



Psicología de La Musica

Y EMOCION MUSICAL.

QUE HAY DETRÁS DE LA CLASE DE CANTO?

Natacha Barros | 11/04/2022

Introduccion

Para comprender la fuerza emocional que la musica ejerce sobre las personas, más allá de la edad, hablemos de la disciplina que se ocupa de esta area: La Psicología de la Música.

Algo que la mayoría de las veces no incluimos a la hora de tomar la decisión de abordar el aprendizaje de cualquier instrumento, incluso La Voz.

La Psicología: Ciencia que se ocupa del estudio de la conducta humana, que al ser tan amplia y diversa, deriva en sus especialidades centrandó el objeto de estudio en campos tan heterogéneos como la Psicología Social, Psicología de la Educación, de Masas, Clínica, Experimental, Psicobiología, por citar algunas de las más relevantes y de las que quizá hemos oído hablar o mencionar.

La Psicología de la Musica es una de las especialidades de la Psicología iniciada a principios de siglo XX.

Algunos campos de investigación no excluyentes entre sí son:

- a) Bases Psicobiológicas y psicofisiológicas que consideran el efecto beneficioso de la musica en una gran variedad de manifestaciones de la personalidad, la conducta y diversos trastornos.
- b) Planteamientos Sociales más globales tendientes al estudio de condicionantes sociales, gusto musical, influencia de la musica, sentimiento musical, etc.
- c) Teorías Cognitivas y del Desarrollo Musical.
- d) Medición de los elementos de la Musica, orientación psicométrica.
- e) Estudio del Aprendizaje y la Conducta Musical basado en estrategias, principios y técnicas de refuerzos y recompensas.

Las nombro porque es interesante no desestimar los aportes de cada una de ellas, y profundizar nuestro conocimiento acerca del Universo de la Musica en el que nos estamos involucrando o al que le estamos permitiendo el acceso, como más les guste.

Del estudio del comportamiento musical se deriva el saber que como individuos comprendemos una dimensión biológica, una psico-emocional y nuestra inserción en el entorno social.

Por lo tanto, así como con La Voz, somos una totalidad cuerpo, mente, emoción y espíritu y nuestra relación con la naturaleza y el medio social, y veremos cómo influencia la musica en estas, nuestras dimensiones.

BASES PSICOFISIOLOGICAS Y PSICOBIOLOGICAS

Nuestro Cerebro es el organo que analiza la Percepcion. Es esta percepcion del mundo exterior la que posibilita nuestra adaptaciòn.

Lo que vemos u oimos, es una imagen visual o aural (auditiva) que depende de la habilidad de nuestro cerebro para procesar una cierta cantidad de informacion. La musica es sonido, el sonido vibracion, la vibracion es energia que se trasmite en forma de ondas que llegan a nuestro oido y de èl a nuestro cerebro. Estas ondas pueden ser de diferente naturaleza y susceptibles a la consideraciòn de cada uno, desagradables, agradables, tranquilizadoras, etc.

La audiciòn o la acciòn de oir, està comprobado que es el màs cualificado de los estímulos sensoriales, quedando por encima del gusto, olfato, tacto incluso la vista. De ahí la actividad sensorial de la musica tiene distintas ubicaciones dentro de nuestro cerebro. El aspecto ritmico tiende a la accion y el movimiento. La melodia afecta a la vida emocional y afectiva. La armonia representa el mayor nivel de representaciones intelectuales y precisa una actividad psiquica y mental màs evolucionada y estructurada.

El cerebro actua con un **TODO** aunque determinadas funciones se encuentren alojadas en àreas cerebrales o en hemisferios concretos.

Hemos de enterarnos que

HEMISFERIO IZQUIERDO nos aporta

Preponderancia Ritmica. Elaboracion de Secuencias. Mecanismos de ejecucion musical. Pronunciacion de palabras para el canto. Representaciones Verbales.

HEMISFERIO DERECHO nos aporta

Emision melodica no verbal (intervalos, intensidad, duracion, etc). Discriminacion del Timbre. Funcion espacial. Intuicion e imaginacion Musical.

Entonces la Inteligencia Musical se manifiesta a través de tres formas de conducta: Audiciòn, Ejecuciòn o Interpretacion y la Composicion.

Cuando cantamos la articulacion de las palabras constituye una elaboracion de secuencias y representaciones verbales localizadas en el Hemisferio Izquierdo. Simultaneamente, requiere entonacion melodica y ese aporte emocional se encuentra en la Hemisferio Derecho. Es la interaccion de ambos hemisferios la que posibilita la interpretacion musical. La musica permite un equilibrio dinamico entre las capacidades de nuestros hemisferios, dando lugar a un aprendizaje equilibrado y adaptado tanto al medio como a las propias capacidades individuales. Contribuye a desarrollar la percepcion sonora, estados de animo, conductas cognitivas, perceptivo-motrices, etc.

La actividad musical se sintetiza en una funcion tanto receptiva como ejecutiva del cerebro. Por tanto, sin un Sistema Referencial no aprendemos. Que quiere decir esto? Que nosotros somos los interpretes de los estímulos que nos llegan del medio, partiendo de que ese Sistema Referencial nos es dado geneticamente como un potencial y hemos

de desarrollarlo. A nivel individual, existe un cerebro distinto e irrepetible en cada uno de nosotros, que recoge en su estructura y funcionalidad toda la historia personal, biográfica, genética, biológica, cultural y social, que lo ha moldeado y desarrollado diferenciándolo del resto.

Cuando cantamos o interpretamos una obra musical, tocamos o improvisamos usando algún instrumento, componemos, escuchamos, en definitiva, cuando pensamos en relación al sonido, nuestra red de neuronas se amplía con una serie de conexiones únicas y propias de cada uno, como huellas dactilares.

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y CONDUCTA MUSICAL

Sabemos que la música estimula los centros cerebrales que mueven las emociones, siguiendo un camino de interiorización que nos puede impulsar a manifestar nuestra pulsión, nuestro sentimiento musical. Estamos considerándonos en nuestra TOTALIDAD, como cuerpo, mente, emoción y espíritu. Insertos en un medio natural, rodeados de otros seres y personas sobre los que influimos y, a su vez, somos influenciados.

Desde esta perspectiva, la música nos ayuda en nuestro desarrollo psíquico y emocional, proporcionándonos el equilibrio necesario para alcanzar un nivel adecuado de bienestar y felicidad. La música considerada como arte, ciencia y lenguaje universal, es un medio de expresión sin límites que llega a lo más íntimo de cada persona. Escuchar y hacer música desarrolla la sensibilidad, la creatividad y la capacidad de abstracción o análisis.

Con esto les quiero decir que no solo cumple una función estrictamente educativa cuando hablamos de aprendizajes musicales, sino que a la vez estamos promoviendo otros fines. Nos propicia a descubrir nuestro PROPIO MUNDO INTERIOR, la COMUNICACIÓN CON EL O LOS OTROS, y la captación y apreciación del mundo que nos rodea.

¿Cómo se relaciona todo esto con la INTELIGENCIA EMOCIONAL y que es en definitiva? Cuando hablamos de INTELIGENCIA EMOCIONAL, hablamos del conjunto de habilidades como el control de los impulsos, el entusiasmo, la perseverancia, la capacidad de motivarse a uno mismo, la empatía, la agilidad mental, etc. Es una manera de actuar en y con el mundo que tiene en cuenta los sentimientos. Esta inteligencia desarrolla y configura rasgos de carácter como la AUTODISCIPLINA, la COMPASION y el ALTRUISMO entre otros, llegando a sacar el mejor rendimiento al potencial intelectual y personal de cada uno.

La música, ya sea mediante el comportamiento de interpretación, escucha o de composición, nos conduce a una re armonización del estado de ánimo y de los sentimientos. Solo basta con observar que al escuchar cierta música podemos alcanzar un estado de relajación, donde el estado de ansiedad y la frecuencia respiratoria descienden.

Al desarrollar la conducta musical de escucha, educamos la mente, forjamos hábitos de atención y respeto, al tiempo que agudizamos nuestra capacidad de concentración.

LA VOZ

La voz puede manifestarse hablada o cantada. Es evidente que el tono hablado pone de manifiesto los estados afectivos y emocionales.

La voz es el instrumento musical más antiguo, perfecto y asequible del que disponemos. Es el medio de expresión que más rápidamente se altera y en ocasiones hasta puede anularse debido a la emoción. El tono y el volumen de nuestra voz delata el momento en que nos encontramos y el tipo de persona que somos.

El canto es uno de los medios de expresión más completo y máximo de la actividad musical, que lleva al ser humano a descubrir la imagen del propio cuerpo. La melodía cantada posee una fuerza propulsiva que despierta nuestra actividad motriz y emocional, propiciando sentimientos de gran diversidad. Es un lenguaje emotivo y afectivo, fuente de alegría, serenidad y un sinfín de sentimientos que producen satisfacción y autorrealización.

BIENVENIDOS A LAS CLASES DE CANTO !