAJACIÓN.**

Dada la naturaleza de nuestros miembros, es necesario estimular de manera óptima su estado emocional, así como ejercitar su capacidad intelectual, realizando ejercicios que fomenten sus aptitudes para el trabajo cognitivo y refuercen el elaborado por el resto de profesionales. Un taller creado para atender a sus necesidades y estimular sus mentes, a la vez que disfrutan y se evaden.

**Objetivos** específicos:

- Estimular la memoria a largo plazo a través de la motivación cognitiva.
- Estrechar lazos de unión y compañerismo entre las personas participantes.
- Reconocer estímulos ajenos y diferenciar entre ilusión y realidad.
- Divertirse y disfrutar con total entrega.

**Metodología:**

1. Elección de la música: Se elegirá una música que condicione sus mentes y sirva para provocar imágenes previas que apoyen a las que previamente se les exhibirá.
2. Elección de imágenes: Para la variante de este ejercicio, se les mostrarán imágenes de lugares a modo de condicionante, como refuerzo del relato que escucharán posteriormente.

3. Relato de visualización: Discurso de la meditación guiada.
4. Preparación de una actividad de manualidades: En la variante de la relajación normal, se realizará un taller de manualidades en el que colorearán motivos esenciales y de refuerzo de las imágenes visualizadas durante la sesión y que dé lugar a la creación de un mural para exponer en la propia sala. Esto propiciará el refuerzo en su memoria al tenerlo visible en el lugar donde se trabaja.

El monitor y auxiliar estarán en todo momento apoyando y supervisando la actividad que se realice, así como acompañando a los miembros participantes y guiando y atendiendo sus necesidades según sea necesario.

Se llevará a cabo desde el día 8 de Enero hasta el 24 de Junio inclusive en horario de 9:30 a 10:30 horas, en la sala común.

**Recursos:**

- Materiales: Equipo de sonido.
- Humanos: Monitor de Ocio y Tiempo Libre y auxiliares.
- Financieros: Propios de la entidad.

### **3.5.TALLER EMPATÍA**

Para poder reconocer las emociones en las demás personas, primero se han de reconocer las propias. Una parte muy importante para llevar a cabo este tipo de actividad es ser conscientes de nuestro propio interior. Esta actividad, tomada prestada de un curso que realicé hace unos años y con las herramientas específicas del mismo, se llevará a cabo para canalizar las emociones personales de cada sujeto hasta un grado de consciencia propia plena.

**Objetivos** específicos:

- Aumentar el grado conocimiento a niveles afectivo y emocional de cada participante.
- Estrechar lazos de unión y compañerismo entre dichas participantes.
- Reconocer estímulos ajenos y diferenciar entre ilusión y realidad.
- Divertirse y disfrutar.

## **Metodología:**

1. Preparación de los materiales necesarios para la impartición del taller.
2. Breve explicación del proceso a seguir y de las personas implicadas durante el mismo.
3. Primera toma de contacto con sus propias inquietudes a través del “camino de la visión”<sup>10</sup>.
4. Resolución de conflictos o diferencias que puedan ir apareciendo a través del resto de herramientas, profundizando en su foro interno.

El monitor y auxiliar estarán en todo momento apoyando y supervisando la actividad que se realice, así como acompañando a los miembros participantes y guiando y atendiendo sus necesidades según sea necesario.

Se llevará a cabo desde el día 8 de Enero hasta el 24 de Junio inclusive en horario de 10:30 a 13:00 horas, en la sala común.

## **Recursos:**

- Materiales: Herramientas para la empatía.<sup>11</sup>
- Humanos: Monitor de Ocio y Tiempo Libre y auxiliares.
- Financieros: Propios de la entidad.

Aunque éste es el orden en que se realizan las actividades, también se mezclan y se hacen dos en una misma jornada con el fin de dinamizar el día de trabajo y amenizarlo en la manera de lo posible.

Como menciono al comienzo de este punto, en previsión a la proximidad de este trabajo, decidí comenzar a realizar este tipo de actividades para, de este modo, poder tener una percepción más clara y detallada de la viabilidad de dicho proyecto y que queda reflejado en los apartados siguientes.

---

<sup>10</sup> <http://www.herramientasempatia.org/camino-de-la-vision> (Ejemplo guía para trabajar con estas herramientas). El material se encuentra para su libre descarga y, tras hacer este curso, una es capaz de aprender mucho de sí misma y de aquellas personas que la rodean).

<sup>11</sup> <http://www.herramientasempatia.org/> (Página principal).

#### 4. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Una vez finalizada cada actividad se proyecta una evaluación por parte del equipo interdisciplinar del centro como son: psicopedagoga, fisioterapeuta, logopeda y psicóloga. Analizando todas ellas la evolución que se ha dado en estos usuarios en materia cognitiva, psicomotriz, relacional o afectiva y emocional.

Mediante la observación de su estado y reacciones ante diferentes estímulos se puede percibir si dichas actividades han llegado a madurar y conseguir los objetivos marcados para cada una de ellas. Esto refuerza, a su vez, el trabajo realizado por cada una de las profesionales en su campo.

Entrevistas realizadas, tanto a los propios usuarios como a sus familias, ayudan en la elaboración de un plan personalizado de desarrollo evolutivo a nivel cognitivo y físico y de las modificaciones que se estimen oportunas. Se da también paso a tomar consciencia sobre cómo se encuentran los sujetos o cómo van actuando una vez fuera del centro y, podemos decir, que la evolución es favorable en estos casos.

#### 5. CONCLUSIONES

Puesto que no existe, en daño cerebral, un patrón establecido debido a los cortes de memoria que sufren estas personas, sí que se puede apreciar un pequeño atisbo de recuerdo con respecto a las actividades planificadas y realizadas que, curiosamente, se corresponden con aquellas en las que se usa como herramienta de refuerzo la música. Por tanto, puedo deducir que aquellas actividades que fomentan su motivación y centran su atención, captando toda su conciencia y enfocándola hacia algo concreto, se pueden obtener unos resultados muy propicios para la continuación del uso de dicha herramienta: la música.

Mis cuestiones personales son: si con personas con daño cerebral se pueden conseguir buenos resultados, ¿por qué no puedo obtenerlos también con otro tipo de patologías (y aquí entra el amplio abanico de nombres y etiquetas que se han de implantar para reconocernos) y llevarlo un paso más allá para usar la música en cualquier campo? ¿Es viable adaptar las actividades en cada caso, usando siempre la música, y buscar los mismos objetivos?

La respuesta a éstas y otras tantas más preguntas que me cuestiono es, siempre, afirmativa. Si a través de la música podemos exponer (y exponernos) nuestras más profundas emociones y sacarlas fuera, podremos también reconocerlas en el momento en que surjan y, una vez catalogadas y localizadas, es posible trabajar con ellas. De ahí que el reconocimiento y el control de las emociones vayan tan de la mano, según mi propia percepción y experiencia, de la música.



## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Bruscia, K. (1997). *Definiendo musicoterapia*. Salamanca: Amarú.
- Esteban, M.; Ruíz, C.; Cerezo, F. (1996). *Monográfico: Estrategias y estilos de aprendizaje. Validación de cuestionario ILP-R, versión española*. Murcia: Anales de Psicología, 12(2), 133-151.
- Gaetner, R. (1981). *Terapia psicomotriz y psicosis. La danza y la música*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- Gómez Robledo, C. (2004). Un primer contacto con la musicoterapia. *Educación y futuro: revista de investigación aplicada y experiencias educativas*, ISSN 1576-5199. 10, 131-140.
- Ibáñez Alfonso, J. *Emociones. Fundamentos, exploración, diagnóstico y tratamiento (tema 42)*. Sevilla: Universidad Pablo de Olavide.
- LeDoux, J. (1999). *El cerebro emocional*. Barcelona: Ariel-Planeta.
- Menchén Bellón, F. (1998). *Descubrir la creatividad. Desaprender para volver a aprender*. Madrid: Pirámide.
- Méndez, F. X.; Macià Antón, D. (Profesores titulares de personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos de la Universidad de Murcia). (1990). *Modificación de conducta con niños y adolescentes. Libro de casos*. Madrid: Pirámide.
- Neisser, U. (1990). *Psicología cognoscitiva*. México: Trillas.
- Thayer Gastón, E. y otros. (1971). *Tratado de musicoterapia*. Buenos Aires: Paidós.
- Vecina Jiménez, M.L. (2006). Emociones positivas. *Papeles de psicólogo, Universidad Complutense*. 1(27).

## 7. REFERENCIAS WEB

- La-historia-musical.blogspot.com. *Otros usos de la música*. Recuperado de <http://la-historia-musical.blogspot.com.es/2010/02/otros-usos-de-la-musica.html> [Último acceso 27/05/2016]

Monografias.com. *Historia de la música.* Recuperado de <http://www.monografias.com/trabajos29/musica/musica.shtml> [Último acceso 27/05/2016]

Jimena.com. *La música en el Antiguo Egipto.* Recuperado de <http://www.jimena.com/egipto/apartados/musica2.htm> [Último acceso 27/05/2016]

Lpi.tel.uva.es. *Historia y Evolución.* Recuperado de [http://www.lpi.tel.uva.es/~nacho/docencia/ing\\_ond\\_1/trabajos\\_06\\_07/io6/public\\_html/historia\\_evolucion.html](http://www.lpi.tel.uva.es/~nacho/docencia/ing_ond_1/trabajos_06_07/io6/public_html/historia_evolucion.html) [Último acceso 27/05/2016]

Herramientasempatia.org. *Herramientas para la Empatía.* Recuperado de <http://www.herramientasempatia.org/> [Último acceso 27/05/2016]

## 8. ANEXOS

### FOTOGRAFÍAS ACTIVIDADES

#### TALLER YOGA



**TALLER DANZA Y MOTRICIDAD**

