



UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE ARTES
CURSO DE ESPECIALIZACIÓN
POSTÍTULO EN MUSICOTERAPIA

MUSICOTERAPIA ORGANIZACIONAL: UN ENFOQUE HACIA EL PLANO LABORAL

Monografía para optar al postítulo de Especialización en Terapias de Arte
Mención Musicoterapia

Daniel León Martínez

Profesora guía: Patricia Lallana U.

Santiago – Chile, marzo 2012

ÍNDICE.

Introducción	4
Contexto institucional	6
I. Marco teórico	
a) Marco conceptual	
1. Visión de un problema cotidiano en el mundo organizacional	7
2. Trabajo con grupos: Antecedentes históricos y dinámicas grupales	11
3. Rol de la música en los grupos	13
b) Marco musicoterapéutico	17
c) Marco teórico corporal	23
II. Proceso Musicoterapéutico	
Grupo beneficiario.	
Diagnóstico institucional.	24
Objetivos	
Metodología	25
Descripción de Sesiones	27
Evaluación	49

Aspectos transferenciales y contratransferenciales	50
Conclusiones	52
Bibliografía	54
Anexo 1	55
Anexo 2	58
Anexo 3	59

INTRODUCCIÓN

Mientras se acercaba el momento de realizar la práctica profesional, los posibles grupos de usuarios a los que se pensaba dirigir la instancia apuntaban en su mayoría a personas con cierta discapacidad, dificultad o patología.

Cuando mi compañera de práctica, Liliana Zabala, me planteó la idea de enfocar el trabajo al ámbito organizacional, junto a una empresa consultora que se dedica a realizar capacitaciones a otras empresas, se abrió una posibilidad que hasta entonces no había pensado; trabajar con gente que no presentara alguna patología específica o necesidad especial, personas que viven su día a día de manera cotidiana, que funcionan en empresas determinadas, bajo un cierto horario y una carga de trabajo considerable.

Desde ahí surgió la interrogante de conocer los problemas comunes y corrientes de las personas, problemas que en muchas ocasiones pueden convertirse en una gran carga emocional, o traducirse en dolencias físicas y psicológicas que a simple vista no generan demasiada preocupación, por el sólo hecho de tratarse de problemas cotidianos y que la mayoría de las personas pueden padecer, con los cuales deben aprender a vivir y seguir funcionando.

Las capacitaciones que las consultoras ofrecen a otras empresas enfocan su acción en todo lo que a recursos humanos se refiere, prestando una ayuda psicológica que eventualmente mejoraría la calidad de vida de los beneficiarios, desde su labor cotidiana hasta el ámbito personal. La musicoterapia, comprendida como un proceso que involucra lo emocional, lo vincular, lo lúdico y el bienestar en general, podría incluirse de manera exitosa en estos contextos de consultorías, complementando el trabajo ya existente, potenciando la capacidad de expresión, y planteando nuevas maneras de relación entre las personas y éstas con sus trabajos.

La empresa MCS Consultores acogió nuestra práctica profesional, permitiendo que dos de sus miembros asistieran a terapia individual e instruyéndonos sobre cómo podría plantearse el trabajo musicoterapéutico en el plano organizacional. Fue así como después de un tiempo, nos adjudicamos junto a mi compañera, un financiamiento de código SENCE, el cual puede implementarse como parte de los servicios de consultoría que la empresa ofrece.

Mientras buscábamos un lugar de inserción en las planificaciones de MCS, para así desarrollar la práctica en el ámbito grupal, además del trabajo individual que ya se estaba haciendo, surgió un nuevo contacto que terminó por definir el lugar en donde realizaríamos la práctica grupal; el colegio Albert Schweitzer.

Se trata de un proyecto educativo para niños y jóvenes en situación de riesgo social, que es auspiciado por la Iglesia Luterana Alemana y la Empresa Kaufman. Su sostenedora es la Psicóloga y Doctora en Educación Sabine Kohler.

Sabine Kohler nos planteó la idea de trabajar con su equipo de profesores, para así tratar ciertos temas que surgen en los climas laborales y que repercuten en las relaciones, un plano en donde la propuesta musicoterapéutica podía ofrecer una eficaz vía de contención y resolución.

Nuestra propuesta musicoterapéutica quiso ser un punto de apoyo y contención, en donde los usuarios pudieran adquirir herramientas para contribuir al bienestar propio y grupal, mejorando sus relaciones interpersonales y su disposición hacia el trabajo.

El enfoque musicoterapéutico en conjunto con la terapia corporal significó una instancia enormemente beneficiosa para los usuarios. Las sesiones tipo taller pueden aplicarse satisfactoriamente a diversos de grupos en instituciones y empresas, ya que los problemas abordados son generalmente transversales a todos los grupos humanos.

Se abrió paso a una experiencia de capacitación, que a futuro, acompañada de nuevos procesos creativos enfocados al plano organizacional y de formación humana, puede continuar siendo un ámbito de importante desarrollo para el quehacer musicoterapéutico.

CONTEXTO INSTITUCIONAL

El colegio Albert Schweitzer se fundó en el año 2003 en un lugar conflictivo de la comuna de Puente Alto, donde sus habitantes tienen que soportar balaceras, inseguridad, temores y una carencia cultural preocupante, que ha llevado a los niños y jóvenes a no poder contar con una estandarización mínima para pertenecer a algún establecimiento regular, sumado además a severos problemas conductuales y de autoridad.

El proyecto quiso enfocarse en esta realidad y auspiciado por la Iglesia Luterana Alemana y la Empresa Kaufman, se construyó el colegio.

Se trata de una edificación simple, con salas bien iluminadas, biblioteca, sala de profesores, un espacio de recreación bastante amplio y servicios de calidad. Admite a niños desde Kinder hasta Octavo año básico, en modalidad de jornada completa.

El colegio Albert Schweitzer brinda una educación basada en la pertinencia de los contenidos, el afecto, el respeto hacia la persona y el enriquecimiento del ambiente.

El proyecto educativo visualiza una problemática evidente, marcada por la desigualdad de clases sociales. Muchos niños viven en ambientes adversos que poseen problemas de conducta y aprendizaje, incidiendo directamente en su deserción del sistema educacional, dificultando a la vez, su inserción social, cayendo muchas veces en la delincuencia o la drogadicción. El colegio abarca los niveles de Kinder a 8º año básico y cuenta con 17 profesores, además de la directora, la sostenedora, bibliotecaria y una auxiliar de servicios generales.

Los profesores de esta institución se ven enfrentados a permanentes tensiones, además de un desgaste físico y emocional considerable. Muchos manifestaron las difíciles situaciones que vivían con sus alumnos, afectados por una crítica realidad socioeconómica, con familias disfuncionales, en donde se encuentran numerosos ejemplos de violencia, maltrato y abusos. Asimismo, el entorno es poco acogedor, sin áreas verdes, las esquinas con basura y pandillas. Prima la violencia, la delincuencia y el narcotráfico.

I. MARCO TEÓRICO

a) MARCO CONCEPTUAL.

1. Visión de un problema cotidiano en el mundo organizacional.

Es frecuente en la época actual, escuchar que la mayoría de las personas tiene poco tiempo, que corre de un lado para otro, que el trabajo consume casi la totalidad de sus tiempos y que se está dejando de lado la persona en sí, porque lo importante es producir y rendir al máximo.

De lo anterior se desprenden diversas enfermedades tales como el estrés, burn out, depresiones o estados anímicos que desencadenan problemas físicos más serios. Lo preocupante, es que al parecer, estas complicaciones ya son parte del ser humano inmerso en un mundo laboral actual, con las cuales hay que convivir.

El estrés laboral ha aumentado su repercusión en el ámbito del trabajo y es una causa determinante que desencadena ausentismo, influyendo en decisiones incorrectas, juicios erróneos y en una baja moral del personal.

Los efectos negativos a nivel físico también se hacen notar, a través de trastornos o enfermedades que van desde irritabilidad, estados depresivos, ansiedad, hasta enfermedades más complejas como úlcera, asma, hipertensión y trastornos cardiovasculares.

Aunque dichos aspectos se conocen colectivamente y se comentan entre las personas, pareciera que no reciben una atención adecuada por parte de las empresas e instituciones que deberían invertir recursos para el desarrollo de programas que ayuden a prevenir y enfrentar este tema.

Quienes sí lo abordan, implementan diferentes medidas preventivas, tales como el desarrollo de habilidades comunicativas, capacitación en diferentes metodologías para el manejo del estrés, trabajo en equipo en actividades que no se refieran a lo laboral, técnicas lúdicas y de relajación.

El concepto de estrés fue utilizado por Hans Selye en los años 30, quien lo define como un "síntoma general de adaptación". El estrés sería la respuesta general del organismo ante cualquier estímulo o situación estresante.

El estrés es así, un conjunto de respuestas fisiológicas, emocionales y conductuales del organismo ante estímulos o situaciones que significan peligro, o que son percibidas como amenazantes para la integridad física o psicológica de la persona. En otras palabras, se trata de una respuesta natural del organismo que surge para ayudarnos a

enfrentar situaciones nuevas. Cuando se transforma en una reacción prolongada e intensa, puede desencadenar los problemas físicos y psíquicos mencionados anteriormente. El estrés ocupacional se daría en aquellas situaciones en que las demandas ligadas al trabajo exceden las capacidades del trabajador para responder a ellas.

El estrés tendría un polo positivo y uno negativo. Los efectos del estrés pueden ser positivos y dar motivación, energía y creatividad necesarias para realizar una tarea si la persona posee las capacidades y los recursos que requiere para lograrlo. Los efectos negativos del estrés se producen cuando los recursos de la persona y las exigencias de la tarea son discordantes.

Cada persona tiene su propio estilo de gestión y manejo del estrés. Esto consiste en un conjunto de estrategias personales adquiridas en la experiencia y vivencias de cada uno, y que son la manera habitual de enfrentar las diferentes situaciones problemáticas de la vida. Sin embargo, puede suceder que las estrategias personales a veces no resulten suficientes para enfrentar situaciones nuevas y entonces surge el estrés como un mecanismo de alerta.

Condiciones de trabajo y estrés:¹

Es fundamental considerar la importancia que reviste que las organizaciones laborales consideren al trabajador en sus dimensiones físicas y psicosociales y que éstas tomen en cuenta las necesidades y expectativas de los trabajadores.

“Existe una serie de condiciones que inciden en el desarrollo de ambientes laborales poco saludables y sometidos a situaciones estresantes, entre ellos podemos señalar los siguientes:

Diseño de la tarea:

La existencia de trabajos que contienen una carga física y/o psicológica importante, con pocos o ningún período de pausas y descansos, con horarios de trabajo poco habituales, con sistemas de turnos, trabajo nocturno, etc.

Un contenido de trabajo rutinario y monótono y repetitivo, con un ritmo elevado de trabajo y exigencia.

Aquellas tareas en las cuales no se utilizan las capacidades de los trabajadores y que requieren poco control y con pocos espacios para la toma de iniciativas.

¹ Investigación Cecilia Carrasco Oñate, Cartilla Estrés Laboral, Dirección del Trabajo Gobierno de Chile, 2001, págs.2-8

Estilos de dirección:

La existencia de un estilo de dirección donde hay escasa o nula participación de los trabajadores, una mala comunicación con las jefaturas y supervisores y carencias de políticas de bienestar y/o de apoyo familiar, como por ejemplo, apoyo de la dirección ante situaciones de emergencia.

Relaciones interpersonales:

La existencia de un ambiente social pobre, la falta de apoyo y solidaridad entre compañeros de trabajo y de jefaturas o supervisores. Esto se traduce en aislamiento físico y afectivo, en pocas oportunidades para interactuar con otros colegas y en ausencia de un clima laboral adecuado.

Roles en el trabajo:

La existencia de expectativas en relación al trabajo que a veces no se cumplen, existencia de un exceso de responsabilidad, contradicciones en el trabajo, por ejemplo, entre las necesidades del cliente y la empresa, la necesidad de asumir diferentes roles al interior de la empresa (polivalencia).

Preocupación por la carrera laboral:

Preocupaciones en torno al futuro laboral, inseguridad en cuanto a la continuidad del trabajo, preocupación por la falta de oportunidades de promoción, cambios rápidos en el terreno laboral para los cuales los trabajadores no están preparados.

Falta de participación:

La empresa restringe o no facilita el desarrollo de iniciativas, la toma de decisiones, la consulta a los trabajadores, tanto en temas relativos a la propia tarea como en los otros aspectos del ámbito laboral

Control:

Existe una amplia y estricta supervisión por parte de los superiores en las tareas que realiza el trabajador, restringiendo el poder de decisión y la iniciativa de los trabajadores.

Condiciones ambientales:

La existencia de condiciones físicas desagradables o la exposición a condiciones peligrosas en el ambiente de trabajo, como hacinamiento, ruido, calor, contaminación ambiental, etc.

Las relaciones sociales, tanto en el ámbito del trabajo como extra laboral, pueden ser un factor importante de reducción de los niveles de estrés. El factor apoyo social actuaría en los siguientes niveles:

Es posible que reduzca los factores estresantes objetivos al medio ambiente. Un ambiente social en el trabajo que sea cordial, a través de la empatía y la comprensión entre los distintos sujetos, propicia una sensibilización que facilita la adaptación de las demandas de trabajo a las capacidades individuales.

La amistad, el contacto social, pueden facilitar a través de la comunicación interpersonal, un mayor contacto con la situación objetiva y una mayor exactitud en la valoración que el individuo hace de sí mismo. De esta forma, la persona tendría una percepción más real, más objetiva de la realidad que está viviendo y reduciría las posibles distorsiones a las que puede llevar la particular forma de percepción de cada individuo.

El contacto personal como expresión de afecto y comprensión puede ser un factor que facilite la descarga emocional y que frene la espiral de pensamiento negativo repetitivo que desencadena un proceso acumulativo de tensión. En este sentido, el apoyo social tendría un efecto terapéutico. Especialmente, el apoyo social por parte de la familia y por parte de los superiores jerárquicos parece ser eficaz para atenuar los efectos que tiene el estrés profesional sobre la salud. Es posible que aumente los recursos de adaptación del sujeto, el apoyo social puede proporcionar a la persona mayor seguridad y autoestima, que son elementos que acrecientan la capacidad de reacción y favorecen un sentimiento de dominio de la situación.”²

En el plano laboral docente, las causas del estrés se distinguen entre variables personales socio-demográficas, como la edad, el sexo, y variables personales relacionadas con las actitudes o personalidad del sujeto.

Sobre la edad, se señala que no hay estándares, sino que más bien el estrés está ligado estrechamente a los años de trabajo y la experiencia. Sí se destaca un mayor desgaste emocional en mujeres que hombres.

Otro factor importante se refiere a las relaciones familiares y estado civil, indicando que los profesores solteros, experimentaban mayor burnout que los casados, (Golembiewski et al., 1986; Seltzer y Numerof, 1988), mayor cansancio emocional y despersonalización (Maslach, 1982), aunque otros estudios no arrojaron, los mismos resultados (Durán, Extremera y Rey, 2001; Schwab, Jackson y Schuler, 1986). Como

² Investigación Cecilia Carrasco Oñate, Cartilla Estrés Laboral, Dirección del Trabajo Gobierno de Chile, 2001, págs.2-8

ha disentido Maslach (1982), el hecho de tener hijos puede funcionar como un factor de protección ante el burnout puesto que se relacionaría con la supuesta maduración que acompaña al ser padre, la mayor experiencia en resolver problemas en los que están involucrados niños y el apoyo emocional recibido por parte de la familia. De esta forma, se ha planteado la cuestión de llevarse a casa algunos aspectos relacionados con el trabajo, lo cual ha sido considerado negativo para las relaciones interpersonales del profesor dentro de la familia y, por tanto, una fuente de estrés. Sin embargo, autores como Cooke y Rousseau (1984) puntualizan que esta situación también puede aportar algo positivo, ya que puede darse una oportunidad para recibir apoyo, consejo o simplemente desahogo, al tener la posibilidad de exponer asuntos del trabajo en el seno familiar.³

Un elemento determinante en las variables socio-demográficas es el tipo de centro donde se desarrollan las funciones docentes. Las investigaciones coinciden con unanimidad en que existen mayores índices de burnout en los centros suburbanos, conocidos también como marginales, que en los urbanos o rurales (Byrne, 1999; Leithwood, Jantzi y Steinbach, 2001; Valero, 1997). Parece ser que el comportamiento de los alumnos sería el factor principal, ya que se trata de personas que frecuentemente pertenecen a minorías marginadas y a familias multiproblemáticas.⁴

Las variables personales, dependerán exclusivamente de cada sujeto, de las características de personalidad, fortalezas, debilidades y experiencias. Se trata de factores que competen al ser humano en su totalidad frente a toda experiencia laboral, no siendo exclusiva de docentes y profesores.

2. Trabajo con grupos: Antecedentes históricos y dinámicas grupales.

Alrededor del año 1905, en Estados Unidos, surge la psicoterapia de grupo, cuando el Doctor Joseph Prats comienza a experimentar juntando grupos de tuberculosos, quienes de esta manera logran un mejor apego al tratamiento. Luego, extiende la experiencia al tratamiento de pacientes neuróticos y diabéticos. El psiquiatra Edward Lasel, en 1921 comienza a tratar a pacientes esquizofrénicos en el hospital St. Elizabeth de Washington (Scheidlinger, S. 1996).

³ MORIANA E, J. Antonio, HERRUZO C. Estrés y burnout en profesores. Universidad de Córdoba, España. Febrero 2004.

⁴ MORIANA E, J. Antonio, HERRUZO C. Estrés y burnout en profesores. Universidad de Córdoba, España. Febrero 2004.

La psicoterapia analítica de grupo (PAG) surge alrededor de los años 30, con Louis Wender y Paul Schilder, quien fue el primero en utilizar la asociación libre, la interpretación y el trabajo con sueños.

En 1938, Alexander Wolf comienza a experimentar la técnica que después recibirá el nombre de “Psicoanálisis en Grupos” y luego aparecerá la figura de S.R. Slavson, quien introduce la terapia grupal con niños y fue el gran promotor de desarrollo institucional y de la sistematización de la PAG.

Durante la Segunda Guerra Mundial, el psicólogo vienés Kurt Lewin, radicado en los Estados Unidos, basándose en la psicología de la Gestalt, crea el estudio de la “dinámica grupal” y el concepto de “campo grupal”, el cual va a ser seminal al desarrollo de la terapia grupal. Lewin entiende el campo grupal como “un sistema de fuerzas actuando en el espacio intrapersonal que mueven a cada individuo a estados psicológicos específicos”. (Ancona, L., 2000). Es así que a un individuo dentro de un grupo le surgirán estados mentales y emocionales vinculados a su interrelación con el resto de los individuos y con el grupo total.

En Europa destacan las figuras de S. H. Foulkers y Wilfred Bion, quienes influenciados por los conceptos lewinianos y gestálticos, dan origen a lo que se va a configurar en el concepto de “matriz grupal”, en Foulkers, y la mirada del grupo “como un todo” en Bion.”⁵

Dentro de un grupo se darán dinámicas que inevitablemente involucran estados emocionales y sentimientos, en donde se marcarán características de liderazgo, sumisión, introspección, comunicación, entre otras. Todas estas pautas estarán determinadas por la historia grupal, que en sí ya contiene relaciones afectivas.

“Los afectos son movimientos de energía psíquica directamente vivenciados por el yo, de gran fuerza impulsora de la vida psíquica, con una muy especial intervención en la dinámica de regulación psíquica y en interacción constante con otras áreas del vivenciar. Tienen como característica el sello de lo agradable-desagradable y de la ordenación bipolar de los contrarios (amor-odio, miedo-confianza, etc.). Son diferenciables en general bajo consenso prevalente en estados de ánimo o humor básico, sentimientos y emociones.

El humor básico o ánimo es la forma más estable de la afectividad, y la más ligada a los estratos constitucionales y temperamentales. Da la coloración afectiva más

⁵ TRASTORNOS de personalidad por Edgardo Thumala Piñeiro “et al”. 1ª edición. Santiago, Soc. Chilena de Salud mental, 2003, págs. 535 – 536.

perdurable y por lo tanto la más característica de la personalidad a lo largo de toda su existencia.

Emoción se llama a un movimiento afectivo complejo, fundamentalmente como reacción inmediata a la acción de un estímulo eficiente que puede provenir del mundo circundante, como del mundo interior del sujeto. Son complejos afectivos momentáneos, fugaces, de gran intensidad y de exteriorización inmediata y evidente, tanto porque tienen componentes autonómicos intensos, como porque tienden por su naturaleza misma a comunicarse a través del lenguaje o a través del comportamiento motriz.

Los sentimientos ocupan un lugar intermedio en sus características cualitativas y cuantitativas, entre el humor básico y la emoción. Son más estables, no requieren la presencia inmediata del estímulo como la emoción, y sus componentes autonómicos son mínimos⁶

3. Rol de la música en los grupos.

“Según A.P. Merriam, ‘no hay otra actividad cultural humana que sea tan penetrante como la música, la cual llega, moldea, y a menudo controla muchas de las conductas humanas’ (Merriam, 1964, 218).

Aunque hay demasiados usos de la música en sociedad para citarlos todos, Merriam (1964) intentó clasificar las diferentes funciones o los diferentes objetivos de la música en las diferentes culturas del mundo: (1) respuesta física, (2) comunicación, (3) expresión emocional, (4) representación simbólica, (5) refuerzo de la conformidad a las normas sociales, (6) validación de las instituciones sociales y rituales religiosos, (7) contribución a la continuidad y estabilidad de una cultura, (8) contribución a la integración de la sociedad, (9) placer estético, (10) entretenimiento...

Los símbolos musicales son abstractos por naturaleza y no se traducen fácilmente (Kreitler y Kreitler, 1972; Winner, 1982). Pero aún así, la música se ha considerado como una forma de comunicación, ya que está hecha de un sistema de símbolos a través de los cuales la gente se puede expresar (Berlyne 1971; Kreitler y Kreitler, 1972).

La música se ha asociado durante mucho tiempo con la expresión emocional y, de hecho, se ha llamado “el lenguaje de las emociones” (Winner, 1982). Como proveedora de emociones, la música juega un importante rol en la sociedad, porque ofrece un vehículo para expresar ideas y emociones que no se pueden expresar

⁶ CAPPONI, Ricardo. Psicopatología y semiología psiquiátrica. 3ª edición. Santiago, Edit. Universitaria, 1995, págs. 123 – 125.

fácilmente a través del discurso ordinario (Radocy y Boyle, 1979)... La magnitud con que la música, un lenguaje no verbal, puede comunicar sentimientos e ideas se puede ilustrar a través de la utilización de la música en bandas sonoras de películas... en los tiempos del cine mudo, mucha parte del mensaje se comunicaba a través de la música de fondo que tocaba el piano... La mayoría de nosotros podemos pensar en canciones especiales o estilos musicales que pueden traer memorias y sentimientos de acontecimientos pasados. En cambio, podemos responder emocionalmente a música que no habíamos oído nunca anteriormente. Estudiosos de la escuela de pensamiento expresionista cuestionarían el hecho de que el significado de la música se base en referencias extramusicales, y señalarían que éste (significado) emerge de las cualidades estructurales de la propia música. En otras palabras, el significado emocional de la música se encuentra en la propia música... Algunos investigadores atribuyen la respuesta emocional ante la música a cambios neurológicos (Goldstein, 1980; Roederer, 1982). Estudios preliminares han sugerido que el procesamiento musical puede tener lugar, al menos en parte, en centros del cerebro asociados con la respuesta emocional, como la zona límbica. Hoy en día empiezan a aparecer investigaciones que únicamente apoyan esta idea. El cerebro es un órgano muy complejo y aún hay muchos misterios, incluso para los neurólogos... Muchos de los pacientes que se tratan con musicoterapia luchan para expresar o afrontar sentimientos de manera sana y apropiada... individuos que tienen dificultad para expresar verbalmente sentimientos incómodos, encuentran que la música es menos amenazante, o bien una manera alternativa de compartir emociones...

Además de comunicar información emocional, la música transmite un significado simbólico. Un símbolo representa otra cosa, como un valor cultural o principio universal... por ejemplo, el motivo introductorio de la quinta sinfonía de Beethoven se ha percibido a menudo como un símbolo del destino que toca a la puerta... los símbolos expresados por la música operan dentro de un contexto de una cultura en particular (Merriam, 1964). Dentro de una cultura determinada, la comunicación musical de estados de ánimo y sentimientos llega de alguna manera a estandarizarse (Meyer, 1956). Estos usos convencionales simbólicos de la música connotan un significado que se comparte entre la gente de una misma cultura, y de esta manera, actúa como un portador eficiente de información. Cada cultura representará sentimientos, valores culturales, u otras ideas abstractas a través de sus propios símbolos musicales...

Dado que los símbolos pueden expresar información de una manera muy poderosa y eficiente, los símbolos musicales pueden ser un medio muy útil para la comunicación en ambientes terapéuticos...

Según Merriam (1964), la música forma un punto solidario para la congregación social, cooperación y coordinación... el mérito de la composición depende de las contribuciones de cada individuo. Los elementos de ritmo, melodía, armonía, requieren un nivel de orden y estructura construido con el esfuerzo combinado del grupo...

La música funciona tanto como un objetivo estético como objeto de diversión en la mayoría de las culturas, y las dos funciones satisfacen necesidades humanas importantes. Según E. Thayer Gaston, la necesidad de expresión y experiencia estética es esencial para el desarrollo del sentimiento humanitario (Radocy y Boyle, 1979)⁷

Es necesario tener en consideración las funciones que la música cumple en distintas instancias grupales, comprendiendo de antemano qué se quiere provocar con una música determinada, o bien, qué se busca complementar con la misma.

Diego Schapira⁸ brinda una acabada visión sobre este punto, planteando directrices precisas para el uso de la música editada, aclarando como primer punto que no se trata de una selección azarosa de diversos trozos musicales; no existe un “estándar musical” para cada persona o grupo, más allá de aquel que socialmente se ha ido aceptando producto de las modas y el marketing. Lo anterior puede corroborarse concretamente en la cantidad de discos existentes de música para relajarse, para recién nacidos, para estudiar, meditar, etc.

El autor aclara a su vez, sin contradecirse, que estas connotaciones estandarizadas para ciertos tipos de música pueden ser de utilidad para generar ciertos climas en trabajos grupales, solamente en una fase inicial.

Ahora bien, para seleccionar música editada, Schapira propone tres criterios en base a los siguientes ejes: desde el musicoterapeuta, desde el usuario y desde la música.

Desde el musicoterapeuta, la selección deberá ser basada en el reconocimiento de sus propios Modos Expresivo-Receptivos (ME-R) (concepto extraído del Abordaje Plurimodal de Schapira, que se explica detalladamente en el marco teórico musicoterapéutico) en función de las necesidades del grupo y en la consideración de la música como un co-terapeuta, subordinada a la implementación del profesional.

Desde el usuario, los criterios de selección deben considerar siempre la propuesta del mismo, que lleva implícita sus ME-R y la situación personal por la que esté pasando. Al musicoterapeuta le corresponde tener presente la historia personal y/o grupal, las edades y los aspectos receptivos de los ME-R de los usuarios. Es importante destacar que la música editada debe estar al servicio de los emergentes que surjan en las

⁷ DAVIS, William B., GFELLER, Kate E., THAUT, Michael H. Introducción a la musicoterapia. Teoría y práctica. 1ª edición. Barcelona, Edit. Boileau, 2000, págs. 43 – 57.

⁸ MUSICOTERAPIA, Abordaje Plurimodal por Diego Schapira “et al”. 1ª edición. Argentina, 2007, pág. 165 – 175.

sesiones, y los objetivos futuros, junto con la selección de otra música, se trazarán en base a esos emergentes.

Desde la música misma, la selección parte desde el paradigma que plantea Schapira sobre el rol de ésta. La música no es un fin en sí mismo, sino un medio en que los usuarios son.

Hay diferentes criterios a la hora de realizar intervenciones con música editada; la estructuración de las variables de la obra, el género y estilo, los textos, sexo de los intérpretes, instrumentos empleados, contexto social que acompañó la creación de la obra.

Como se señaló, la selección de música contemplará siempre la particularidad de las personas o el grupo y de acuerdo al momento puede cumplir distintas funciones; facilitar un canal expresivo, relajar y desinhibir, asociar imágenes y sensaciones con efectos, apoyar consignas, etc.

La música en sí permitirá que el usuario desarrolle ciertas competencias tales como explorar la música misma, darle significación y audicionar en diferentes estados; en escucha conciente, en movimiento, o bien, interviniendo sobre la misma con instrumentos y/o canto.

El canto grupal puede ayudar a disminuir la ansiedad, propiciar la exploración vocal y ejercitar la exposición al grupo, mientras el terapeuta ofrecerá siempre un clima de sostén, despliegue y alianza.⁹

⁹ MUSICOTERAPIA, Abordaje Plurimodal por Diego Schapira “et al”. 1ª edición. Argentina, 2007, págs. 165 – 175

b) MARCO TEÓRICO MUSICOTERAPÉUTICO.

El trabajo realizado con el grupo de profesores del colegio Albert Schweitzer significó, además del diseño de objetivos planteados desde el lenguaje organizacional, la consideración de los métodos formales del área musicoterapéutica, buscando en éstos, los puntos clave que pudieran ser reflejados en las dinámicas grupales.

De acuerdo a lo anterior, encontraremos en cada método, ciertos aspectos que se reflejan en las experiencias vividas con el grupo, y que como referencia, complementan el actuar de los terapeutas en cada sesión.

Marie Priestley señala en los postulados de su método de musicoterapia analítica, “Las fuentes principales de análisis de la persona en el grupo son, la improvisación, la verbalización y su lenguaje corporal”.¹⁰

El setting de instrumentos musicales estuvo compuesto por numerosos instrumentos de fácil manipulación, hechos en su mayoría con materiales naturales, de diferentes tamaños, formas, sonidos, textura, etc. Según Rolando Benenzon, los instrumentos deben poseer “...diferentes formas y tamaños, de modo que el grupo pueda proyectar a través de ellos cualquier fantasía personal”.¹¹

Juliette Alvin también da señales respecto al trabajo en grupo, sosteniendo que: “El buen comportamiento musical, es decir, el respeto por las leyes musicales, refleja las actitudes de casi todos los pacientes hacia sí mismos y hacia los otros”¹²

Convergen muchas de estas premisas en el abordaje planteado por Diego Schapira; el Abordaje Plurimodal (APM), paradigma que durante mi tiempo de estudios en la U. de Chile (y actualmente), ha sabido responder muchas interrogantes personales respecto al quehacer en musicoterapia, además de significar una guía clara y concreta para sintetizar conceptos de las metodologías existentes, enseñando cómo verterlos en un planteamiento claro.

En el trabajo con grupos, también ofrece una concepción del ser humano en base a la interacción y relación con el medio, aspectos que serán detallados más adelante.

El APM, que no está inscripto de manera indisoluble dentro de ninguno de los denominados como modelos teóricos musicoterapéuticos, se plantea descubrir cómo es el paciente en la música y conocer sus modos expresivo-receptivos (ME-R), busca

¹⁰ BRUSCIA, Keneth E. Compendio de Musicoterapia. Edit Agruparte, 1999, págs. 156 – 157.

¹¹ BENENZON, Rolando, HEMSY DE GAINZA Violeta, WAGNER Gabriela. La nueva musicoterapia. 2008, págs. 22 – 109.

¹² ALVIN, Juliette. Musicoterapia. 1ª edición. Buenos Aires, Edit Paidos, 1997, págs. 150 – 171.

ahondar en su universo musical y desde ahí determinar estrategias de acción. Es un medio para propiciar nuevas formas de protección y promoción de la salud.

La música es el lenguaje principal, y todo otro lenguaje – verbal o no verbal – es auxiliar y coadyuvante del mismo. Existen muchos “idiomas” musicales establecidos por las culturas.

Se centra en el concepto de “música interna”, refiriéndose a ésta como la expresión del mundo interno del usuario a través de su yo.

Utiliza técnicas como la improvisación musical terapéutica y el uso selectivo de música editada, entre otras.

Está indicado para toda persona que tenga posibilidades de expresarse a través de la música y para personas imposibilitadas o limitadas que tengan alguna capacidad de comprensión o recepción hacia estímulos sonoros. Exige por parte de los usuarios, tener escucha sensible.

El AMP postula el concepto de Representaciones Sociales Musicales (RSM). Tal como se desarrolló en el marco teórico, en la sección referente al rol de la música en grupos, las RSM plantean que la música, más allá de ser sonidos físicos que pueden causar sensaciones, cumple un rol en la sociedad.

El APM postula la conceptualización de los Modos Expresivo-Receptivos (ME-R). “Los ME-R de una persona están directamente vinculados con su consideración como unidad biopsicosocioespiritual, y están constituidos por todas aquellas pautas culturales y códigos de comunicación que caracterizan a un grupo sociolingüístico determinado”. Los ME-R engloban las particularidades cualitativas del quehacer cotidiano de una persona, involucrando sus sentidos y proyectando un modelo de personalidad expresiva en distintas dimensiones; verbal, gestual, sonora y corporal. “Cada persona, cada familia, y cada grupo sociolingüístico construyen sus ME-R... El advertir la actitud receptiva de los ME-R brinda una valiosa información acerca de la elección y manejo de las variables musicales, orientando el tipo de intervención”.¹³

El APM sostiene el concepto de musicalidad terapéutica. Como se dijo antes en el punto referente a la selección de música editada, ésta (editada, interpretada, o improvisada) debe ser vista como un medio de desenvolvimiento de los usuarios, a diferencia de otras actividades en donde la música es vista como un fin. “La musicalidad terapéutica nos conduce a conocer nuestro ser en la música, y el ser en la

¹³ MUSICOTERAPIA, Abordaje Plurimodal por Diego Schapira “et al”. 1ª edición. Argentina, 2007, págs. 52 – 56.

música de las personas con las que trabajamos. Poder lograrlo implica un vasto conocimiento de la teoría musical, un buen manejo técnico instrumental y vocal, plasticidad y actitud lúdica en el uso de los instrumentos y la voz, comprensión de la teoría musicoterapéutica partir de la misma... comprender en la música lo que sucede dentro del encuadre. Es la música el lenguaje con el que trabajamos, y es en este lenguaje en el que aspiramos a comprender, intervenir y ayudar”.¹⁴

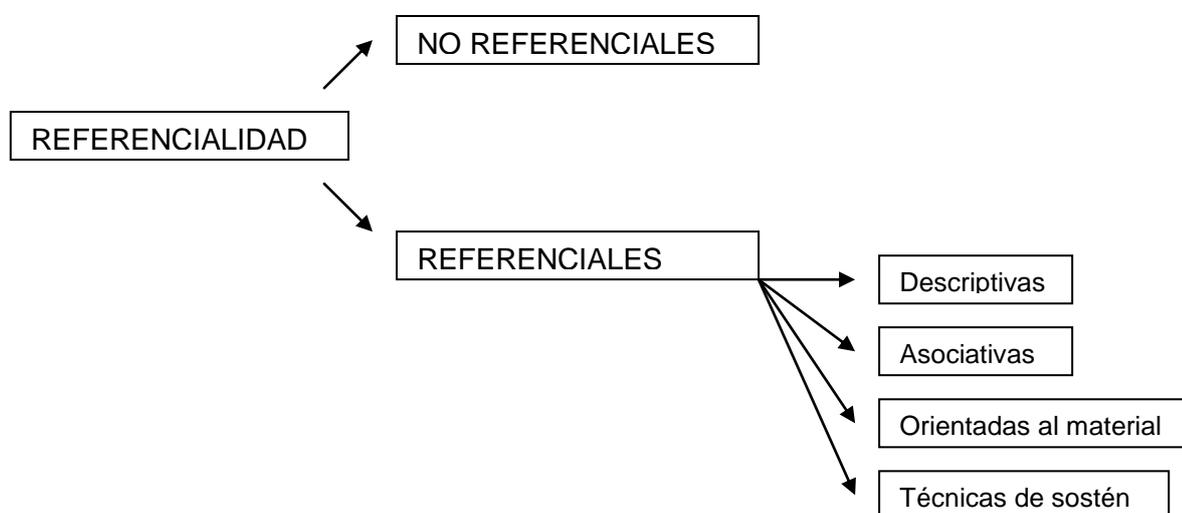
Una herramienta fundamental es la improvisación musical, llegando a ser en algunos casos, el eje central de su acción y el procedimiento principal.

En el caso del APM, Schapira hace énfasis en el enunciado de esta técnica, llamándola improvisación musical terapéutica (IMT), diferenciándola de la improvisación musical clínica. “Los ámbitos de acción de la musicoterapia no son solamente clínicos... resulta inapropiado hablar de improvisaciones clínicas en campos como el de la prevención, o en algunas áreas de trabajo en el ámbito hospitalario. Por otra parte, esta denominación no establece con claridad el foco en el lenguaje musical... hablar sólo de improvisaciones musicales... estaría dando por sobreentendido el encuadre en el que se producen... no permite una clara distinción entre lo que es una improvisación musical en el terreno del arte, y lo que es una improvisación musical en la musicoterapia... En la musicoterapia, cuando nuestros usuarios improvisan, están y son en la música. El producto es tan irrelevante desde una perspectiva estética artística, como importante desde la construcción de una estética personal (o grupal) que nos revela la forma de estar en la vida de quienes improvisan”.¹⁵

¹⁴ MUSICOTERAPIA, Abordaje Plurimodal por Diego Schapira “et al”. 1ª edición. Argentina, 2007, págs. 58 – 59.

¹⁵ MUSICOTERAPIA, Abordaje Plurimodal por Diego Schapira “et al”. 1ª edición. Argentina, 2007, págs. 117 – 118.

Clasificación de la Improvisación Musical Terapéutica. (IMT) según el APM.



- IMT no referencial: improvisación libre, de carácter exploratorio. No habrá otra indicación que la de tocar.
- IMT referencial: implica algún tipo de alusión, indicación o sugerencia acerca de alguna temática.

En el caso de la IMT referenciales, encontramos cuatro subtemas, los cuales están ordenados de manera arbitraria ya que no siguen una jerarquía u orden de importancia. Cada una es más o menos adecuada para las circunstancias implicadas. La IMT descriptiva, como su nombre lo indica, demanda la descripción de algo, ya sea una situación, lugar, relación, retrato sonoro de alguien, sentimiento o cualquier tema emergente entre los usuarios.

En las IMT asociativas, se pone en acuerdo la situación o emoción a improvisar y se deja a los usuarios estar abiertos al surgimiento de imágenes o recuerdos.

“Para comprender la diferencia entre una IMT descriptiva y asociativa, en el primero de los casos podríamos pedirle a alguien que describa una situación triste o alegre, mientras que en el segundo propondríamos improvisar acerca de la tristeza o la alegría. En las IMT asociativas, entonces ‘los improvisadores van siguiendo sus asociaciones libres emergentes, o su vacío e ignorancia, sus ideas vagas o imágenes más bien claras y definidas’ (Eschen, 2001).

Las IMT orientadas al material son aquellas en la que el acento está puesto, como su nombre lo indica, en la estructura de las mismas. Esto implica tanto lo referente a la forma... por ejemplo puede pedírsele a un paciente que haga una improvisación que contenga dos o tres partes, o bien sugerir que sólo sea con instrumentos rítmicos, o melódicos”.¹⁶

Las técnicas de sostén fueron diseñadas como forma de improvisación vocal con orientación analítica... la perspectiva es, una vez más, la del respeto de la singularidad de quienes improvisan, brindándoles la posibilidad de que puedan configurar su forma de estar en la música en ese momento particular. Por eso, ya sea en las formas de armonización, validación, empatizando, o bien en el modo de especular y en los diálogos sonoros siempre se les van mostrando previamente a los improvisadores distintos tipos de acordes, de modo que puedan elegir dos, tres o cuatro de ellos de acuerdo a la empatía que esa sonoridad les provoca en ese instante... es el sostén armónico que ese paciente necesita en ese momento, para poder estar en la música”.¹⁷

Para el análisis de las improvisaciones musicales terapéuticas (IMT), el APM utiliza los IAPs (sigla con la que internacionalmente se conocen a los perfiles de valoración de las improvisaciones), creados por el Dr. Keneth Bruscia.

Los IAPs consisten en seis perfiles, cada uno de los cuales contienen gradientes separados para las variables musicales que intervienen.

A continuación se detallan en la tabla.

¹⁶ MUSICOTERAPIA, Abordaje Plurimodal por Diego Schapira “et al”. 1ª edición. Argentina, 2007, pág. 125.

¹⁷ MUSICOTERAPIA, Abordaje Plurimodal por Diego Schapira “et al”. 1ª edición. Argentina, 2007, págs. 126 – 127.

IAPs (perfiles de valoración de las improvisaciones). Dr. Keneth Bruscia.

PERFIL	GRADIENTE
Sapiencia	Sumiso
	Concordante
	Contribuyente
	Controlador
	Opresivo
Tensión	Hipotenso
	Calmo
	Cíclico
	Tenso
	Hipertenso
Autonomía	Dependiente
	Subordinado
	Compañero
	Líder
	Independiente
Integración	Indiferenciados
	Fusionados
	Integrados
	Diferenciados
	Sobrediferenciados
Variabilidad	Rígido
	Estable
	Variable
	Contrastante
	Aleatorio
Congruencia	No comprometido
	Congruente
	Centrado
	Incongruente
	Polarizado

c) MARCO TEÓRICO CORPORAL

Otra disciplina que orientó el trabajo con el grupo, proporcionando valiosísimas dinámicas que se centraron en las vivencias corporales de los usuarios, fue la Eutonía.

La Eutonía es una disciplina corporal que orienta a la persona, a través de una toma de conciencia de sí misma, a conocer y regular su tono muscular

El aprendizaje de esta disciplina considera una introspección del usuario, pero no deja de considerar al entorno, que es un factor determinante en la construcción de un plano conciente en donde tratar al cuerpo.¹⁸

Sobre este punto no me extenderé mayormente ya que será tratado en profundidad en la monografía de mi compañera Liliana Zabala.

Todas las sesiones realizadas al grupo, contaron en su mayoría, con una estructura similar, dedicando una primera parte al cuerpo y su estado; posturas, conciencia y sensibilización, para continuar con una segunda parte que involucró el trabajo con improvisación musical terapéutica y otras técnicas.

¹⁸ Escuela Argentina de Eutonía. <http://www.eutonia.edu.ar/eutonia.html>

II. PROCESO MUSICOTERAPÉUTICO

Grupo Beneficiario.

- E** – Eugenio. Profesor de matemática y jefatura de octavo básico.
- J** – Jonás. Profesor de lenguaje y jefatura de séptimo básico.
- T** – Tiare. Profesora de lenguaje y jefatura de sexto básico.
- C1** – Claudia. Profesora de matemática y jefatura de quinto básico.
- S1** – Sebastián. Profesor de sociedad y jefatura de cuarto básico.
- J1** – Jonathan. Profesor de música.
- R** – Roberto. Profesor de educación física.
- V** – Verónica. Profesora de naturaleza y jefatura de tercero básico.
- P** – Poli. Profesora básica y jefatura de segundo básico.
- T** – Tatiana. Profesora básica y jefatura de primero básico.
- C2** – Claudia. Educadora de párvulos.
- F** – Fanny. Educadora de párvulos.
- M** – Maggie. Bibliotecaria.
- S2** – Sabine. Sostenedora.
- S3** – Synara. Directora.

Diagnóstico institucional.

La sostenedora del colegio Albert Schweitzer, Sabine Kohler, expuso diversas problemáticas presentes en el equipo de trabajo del colegio, las cuales se resumieron en:

1. Tensión debida a la crítica situación que traen los alumnos al colegio, derivada de un difícil entorno familiar, local y social, circunscrito en un contexto de pobreza, violencia, e invasión negativa por parte de los medios de comunicación.
2. Estados anímicos bajos en varias profesoras que están pasando por situaciones personales críticas como el rompimiento de sus matrimonios, duelos familiares y otras problemáticas personales difíciles.

3. Frente a estados de tensión, la comunicación interpersonal entre los profesores disminuye considerablemente, al punto de brotar críticas, juicios y rumores que entorpecen el ambiente de trabajo.
4. Falta de integración grupal de varios profesores que requieren ser acogidos.
5. Desequilibrio en la forma de ser de algunos profesores, algunos muy racionales, otros muy emocionales y otros desconectados de las emociones, casi en un estado de indiferencia frente a la vida.

Objetivo General.

Fortalecer vínculos en el grupo de trabajo.

Objetivos Específicos.

1. Entregar técnicas de autocuidado y herramientas para el manejo del estrés laboral, cansancio y tensión.
2. Obtener recursos para la convivencia grupal; capacidad de escucha, manejo del clima emocional, aumentar la capacidad de tolerancia, flexibilidad y empatía.
3. Reconocer la propia identidad: qué quiero, qué pienso, qué sueño, qué busco.
4. Trabajar el autoconcepto y fortalecerlo, con el objeto de manejar situaciones de tensión psicológica y física.

METODOLOGÍA

El trabajo organizacional lleva el quehacer musicoterapéutico hacia un ámbito de taller, en donde las actividades y ejercicios tienen la intención de trabajar algún tema específico y alcanzar una competencia para esa instancia, otorgando además un feedback al cierre de cada sesión, a diferencia de un proceso de construcción que se da, por ejemplo, con un paciente individual. Por ello, las observaciones y análisis

siempre irán enfocados al funcionamiento grupal y a los objetivos que se van trazando sesión por sesión.

Se trabajó en sesiones quincenales de dos horas, iniciadas el lunes 2 de mayo y finalizadas el viernes 9 de septiembre del 2011, en la biblioteca del colegio. El espacio contaba con unos 25 mts² y se adaptaba dejando el centro libre de mesas y sillas, usando colchonetas para realizar las actividades de la manera más cómoda posible.

La modalidad de taller temático involucró siempre tres etapas principales; caldeamiento, actividad central, verbalización - cierre, abarcando a la vez, los emergentes de cada sesión para la planificación de la siguiente, siendo flexible a las necesidades del grupo.

La dupla terapeuta co-terapeuta fue siempre clara en marcar los roles de cada uno, siendo Liliana quien se encargó de los aspectos corporales y yo de las consignas instrumentales en las improvisaciones, además del manejo de la música editada y de la interpretación de música en guitarra para algunas instancias específicas.

Los temas a tratar fueron:

- a) Configuración vínculo terapeutas y grupo.
- b) Despertar de la conciencia corporal.
- c) Trabajo con emociones.
- d) Expresiones sonoro – musicales.
- e) Liderazgo, modos de relación grupal y por género.
- f) Mejoramiento de comunicación interpersonal.
- g) Alineación de proyecto personal con proyecto institucional.

Setting:

- | | |
|--------------------------|---------------------|
| - Pequeño Djembé | - Arquín |
| - Darbuka | - Quena |
| - Tambor de mano | - Cortina de madera |
| - Tambor temascal | - Güiro |
| - Bongó | - Caja china (2) |
| - Metalófono de mano (3) | - Triángulo |
| - Kalimba (3) | - Chequeré |
| - Campanas tibetanas | - Pezuñas |
| - Crótalos | - Pandereta |
| - Toc – Toc (10) | |

DESCRIPCIÓN DE SESIONES

SESIÓN Nº 1 (lunes 2 de mayo, 2011)

Objetivos:

- Generar vínculo con el grupo a trabajar.
- Presentar modalidad de trabajo del espacio musicoterapéutico.
- Conocer comportamientos del grupo frente a las dos instancias a proponer; inventario corporal e improvisación musical.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía: inventario corporal
- Improvisación musical referencial descriptiva

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: Presentación. Caldeamiento. Inventario corporal.
- Centro: Encuentro y aproximación al instrumental del setting. Exploración sonora libre. Improvisación musical referencial descriptiva: *“qué instrumento puede representarme ahora, en este momento”*
- Cierre: Verbalización

Análisis de la improvisación musical.

Se invita a una breve exploración de los instrumentos puestos en el centro. Se genera una instancia lúdica y de curiosidad, en donde se comparten impresiones y sonidos.

Posteriormente se da paso a la improvisación musical haciendo alusión a la consigna dada *“qué instrumento puede representarme ahora, en este momento”*.

Los participantes hacen su elección y comienza la música, la cual evidenció la cohesión del grupo, percibiéndose escucha mutua, contacto visual, y constancia rítmica desde un principio hasta marcar un claro final.

Los usuarios comentaron “parece como si hubiese sido ensayado”, produciendo sorpresa y risas.

Experiencia musicoterapéutica	Relaciones intermusicales
<p>Estructura.</p> <p>Organización de producción sonora: Se escuchan leves variaciones en las dinámicas, los ritmos son constantes y se mantienen en compases binarios simples.</p>	<p>Detección de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tensión – Cíclico. - Variabilidad – Contrastante. - Congruente – Transformación; probar instrumentos. - Integración. - Autonomía – Compañerismo.
<p>Vínculo.</p> <p>Relación a partir de la producción sonora: Cohesión y escucha grupal.</p>	<p>Los participantes muestran una clara disposición a participar de la creación colectiva.</p>
<p>Actitud e intencionalidad.</p> <p>Respuesta a la propuesta sonora: Exploración sonora, matices marcados y diálogo.</p>	<p>Los participantes escuchan, comunican, prueban y varían.</p>

SESIÓN Nº 2 (lunes 16 de mayo, 2011)

Se recoge de la experiencia anterior, el bienestar que manifestaron los participantes a la hora de ejecutar una improvisación, por lo que esta vez, la consigna apuntó hacia una exploración más profunda; la capacidad de representar una historia o situación a través del setting.

Objetivos:

- Generar toma de conciencia corporal y focalización de tensiones en zonas específicas. (con objeto intermediario; pelota de tenis)
- Ampliar la capacidad de observación de las tensiones en el otro.
- Soltar la tensión acumulada en las áreas de la mandíbula, pecho y garganta.
- Desarrollar la comunicación no verbal del grupo, creando un espacio para la escucha y el conocimiento de los integrantes a través del sonido.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía: inventario corporal
- Improvisación musical referencial descriptiva

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: Caldeamiento. Inventario corporal. Masaje individual y en parejas con objeto intermediario (pelotas de tenis).
- Centro: Creación de una historia en grupos de 4 personas que contenga diversas cualidades o características de los integrantes, para después sonorizarla con instrumental del setting.
- Cierre: Verbalización.

Análisis de la improvisación musical.

Creación de una historia en grupos de 4 personas que contenga diversas cualidades o características de los integrantes, para después sonorizarla con instrumental del setting.

Verbalización:

Hubo bastante soltura al hablar, mucha risa a veces (momento para soltarse más), y bastante alegría en los aciertos de cada grupo al darse cuenta que coincidían los reflejos de lo escuchado con las historias creadas.

Historia 1: el grupo reflejó escuchar desorden e intentos de alguien por conseguir una meta, como subir un árbol pero caer. La historia trataba sobre el caso específico de un alumno del colegio que estaba tratando de aprender a andar en bicicleta pero caía.

Historia 2: el grupo reflejó; *“como una persona que se levantó, dio pasos y cayó por las escaleras”*. La historia trataba de un niño que caminaba por un parque para lanzarse un piquero al agua.

Historia 3: el grupo reflejó escuchar un malestar, un caos o desorden que paulatinamente se volvía a la calma. La historia contaba el tramo de un alumno desde su casa al colegio, trasladándose de un ambiente adverso a otro acogedor y contenedor.

Historia 4: el grupo reflejó escuchar una fiesta y presencia de mucha alegría, pero algo descontrolada. La historia trataba sobre un recreo común y corriente en el patio del colegio.

Las situaciones relatadas sonoramente, relataban hechos cotidianos del lugar de trabajo. La reflexión sobre los sonidos de cada instrumento y la elección de cada uno, dio paso a profundizar en conceptos como la fortaleza de las personas y la resiliencia. Algunas frases que el grupo manifestó: *“me levanto y mis problemas y penas quedan en la casa, y en el trabajo tengo que sonreír y hacer la vida alegre a estos niños... Dame cuenta con el ejercicio de partes en las que no tenía conciencia de dolor, en esta experiencia pude tomar conciencia de partes adoloridas que no había percatado...”*

Surgieron también temas de casos puntuales en donde hubo mucha tensión y carga emocional.

Otras observaciones.

Tanto en las improvisaciones como en la verbalización el grupo dejó entrever la presencia de líderes y de personas que se postergan a sí mismos de resaltar en el grupo. Se observa en los maestros pena, cansancio, rabia y tensiones acumuladas por la fuerte realidad social que manejan, especialmente los días lunes cuando los niños vienen de un fin de semana de estar con sus familias.

Experiencia musicoterapéutica	Relaciones intermusicales
<p>Estructura.</p> <p>Organización de producción sonora: Manejo de intensidades marcadas de acuerdo a los relatos; golpes fuertes y escalas descendentes para simbolizar caídas; escalas ascendentes para simbolizar acciones de subir, trepar o alcanzar algo, inicios tenues y/o en fade in, desarrollos y clímax retratados a través de más intensidad, finales abruptos y/o en fade out.</p>	<p>Detección de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tensión – Cíclico. - Variabilidad – Aleatorio. - Congruente – Efecto; manipular para recrear situación. - Integración. - Autonomía – Compañerismo.
<p>Vínculo.</p> <p>Relación a partir de la producción sonora: Roles asignados de acuerdo a la secuencia de cada historia.</p>	<p>Disposición para compartir y organizarse.</p>
<p>Actitud e intencionalidad.</p> <p>Respuesta a la propuesta sonora: Uso del setting para simbolizar texturas; asperezas con instrumentos de percusión u otros, raspándolos, placas metálicas y sonidos agudos para simbolizar calma y/o relajación.</p>	<p>Los participantes escuchan y comunican.</p>

SESIÓN Nº 3 (lunes 30 de mayo, 2011)

Se recoge de la experiencia anterior, la capacidad de los participantes para explorar y usar con confianza el instrumental del setting, por lo que esta vez se plantea una dinámica diferente; improvisar con los sonidos del cuerpo.

Objetivos:

- Entregar un espacio lúdico y de integración grupal mediante el uso del cuerpo como instrumento sonoro.
- Observar la capacidad de liderazgo de cada integrante del grupo.
- Observar y reflejar el estado emocional de cada integrante.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía; inventario corporal.
- Improvisación musical referencial descriptiva, usando el cuerpo y la voz como instrumento. (no se utilizó setting)
- Inventario corporal guiado. (Adriana Schnacke)

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: Caldeamiento. Inventario corporal.
- Improvisación y espejo de sonidos y movimientos. Cada integrante creará un sonido que puede ser acompañado de algún gesto corporal, lo presentará e inmediatamente el grupo lo espejará. Posterior a esto, cada integrante asume el rol de director de esta "orquesta corporal", haciendo intervenir a los diferentes cuerpos sonoros, variando sus entradas, salidas e intensidades.
- Centro: Inventario corporal guiado. Cada integrante, sentado sobre una silla tomará una mandarina entregada por los terapeutas, cerrará los ojos y seguirá las consignas que dicte la pauta guiada.
- Cierre: Verbalización.

Actividad de recorrido interior – mandarina.

Mientras se lee el inventario corporal se utiliza música improvisada por el co-terapeuta en guitarra, luego se unen otros instrumentos del setting, manipulados por la terapeuta, haciendo alusión a los sonidos internos del cuerpo.

Análisis de la improvisación musical.

Los pacientes se integraron a la actividad participando de manera activa a la experiencia. Hubo además momentos de más risa al apreciar los sonidos y movimientos que cada integrante inventaba. Posteriormente el ejercicio se llevó a cabo con normalidad, respetando los turnos de cada sonido y su reflejo o imitación.

El juego de director de orquesta también despertó curiosidad en los usuarios, en donde cada uno, independiente de su personalidad más o menos extrovertida, experimentó con ritmos e intensidades.

Se escuchó una forma más clara en lo rítmico, hubo una total sincronía como producto de la atención del grupo a quien dirigía.

Se llegó a la conclusión de que cada uno dirigió la orquesta según su forma de ser. El grupo corroboró haber reconocido a quien dirigía.

Experiencia musicoterapéutica	Relaciones intermusicales
Estructura. Organización de producción sonora: Aleatoria de acuerdo a la personalidad de cada integrante.	Detección de: - Tensión – Propia de la exposición al grupo y a las contorsiones corporales para producir sonidos. - Variabilidad – Rigidez. - Congruente – Apropiación; juego del director. - Integración – Diferenciado; independiente. - Autonomía – Subordinación y liderazgo; dirigir y ser dirigido.
Vínculo. Relación a partir de la producción sonora: Clara distinción del rol de director.	Relación fluida y acorde a la actividad.
Actitud e intencionalidad. Respuesta a la propuesta sonora: Exploración de las propias capacidades sonoras corporales y persistencia de las mismas.	Los participantes prueban diferentes formas de buscar sonidos corporales.

SESIÓN Nº 4 (lunes 13 de junio, 2011)

Se recoge de la experiencia anterior, el papel que debió adoptar cada integrante para ser director del grupo sonoro. Para que el grupo reconozca dicho rol, es necesario reconocer estados anímicos de los compañeros de trabajo, aspecto que se trabajó con mayor profundidad en la presente sesión.

Objetivos:

- Conectar a los usuarios con sus emociones básicas y representarlas corporalmente.
- Identificar la emoción que está más presente en cada uno y la polaridad de la misma a través de un juego de rol.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía; inventario corporal.
- Juegos de rol personificando emociones. Psicodrama.
- Improvisación musical referencial descriptiva.

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: Caldeamiento. Inventario corporal.
- Se plantea a los usuarios la personificación de las emociones básicas y posteriormente la apropiación de la que más habita en cada uno. Luego se evocará la polaridad correspondiente. Cada emoción es representada con gestos corporales, faciales y desplazamientos. También se utilizarán diferentes máscaras que puedan representar las emociones mencionadas.
- Centro: creación de una historia sonora que contenga las emociones emergentes en cada integrante, usando las máscaras para personificarlas y el instrumental del setting para contar el relato.
- Cierre: Verbalización.

Análisis de la improvisación musical.

Creación de una historia sonora que contenga las emociones emergentes en cada integrante, usando las máscaras para personificarlas y el instrumental del setting para contar el relato.

Grupo 1: a través del sonido, los integrantes levantan a uno que se encuentra acurrucado en el suelo.

Grupo 2: en un círculo se tocó música con sonidos tribales y de ritmos algo monótonos.

Grupo 3: actitud negativa y positiva. Una parte del grupo atraía a dos personajes hacia una música ruidosa, estridente, que golpeaba los instrumentos, mientras otra parte, atraía a los dos personajes con sonidos armónicos y suaves.

Se concluye con el grupo que la tónica de estas historias apunta a la comunicación y el contagio. Siempre se retrató a un ser perdido o indeciso, que a través de los sonidos era acogido y contenido para ser conducido a un cambio de actitud. Una frase clave que surgió fue; *“nuestra tarea se trata de eso, de transmitir, y un desafío con estos niños es cómo hacer atractivo lo bueno... cómo hacer bacán lo bueno, y no lo que el entorno les ofrece...”* (pandillas, delincuencia, etc.)

Dentro del trabajo de improvisación se observó una atmósfera de contención grupal hacia cada integrante, dando cabida y espacio para la expresión de las distintas emociones.

Se comentó también sobre nuestras propias características, emociones y polaridades. Se abre al diálogo sobre ciertas interrogantes, como el ser de una manera y experimentar el opuesto a ésta. ¿Qué tan necesaria es la polaridad? ¿Existe ahí por algo? Reconocer y no huir.

Experiencia musicoterapéutica	Relaciones Intermusicales
<p>Estructura.</p> <p>Organización de producción sonora: Intensidades fuertes, sonidos estridentes e irregularidad métrica para representar confusión, pérdida, inestabilidad, situaciones difíciles, etc. El contrario de tales características sonoras surgió para simbolizar situaciones de calma, paz, acogida y contención.</p>	<p>Detección de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tensión – Calmo y Tenso. - Variabilidad – Aleatorio y Contrastante. - Congruente – Efecto; manipular para recrear situación. - Integración. - Autonomía – Liderazgo; atraer hacia una polaridad.
<p>Vínculo.</p> <p>Relación a partir de la producción sonora: Roles asignados de acuerdo a la secuencia de cada historia.</p>	<p>Disposición para compartir y organizarse.</p>
<p>Actitud e intencionalidad.</p> <p>Respuesta a la propuesta sonora: Uso aleatorio del instrumental y representación corporal de las situaciones vividas como respuesta a la música improvisada.</p>	<p>Los participantes escuchan y comunican.</p>

Sesión Nº 5 (martes 28 de junio, 2011)

Se recoge de la experiencia anterior, la empatía de los oyentes frente a las emociones expresadas y a los mensajes que proyectaron las improvisaciones. A partir de esto, se planteará una improvisación referencial que se asocie a las sensaciones que deje la experiencia del trabajo en parejas y tríos.

Objetivos:

- Generar una atmósfera de contención para los integrantes del grupo.
- Desarrollar la capacidad de focalizar zonas específicas del cuerpo.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía; inventario corporal. Técnicas de concentración y ejercicios de estiramiento. Ejercicios de percusión corporal grupal.
- Improvisación musical referencial asociativa.

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: Caldeamiento. Inventario corporal, basado en el apoyo y sostén.
- Ejercicios de estiramiento individuales.
- Ejercicios de apoyo en movimiento. (apoyo mutuo, trabajo en parejas)
- Ejercicio de percusión corporal en tríos.
- Improvisación referencial asociativa; basada en la vivencia de los ejercicios de apoyo y sostén.
- Verbalización.

Análisis de la improvisación musical.

Se avanzó en la cohesión grupal, que se reflejó en una música armónica, ordenada y paciente, había escucha y momentos de liderazgo. Atención a los compañeros y un acuerdo no verbal fluido para dar cortes, y fin.

Contagio de alegría.

“sentí la música... la sensación... bonita”

La persona más resistente al proceso, decidió comenzar la verbalización, recalando su experiencia... *“hoy día me pasaron cosas... sentí como buena onda, energía positiva, sentía el trabajo, cosa que no me había pasado hace tiempo, en el trabajo final, todos conectados... una experiencia nueva...”*

Experiencia musicoterapéutica	Relaciones Intermusicales
<p>Estructura.</p> <p>Organización de producción sonora: Intensidad suave al comenzar, que va aumentando levemente a medida que cada integrante se suma al colectivo. Estabilidad rítmica basada en compases binarios simples. Se aprecia un clímax en donde todos suenan más fuerte, para luego ir disminuyendo intensidades y marcar un fin.</p>	<p>Detección de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tensión – Calmo. - Variabilidad – Variable y Contrastante. - Congruente – Herramienta; estabilidad, identidad, ganas de probar - Integración. - Autonomía – Compañerismo.
<p>Vínculo.</p> <p>Relación a partir de la producción sonora:</p> <p>Avance en la cohesión grupal, reflejada en una escucha permanente, contacto visual y en la posibilidad de dar momentos de liderazgo a algunos instrumentos.</p>	<p>Compañerismo a la hora de improvisar; organización fluida en base a la comunicación sonora – musical.</p>
<p>Actitud e intencionalidad.</p> <p>Respuesta a la propuesta sonora: Actitud de escucha, respeto y acogida al dar momentos de sonidos grupales e individuales.</p>	<p>Los participantes escuchan y comunican.</p>

Sesión Nº 6 (lunes 1 de agosto, 2011)

Recogiendo la capacidad de los participantes para expresar las consignas mediante el setting, se quiso plantear, de un modo semejante al de la sesión Nº 3, una dinámica distinta; improvisar con los sonidos que producen los choques de varillas de bambú.

Objetivos:

- Tomar conciencia del espacio ocupado a través de la percepción del contorno corporal.
- Soltar tensiones a través de una improvisación rítmica con objeto intermediario (varas de bambú).
- Fortalecer vínculo grupal.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía; ejercicios de circulación de energía.
- Improvisación rítmica con objeto intermediario (varas de bambú)

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: Caldeamiento. Inventario corporal y ejercicios de energía.
- Marcar contornos corporales con varas de bambú.
- Improvisación rítmica libre con las varas para trabajar el vínculo grupal y soltar tensiones a través del sonido que se forjará espontáneamente según la intervención grupal.

Análisis de la improvisación musical.

Improvisación con varas. Se divide el grupo por géneros, para generar entre los mismos, la escucha.

Se observó en el primer grupo (masculino) una especie de consenso a la hora de turnar los golpes de las varas. Había comunicación, silencios y pausas, además de una escucha atenta, generando un nítido entendimiento rítmico. Esto fue reflejado por las mujeres en la verbalización.

En caso de la improvisación del segundo grupo (femenino) se produjo lo contrario; descoordinación, poca comunicación, miedo a los golpes, carencia de pausas y escucha. Se notó que la vara fue un instrumento catártico para liberar rabias. Lo anterior también fue reflejado por los hombres.

Finalmente se hizo una improvisación grupal con la misma dinámica, en donde los géneros estuvieron marcados por las características que presenta el cuadro a continuación.

En el grupo quedó la sensación que lo vivido removi6 emociones importantes, planteando la necesidad de dar un cierre a este ciclo en la próxima sesi6n.

Experiencia musicoterap6utica		Relaciones Intermusicales	
<p>Estructura. (hombres) Organizaci6n de producci6n sonora:</p> <p>Silencios y pausas. Manejo de intensidades para marcar inicio, centro y final.</p>	<p>. Estructura. (mujeres) Organizaci6n de producci6n sonora:</p> <p>Descoordinaci6n, carencia de ritmos y contrastes. Claridad s6lo al marcar el final.</p>	<p>(hombres)</p> <p>Detecci6n de:</p> <p>Tensi6n - Calmo. Variabilidad - Estable. Congruencia - Ordenamiento. Integraci6n - Fusionado. Autonomía - Compañerismo.</p>	<p>(mujeres)</p> <p>Detecci6n de:</p> <p>Tensi6n - Hipertenso. Variabilidad - Rígido. Congruencia - No comprometido. Integraci6n - Diferenciado. Autonomía - Dependiente.</p>
<p>Vínculo. (hombres)</p> <p>Relaci6n a partir de la producci6n sonora:</p> <p>Escucha atenta y cohesi6n rítmica.</p>	<p>Vínculo. (mujeres)</p> <p>Relaci6n a partir de la producci6n sonora:</p> <p>Poca comunicaci6n, carencia de pausas y poca escucha.</p>	<p>(hombres)</p> <p>Posibilidad de sostener y compartir.</p>	<p>(mujeres)</p> <p>Descontento e incomodidad que interfiri6 la ejecuci6n de sonido fluido con las varas.</p>
<p>Actitud e intencionalidad. (hombres)</p> <p>Respuesta a la propuesta sonora:</p> <p>Concentraci6n para responder a la propuesta sonora.</p>	<p>Actitud e intencionalidad . (mujeres)</p> <p>Respuesta a la propuesta sonora:</p> <p>Poca concentraci6n por distracci6n con objeto intermediario, que simboliz6 cierto 'miedo a los golpes.'</p>	<p>(hombres)</p> <p>Escuchan y comunican.</p>	<p>(mujeres)</p> <p>Hay intento de comunicar, pero se ve turbado por la experiencia poco agradable (según las participantes) de golpear las varas.</p>

Sesión Nº 7 (lunes 8 de agosto, 2011)

Objetivos:

- Cerrar el ciclo vivido en la sesión anterior, marcado por las sensaciones y emociones que dejó la experiencia con las varas de madera.
- Aliviar las tensiones corporales.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía; inventario corporal a través de un auto masaje con las manos en las distintas zonas, para llevar a cada persona a tomar consciencias de su piel, músculos, articulaciones y cartílagos, entrando en una mayor conciencia corporal.
- Improvisación instrumental en cadena.

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: verbalización de emergentes sesión anterior.
- Caldeamiento. Inventario corporal.
- Improvisación instrumental en cadena.
- Verbalización.

Análisis de la improvisación musical.

La improvisación en cadena se estructuró en base a etapas:

- comienza a improvisar un participante con el instrumento que eligió.
- quien continúa en el círculo, comienza a acompañar a quien estaba improvisando.
- una vez que el participante inicial se siente acompañado, deja de sonar, para dejar en solitario a quien seguía.
- así sucesivamente hasta que la cadena continúa y termina con quien comenzó.

Después de la improvisación instrumental en cadena se compartió en grupo el bienestar que produjo la escucha y contención del sonido de cada persona, al punto de la petición espontánea para cerrar la música generada con una improvisación grupal simultánea, retomando la sensación de lo vivido. Se escuchó una música calma, suave, con respiraciones y pausas, además de una atención constante entre los participantes.

Experiencia musicoterapéutica	Relaciones intermusicales
<p>Estructura.</p> <p>Organización de producción sonora:</p> <p>Sonidos de intensidad moderada; nunca hubo algún instrumento que sonara más fuerte que el antecesor.</p> <p>La rítmica estuvo siempre circunscrita a compases binarios simples.</p>	<p>Detección de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tensión - Calmo. - Variabilidad - Estable. - Congruente - Ordenamiento; búsqueda de proporciones. Repeticiones y variaciones. - Integración - Fusionado. - Autonomía - Compañerismo.
<p>Vínculo.</p> <p>Relación a partir de la producción sonora:</p> <p>Cohesión, escucha atenta, respeto por el sonido antecesor. (aspecto que tal vez condicionó el sonido sucesor)</p>	<p>Posibilidad absoluta de compartir la producción sonora del otro; reflejar; acompañar.</p>
<p>Actitud e intencionalidad.</p> <p>Respuesta a la propuesta sonora:</p> <p>Apertura al ejercicio. Participación comprometida.</p>	<p>Los participantes comunican, guían y se dejan guiar.</p>

Sesión Nº 8 (lunes 22 de agosto, 2011)

Se recoge de la experiencia anterior, la capacidad de empatía al escuchar el sonido de un compañero, reflejarlo y usarlo de hilo conductor para continuar la improvisación. Desarrollar la capacidad de reconocer estados anímicos en los pares, implica una observación conciente y acabada, por lo que se propone trabajar un tema clave en el contexto organizacional; el Rumor y el Juicio.

Objetivos:

- Generar reposo, calma y conexión de diversos circuitos del organismo.
- Tomar conciencia de la respiración del otro y seguir su ritmo hasta acoplarlo.
- Trabajar como tema central 'el Rumor y el Juicio', aspecto común en el contexto organizacional.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía. (respiración en contacto con el otro desde la espalda).
- Los ejercicios de respiración buscan sintonizar a los participantes dispuestos en pareja; al percatarse uno de la respiración del otro, sintiendo su ritmo y fraseo, debe intentar reflejarla con su propia respiración. El contacto y la percepción de las respiraciones se hacen mediante un balanceo de las espaldas.
- Improvisación instrumental en base al trabajo del juicio y el rumor.

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: Caldeamiento. Inventario corporal.
- Espejando la respiración, trabajo en parejas.
- Introducción al tema a tratar: juicio y rumor.
- Improvisación instrumental.
- Verbalización. (qué aprendí a observar del otro, cómo mejorar observación y reacción)

Análisis de la improvisación musical.

Reflexión e introducción al tema central. Juicio y rumor.

- Recordar situaciones en las que hemos sido víctimas de algún rumor.
- Recordar una situación en la que alguno haya provocado un rumor.

Se invita a buscar instrumentos en el setting y hacer dos improvisaciones en base a las sensaciones que nos ha dejado la reflexión.

- una improvisación grupal que refleje el ser víctima del rumor.
- una improvisación grupal que refleje ser provocador del rumor.

Después de la improvisación grupal en el contexto de ser víctima del juicio y el rumor, se invitó a oír una grabación con lo que sonó. Se apreció un estado corporal tenso, con rostros contracturados y músculos rígidos. Las formas musicales no estaban claramente definidas, había permanente disonancia y los instrumentos cumplieron un rol catártico, en donde salió rabia y tensión.

Después de la improvisación grupal en el contexto de ser provocador, se oyó la grabación y se llegó a la conclusión de que el adoptar esta postura (ser provocador) contiene cierta incomodidad que paradójicamente se va mezclando con una sensación de placer. Se distinguió la dualidad entre la sensación negativa y la sensación de un extraño gusto, similar al de una venganza, ironía y sarcasmo.

Se evidenció una participación mayoritaria no vista anteriormente. Casi todos quisieron dar su opinión y puntos de vista respecto a las sensaciones vividas.

Otro emergente importante fue la manifestación grupal de lo positivo que fue tratar un tema relevante desde esta modalidad sonoro – corporal.

Antes de cerrar, surgió de manera espontánea en el grupo, la necesidad de volver a tocar los instrumentos para generar una improvisación libre de juicios, que pudiera decantar y contener las emociones vividas en ambas situaciones.

El resultado final consistió en una música armónica y rítmicamente constante, producto del contacto y la conexión que antes hizo falta. Se notó una nueva mirada, mayor conexión entre los participantes y reafirmación en las relaciones.

Experiencia musicoterapéutica		Relaciones intermusicales	
Ser víctima	Ser provocador	Ser víctima	Ser provocador
Estructura. Organización de producción sonora: Disonancias y formas métricas indefinidas. Intensidad alta, sin pausas.	Estructura. Organización de producción sonora: Disonancias y fuerte intensidad. Métrica ordenada en compases binarios simples.	Detección de: <ul style="list-style-type: none"> - Tensión – Hipertenso. - Variabilidad – Rígido. - Congruente – Efecto. - Integración – Fusionado. - Autonomía – Dependiente. 	Detección de: (los mismos perfiles que en la improvisación anterior)
Vínculo. Relación a partir de la producción sonora: Colaboración grupal para crear el efecto sonoro.	Vínculo. Relación a partir de la producción sonora: Colaboración grupal para crear el efecto sonoro.	Intencionado acuerdo de generar sonidos desagradables, reflejando el malestar de ser víctima del rumor.	Intencionalidad similar a la improvisación anterior, recalcando cierto sarcasmo, cumpliendo el rol de un personaje provocador, con ansias de generar desagrado.
Actitud e intencionalidad. Respuesta a la propuesta sonora: Respuesta acotada a la consigna. Evocación de malestar, reflejada en actitud, rostros y gestos.	Actitud e intencionalidad. Respuesta a la propuesta sonora: Respuesta acotada a la consigna. Evocación de malestar con mezcla de placer. Venganza e ironía.	Los participantes prueban y comunican.	Los participantes prueban y comunican.

Sesión Nº 9 (lunes 5 de septiembre, 2011)

La experiencia anterior puso de manifiesto dos polaridades; el ser víctima y/o provocador de un rumor. Surgió de manera espontánea en la presente sesión, tratar dos temas opuestos; la frustración y la realización.

Objetivos:

- Eliminar y/o disminuir tensiones y dolores físicos
- Generar reposo, calma y estimulación del torrente sanguíneo.
- Afianzar en el grupo los principales núcleos de salud.
- Lograr que cada usuario se sienta reflejado y acogido en lo mejor de sí mismo.
- Generar sentimiento de pertenencia y unidad grupal.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía. Ejercicios de corriente: es el conjunto de sensaciones percibidas en los distintos segmentos corporales a través de un recorrido, recurriendo a una atención conciente y focalizada. Se trata de hormigueos, de calor, de corrientes, que siguen el camino efectuado por la conciencia a una cierta velocidad. La sensación se produce esencialmente por la estimulación de la circulación sanguínea. Es probable que también se produzcan otros fenómenos como la electricidad o el electromagnetismo. El ejercicio de corriente es muy útil para eliminar tensiones y dolores. El efecto de este ejercicio es un verdadero reposo y una regeneración rápida, siendo a la vez calmante y estimulante. (música: tabla y bansuri)

Desarrollo de la sesión:

- Inicio: Caldeamiento. Inventario corporal.
- Ejercicios de corriente.
- Verbalización.

Antes de comenzar con los ejercicios preparados, el grupo manifestó un cansancio adicional al habitual, debido al constante estado de frustración en que viven frente a las situaciones cotidianas y difíciles que viven los escolares. La frustración se convertía en angustia en algunos integrantes, haciendo cuestionar el para qué de su labor profesional.

A raíz de la escucha se modificó el diseño de la sesión, y luego de vivenciar los ejercicios de eutonía, que ayudaron a relajar y centrar a cada integrante en el sí

mismo, se invitó a realizar una improvisación que permitiera expresar esa frustración, traerla al frente para poder comprenderla.

Análisis de la improvisación musical.

La experiencia musical significó un alivio para el grupo ya que pudieron expresar su sentir en un setting que ya les era familiar y que daba la posibilidad de manifestar muchas de las emociones involucradas en un estado de frustración.

En la verbalización se produjo un movimiento sorpresivo; algunos se dieron cuenta que no sólo había frustración, sino también logros en el trabajo desarrollado a través del tiempo y realizaciones personales.

Se tocó entonces el tema de la realización y el equilibrio, el cual se dio de manera natural, surgiendo así una nueva mirada de reconocimiento hacia el camino avanzado con los alumnos y junto a la institución.

Experiencia musicoterapéutica	Relaciones intermusicales
<p>Estructura.</p> <p>Organización de producción sonora:</p> <p>Estructura mayormente estable, con intensidades que tendían a subir, pero sin llegar a ser fuertes. Métrica en compases binarios simples, final marcado por una declinación definitiva en el volumen.</p>	<p>Detección de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tensión – Calmo. - Variabilidad – Estable. - Congruente – Herramienta; conocimiento de capacidades y limitaciones. Voluntad para acompañar el estado evocado con el sonido. - Integración – Fusionado. - Autonomía – Compañerismo.
<p>Vínculo.</p> <p>Relación a partir de la producción sonora:</p> <p>Total empatía grupal para sostener a cada integrante. Compartir la frustración.</p>	<p>Los participantes comparten y sostienen.</p>
<p>Actitud e intencionalidad.</p> <p>Respuesta a la propuesta sonora:</p> <p>Respuesta acotada a la consigna. Actitud de contención y cierta languidez.</p>	<p>Los participantes escuchan y comunican.</p>

Sesión Nº 10 (viernes 9 de septiembre, 2011) SESIÓN DE CIERRE.

Objetivos:

- Realizar una síntesis del proceso vivido con algunas imágenes y otros recursos de apoyo.
- Alinear el proyecto personal con el proyecto institucional.
- Reflexionar sobre el sentido del grupo para la institución.

Técnicas a utilizar:

- Eutonía; conciencia corporal.
- Trabajo con canciones; relacionar las propias vivencias con una canción o pieza escogida por cada usuario.
- Modelar con arcilla una escultura que refleje las vivencias que representa la música escogida.
- Generar una composición plástica grupal con las esculturas que cada participante modeló.

Desarrollo de la sesión:

- Brindar una síntesis de recursos adquiridos y formas de aplicación al trabajo diario. Balance y valoración del taller.
- Breve dinámica de relajación con música que permita conectar al usuario con su interior.
- Escuchar a cada persona desde su canción escogida.
- Plasmar, junto a esta música en una obra artística visual, el sueño grupal para la institución.

Observaciones posteriores:

(música utilizada: Stephan Micus: *Eastern Princess*)

En esta sesión participó el grupo completo. Hubo una significativa sensibilización por parte de cada persona.

Fue una sesión profunda y emotiva, en la que cada integrante se mostró tal cual pensaba y sentía. Llamó especialmente la atención que algunos integrantes que en sesiones anteriores se habían mostrado algo herméticos e indiferentes, también entraron en contacto consigo mismos y con el grupo.

La verbalización final fue muy enriquecedora en cuanto a los avances individuales de cada uno en el proceso grupal.

Por ejemplo, dos de las mujeres que se habían separado de sus maridos expresaron la nueva fuerza que habían adquirido para emprender y tomar riendas de su vida, luego de haber sacado la rabia contenida.

Algunos de los profesores agradecieron la oportunidad de contar con un espacio en donde expresarse de forma verdadera.

Otra profesora que al comienzo de la terapia expresó que no quería sobresalir, terminó concluyendo que necesitaba dar pasos importantes para su existencia dentro del grupo de trabajo.

En varios profesores, a través de la canción se expresó una vocación profunda hacia su labor y un sentido de realización.

Curiosamente, la obra plástica grupal reflejó un paisaje con diferentes elementos que se complementaban, no eran aislados, deduciendo que existía una unidad potente para la función que tienen en ese lugar.

EVALUACION

El proceso musicoterapéutico fue exitosamente recibido por los usuarios, quienes manifestaron una satisfacción al vivir un espacio que les abriera la oportunidad de expresar emociones, canalizar estados de ánimo, sacar hacia fuera algunos sentimientos encapsulados y hacer un paréntesis en la rutina.

La producción sonora de los usuarios siempre fue apegada a las consignas, variando de acuerdo a las asociaciones que las improvisaciones requerían, pasando por la mayoría de las gradientes que postulan los IAPS de Bruscia.

Se notó además en la relación sonoro – musical, un vínculo sólido para acordar intensidades y métricas, así como también un uso conciente del setting, aprovechando al máximo las posibilidades que éste ofrecía.

A continuación se muestra un cuadro resumen de los IAPS detectados.

Experiencia musicoterapéutica (Análisis de proceso)	Relaciones intermusicales (Análisis de proceso)
<p>Estructura.</p> <p>Las improvisaciones estuvieron demarcadas siempre por las consignas. Hubo una relación directa entre acciones y estructura musical.</p> <p>Se detectó:</p> <p>Métricas al azar. Métricas en compases binarios simples. Uso de escalas ascendentes y descendentes. Variaciones en la intensidad. Fade in al iniciar, crescendo en el centro o clímax, fade out para finalizar. Cortes en seco para finalizar. Estridencia. Calma.</p>	<p>Perfiles detectados en las sesiones.</p> <p>Tensión – se apreció un paso por todo el perfil; desde lo calmo, pasando por lo cíclico, hasta lo hipertenso.</p> <p>Variabilidad – en todas sus manifestaciones; aleatoria, contrastante, rígida, estable.</p> <p>Congruencia – apropiación, transformación, efecto, ordenamiento, herramienta. (no estuvo presente el factor despliegue)</p> <p>Integración – diferenciado, independiente, fusionado.</p> <p>Autonomía – compañerismo, subordinación, liderazgo, dependencia,</p>
<p>Vínculo.</p> <p>Se apreció siempre cohesión grupal. Incluso en consignas instrumentales no convencionales (uso del cuerpo, varas de bambú) se apreció intención de escuchar y guiar al otro.</p>	<p>Los participantes fueron capaces de:</p> <p>Compartir. Sostener. Participar. Organizarse. Relacionarse. Reflejar. Intencionar.</p>

<p>Actitud e intencionalidad.</p> <p>Actitud comprometida frente a las consignas. Escucha grupal. Apertura. Contención. Exploración del setting y familiarización con el mismo.</p>	<p>Los participantes fueron capaces de:</p> <p>Escuchar. Comunicar. Probar. Variar. Guiar y ser guiado.</p>
--	---

Nos encontramos frente a un grupo que tuvo una total alineación con la propuesta sonoro – musical.

El setting y la improvisación se convirtieron en elementos propiciadores de la comunicación y del fortalecimiento vincular del grupo, aspecto que hizo las verbalizaciones más fluidas, claras y directas.

El perfil de congruencia se manifestó en varios factores, destacando la aparición de la Herramienta, en el momento que los usuarios pudieron reconocer sus capacidades y limitaciones, guiados por la voluntad de contribuir al clima laboral, generando estabilidad e identidad con el proyecto educativo.

Aspectos transferenciales y contratransferenciales.

El grupo siempre se mostró cordial hacia mi persona y muy respetuoso hacia mi rol; en todo momento ofreció su ayuda, desde preparar el espacio físico hasta ayudar a empacar el setting. También se dieron instancias para conversar y compartir otros aspectos de la vida cuando me invitaban a pasar un momento de descanso en la sala de profesores.

Se apreció en todo momento una escucha atenta, tanto de las consignas que di, como también de la música que en varias oportunidades interpreté.

Por mi parte, sentí a un grupo comprometido y colaborador, abierto a las experiencias y con una excelente disposición para vivirlas.

Hubo algunos lazos especiales que destacar, como por ejemplo con Jonás, que en todo momento se mostró servicial y humilde, así como también con Verónica, quien siempre manifestó una sincera gratitud por mi trabajo y el beneficio personal que éste le aportó.

En las encuestas realizadas, el grupo expresó insistentemente la complementariedad de los musicoterapeutas, quienes generaron un espacio de contención muy seguro para poder acoger el proceso que iba viviendo cada persona en el grupo.

El complemento de la dupla terapeuta – co-terapeuta fue clave para el éxito en las sesiones, ya que cada uno pudo aportar desde su especialidad, desenvolverse en sus fortalezas y enfrentar las debilidades. Liliana se encargó la mayoría de las veces, de guiar los inventarios corporales y las dinámicas grupales, además de las verbalizaciones y los reflejos a los usuarios. Gracias a su manejo grupal, a su vasta experiencia en el trabajo con personas y a su creciente interés en la psicología humana y social (que la llevó a investigar profundamente en el tema), las consignas siempre fueron claras e invitaban a participar con compromiso y dedicación. Yo por mi parte, me encargué la mayoría de las veces, de los aspectos netamente musicales; de la improvisación de música incidental e interpretación de algunas piezas para guitarra mientras se hacían los ejercicios de eutonía y en la dirección de las consignas instrumentales a la hora de improvisar.

Ser musicoterapeuta fue una experiencia desafiante, que puso a prueba mis capacidades para comunicar, relacionarme con personas, escuchar y contener, además de transmitir mi incondicional devoción por el lenguaje que esta actividad utiliza; la música.

Tales características se manifestaron como mis principales fortalezas, ya que me hicieron sentir totalmente capaz de ejercer el rol.

Como debilidades a trabajar, debo mencionar mi tarea pendiente de profundizar los aspectos corporales, no entendiéndolos desde la teoría sino que vivenciándolos.

CONCLUSIONES

Mi acercamiento a la musicoterapia se originó por la curiosidad de la música misma, de cómo era capaz de actuar en terapia e incidir en la vida de las personas.

Muchas veces, mientras cursaba el postítulo, me cuestioné sobre el rol del musicoterapeuta; el cómo utiliza la música, cuáles son los conocimientos psicológicos que debe dominar, cómo se aplican concretamente los métodos o modelos en cada caso, cómo actúa la música en determinados pacientes... en fin, cómo aterrizaba en la realidad todo lo vivido como estudiante.

Creo que no hay otra forma de aclarar tales interrogantes más que poniendo en práctica la actividad misma.

La primera instancia fue el encuentro con la paciente individual que proporcionó MCS Consultores, la psicóloga Nelly Huerta. Si bien fue un proceso exitoso, en donde la conclusión fue muy beneficiosa para la paciente, significó para mí un fuerte cuestionamiento del ejercicio mismo. No me sentí del todo cómodo, principalmente porque el encuadre clínico no me permitía desplegar el uso de herramientas musicales propiamente tales, sino que debía encontrarme con cada análisis post sesión luego de revisar las grabaciones y completar los protocolos. El usar la mayoría de mi tiempo en analizar “cómo tocó la paciente determinado instrumento” o analizar cada improvisación con los seis perfiles planteados en el APM, es algo que reiteradas veces significó un rechazo en mí, porque el trabajo se daba mucho en esa instancia, en el ‘escritorio’ y poco en la práctica misma. Llegue a plantearme incluso; “esto de los pacientes individuales, no es lo mío”.

Posteriormente, al iniciarse el proceso de práctica grupal, y con estas interrogantes aún circundando, pude encontrar un respiro, gracias a la fluida complementación con mi compañera de práctica Liliana Zabala, quien aportó enormemente con sus conocimientos y gran calidad humana.

Por otra parte, su quehacer periodístico fue de gran utilidad para establecer los contactos que nos introdujeron a trabajar con la musicoterapia organizacional.

Fue en este escenario donde volví a sentirme involucrado, donde me reencanté con el quehacer mismo, porque sucedían cosas importantes en el espacio práctico y no tanto en el análisis post sesión, como en el caso de la terapia individual.

Al observar y reflexionar todas estas vivencias, he llegado a la conclusión de que mi desarrollo como musicoterapeuta debe enfocarse al trabajo con grupos, y en cohesión con terapeutas que complementen mi debilidad; el análisis de los aspectos referentes a la psicología y la traducción de conductas a protocolos, para así encargarme de lo que más me motiva, que es la música en la terapia.

Sé que tengo muchas fortalezas en lo que a manejo de grupos se refiere, sin ir más lejos, mi profesión se trata de eso, y por lo mismo, pude sobrellevar todas las interrogantes que surgían imprevistamente. Pero son muy diferentes las relaciones humanas con alumnos y compañeros de trabajo que con un paciente o grupo de pacientes.

La relación con los usuarios fue siempre muy profesional; cercana y amena, tomando distancias cuando las situaciones lo ameritaban. Recibí críticas muy constructivas, que reafirmaron mi postura; me motiva mucho trabajar con grupos y con actividades que involucren la interacción con personas, pero interviniendo siempre desde la música, derivando ciertas dinámicas a un posible terapeuta o co-terapeuta.

Por eso comparto absolutamente lo que Schapira plantea respecto al rol de la música en el APM, “La música es el lenguaje principal, y todo otro lenguaje – verbal o no verbal – es auxiliar y coadyuvante del mismo”.

BIBLIOGRAFÍA

ALVIN, Juliette. Musicoterapia. 1ª edición. Buenos Aires, Edit Paidos, 1997.

BENZON, Rolando, HEMSY DE GAINZA Violeta, WAGNER Gabriela. La nueva musicoterapia. 2008.

BRUSCIA, Keneth E. Compendio de Musicoterapia. Edit Agruparte, 1999.

CAPPONI, Ricardo. Psicopatología y semiología psiquiátrica. 3ª edición. Santiago, Edit. Universitaria, 1995.

DAVIS, William B., GFELLER, Kate E., THAUT, Michael H. Introducción a la musicoterapia. Teoría y práctica. 1ª edición. Barcelona, Edit. Boileau, 2000.

HEMSY DE GAINZA Violeta, KESSELMAN, Susana. Música y eutonía. El cuerpo en estado de arte. 1ª edición. Buenos Aires, Edit. Lumen, 2003.

MORIANA E, J. Antonio, HERRUZO C. Estrés y burnout en profesores. Universidad de Córdoba, España. Febrero 2004.

MUSICOTERAPIA, Abordaje Plurimodal por Diego Schapira "et al". 1ª edición. Argentina, 2007.

RUUD, Even. Los caminos de la musicoterapia. Buenos Aires, Edit. Bonum, 1990.

TRASTORNOS de personalidad por Edgardo Thumala Piñeiro "et al". 1ª edición. Santiago, Soc. Chilena de Salud mental, 2003.

Investigación Cecilia Carrasco Oñate, Cartilla Estrés Laboral, Dirección del Trabajo Gobierno de Chile, 2001.

ANEXO 1.

Encuesta realizadas a los usuarios.

Estimado usuario.

La presente encuesta es necesaria para la evaluación final de los coordinadores del proceso musicoterapéutico vivido por usted. Rogamos responderla brevemente de la manera más objetiva posible.

Muchas gracias.

PREGUNTAS DE CIERRE

1. ¿Cuál fue el aporte que tuvo este proceso, tanto en lo personal, profesional y en lo grupal?
2. ¿Faltó algún aspecto para trabajar durante el desarrollo de las sesiones?
3. Nombre algunas experiencias significativas. ¿Por qué lo fueron?
4. ¿Recomendaría este curso a otros docentes? Si es afirmativo, ¿por qué?
5. ¿Haría alguna sugerencia para mejorar la dinámica o forma de trabajo de estas instancias?
6. Evalúe a los dos coordinadores de este proceso, brevemente, recalcando fortalezas y sugerencias para el perfeccionamiento.

PREGUNTAS	EMERGENTES
1	<ul style="list-style-type: none">- expresar y reconocer emociones- conocer más a mis compañeros- cohesionar el equipo de trabajo- tener un espacio de conversación y relajación- conocerme a mí mismo- descubrirme junto a los otros- reafirmar mi vocación- adquirir mayor seguridad en diferentes ámbitos de la vida- despertar la conciencia corporal- aprender técnicas para aplicar con los estudiantes- bajar niveles de ansiedad- adquirir nuevas técnicas de trabajos y resolución de conflictos grupales- reconocimiento del otro con fortalezas y debilidades- tener un espacio de tranquilidad- aprender a observar y conectarme con las emociones de los demás- adquirir empatía con compañeros de trabajo y alumnos

	<ul style="list-style-type: none"> - aprender a ubicar y distinguir zonas de tensión en mi cuerpo - conectarme con mis partes oscuras y verlas - metodología utilizada; grata y adecuada - dinámica muy bien programada y coordinada
2	<ul style="list-style-type: none"> - faltó que cantáramos más en grupo - escuchar más diversidad de música; docta, étnica, salsa, cumbia, etc. - más terapias de masaje - activación de energía al inicio de cada sesión - más acción por parte de los asistentes - acortar el tiempo de conexión con el cuerpo, para ponerlo a trabajar - más música por parte de los usuarios para poder canalizar - horarios
3	<ul style="list-style-type: none"> - evaluar que las penas se asumen y que la vida continúa - sesión sobre el rumor; permitió ponerse en el lugar de la víctima - la sesión de síntesis (la última) - experiencia masaje en pareja con pelotas de tenis - la mayoría de las sesiones; permitió formar lazos - regalo de música grupal (baño sonoro) - trabajo con arcilla escuchando la canción que me identifica; cerrar un ciclo - improvisación - representarnos a través de un instrumento - dar otro sentido a la música; no es necesario saber para canalizar emociones - recordar experiencias de la infancia
4	<p>Sí, porque:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mejora las relaciones del equipo - ayuda a reconocer fortalezas y debilidades del grupo - mejora la empatía - a través de los ejercicios se pueden reconocer las potencialidades de cada individuo - reconocer emociones que no surgen en el día a día - brinda relajación y actividades para los alumnos - permitió adquirir conciencia de quién soy, qué hago y dónde estoy - ayuda, encuentra y une las visiones, y nos hace caminar el mismo sendero - permite hacer una pausa - permite trabajar la comprensión, la escucha y el compartir
5	<ul style="list-style-type: none"> - acotar los tiempos y remitirse a los horarios de salida del colegio - sesiones más dinámicas y no tan lentas - un lugar físico más apropiado - variar la imagería - que las sesiones sean más continuas en el tiempo - dar las primeras sesiones para canalizar la vergüenza y la distracción - entregar un programa al comienzo
6	<p>Generales:</p> <ul style="list-style-type: none"> - se complementan muy bien cada uno en su rol - se notaba el compromiso y juego de roles entre ellos - personas afables, sinceras y capaces de ayudar a grupos de personas en sus relaciones. Tocaron temas difíciles y nos ayudaron a avanzar - personas muy competentes en su trabajo - se complementaban y favorecían al clima de trabajo - siempre tuvieron el material listo para cada sesión - felicitaciones; la música y el manejo de grupo

	Específicas:	
	Daniel	Liliana
	<ul style="list-style-type: none"> - realiza intervenciones asertivas - realizar más intervenciones - personalidad acogedora y confiable - tener mayor dirección en las actividades - excelente musicalización - más seguridad en la ejecución - más protagonismo en la dirección de las terapias - buen músico; transmite paz y tranquilidad - dirigir las dinámicas con más seguridad - extrañé su voz en algunas sesiones 	<ul style="list-style-type: none"> - tono de voz agradable - conocimiento del tema - promover la participación voluntaria y no forzar - claridad en las actividades - buena guía - orientar con más fluidez la vergüenza y la distracción - buen manejo de equipo - excelente relatora, voz envolvente y tranquilizadora - mejorar el tiempo de la introducción - buena capacidad empática y de síntesis

ANEXO 2.

Visita del musicoterapeuta brasileño André Pereira Lindenberg.

A través de la fundación Conchalí, pudimos gestionar la visita del musicoterapeuta brasileño André Pereira, quien a través de su proyecto 'Instauraciones Plásticas Sonoras', ha acercado las artes a muchos sectores desposeídos de su país, principalmente en las reconocidas favelas.

Llevamos a André a mostrar su propuesta en diferentes realidades sociales de Santiago. Trabajó con niños postrados, escolares de distintas clases sociales, jóvenes, adultos y adultos mayores, abarcando un número de 650 personas en 5 días.

El trabajo de este destacado músico une la danza, instrumentos creados por él en base a material reciclado, la música y la psicología, en combinación con sus habilidades como musicoterapeuta, que le permiten lograr una empatía muy especial frente grupos humanos diversos. Su metodología, una puesta en escena a través del sonido corporal y de la interpretación de sus propios instrumentos, logrando que cada persona pueda contactarse con lo mejor de sí mismo y del grupo en el que participa. Todo sucede a través del lenguaje no verbal, y la comunicación se basa sólo en los sonidos y los gestos.

Su trabajo como musicoterapeuta le ha valido el reconocimiento de su país, obteniendo el Premio Nacional de Arte Miriam Muniz, el Premio FUNARTE Artes Escénicas de Rua y el Premio Revista Dolce.



Entre los beneficiarios del trabajo de André, encontramos a los niños postrados del Hogar de la Paz de las Hermanas de la Caridad, en la Comuna de Estación Central, los niños y jóvenes de los Colegios Pucalán, la Escuela de niños en Riesgo Social Albert Schweitzer en Puente Alto, los niños y familias del COSAM de Huechuraba, la Comunidad de Jóvenes de Fondacio, artistas, psicólogos y músicos en el Taller y Conferencia dado por André en la Posada de Santa Beatriz, el grupo de adultos mayores (Red Social de la Pincoya), y el grupo discapacitados Programa Hortiterapia Fondacio.

Por último, André entregó una experiencia de capacitación a los empleados de Fondacio del centro Los Almendros.

Las palabras de Cecilia Severino, psicóloga infantil del COSAM (Centro de Salud Mental) de Huechuraba, fueron: *“los niños y familias estuvieron felices frente a una experiencia a la que nunca tendrían acceso, un niño especialmente que venía con tratamiento por síndrome de asperger, al término de la presentación, estaba lleno de alegría y muy despierto para comunicarse”*

ANEXO 3.

Proyecto SENCE.

Un logro significativo fue la creación de un proyecto de musicoterapia aplicada al ámbito organizacional, respaldado por la empresa MCS Consultores.

Dicho trabajo fue aprobado como SENCE por el gobierno.