



**COMILLAS**  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

# “LA MÚSICA COMO ELEMENTO DE MEJORA DE LA EDUCACIÓN EMOCIONAL”

Autora: **Belén García de Yébenes Guinea**

Director: **Joseph Trywell Siankope Ngwenya**

Curso 2022/2023

Trabajo de Fin de Grado de Educación Primaria

Doble Grado de Educación Primaria + Infantil

Revisión Bibliográfica

## Contenido

1. Resumen .....	2
2. Abstract .....	3
3. Justificación: .....	4
4. Objetivos.....	7
5. Método.....	8
6. Marco teórico .....	9
a. La inteligencia emocional .....	9
b. Educación musical .....	12
7. Inteligencia emocional en el aula: Educación Emocional .....	17
a. Desde la ley.....	17
b. Cómo llevarla al aula .....	19
8. Beneficios de la música .....	23
a. En la infancia.....	23
b. Para la inteligencia emocional.....	25
9. Musicoterapia .....	27
10. Conclusiones .....	29
11. Referencias Bibliográficas: .....	32
12. ANEXOS.....	35

## 1. Resumen

Este trabajo de fin de grado consiste en una revisión bibliográfica sobre la educación emocional y la educación musical. Por un lado, se ha plasmado, a través de fuentes fiables, la necesidad de que los alumnos de educación primaria reciban una óptima educación emocional. Por otro lado, hemos tratado la necesidad de una buena educación musical en la escuela. Siendo la música un elemento clave para el desarrollo integral de los alumnos en la infancia y la adolescencia. Cuando hablamos de desarrollo integral nos referimos a un progreso en todas las áreas de desarrollo, entre las que encontramos el desarrollo social y emocional.

Gracias a la educación musical el alumno adquiere habilidades entre las que destacamos la resolución de problemas, la escucha activa, la expresión de los sentimientos y la empatía hacia los sentimientos ajenos. Claro está que en la educación musical encontramos mucho otros beneficios como puede ser la mejora de la capacidad memorística, aumento de la capacidad de concentración y muchas otras que forman parte de este desarrollo integral del que hablábamos.

Cada vez nos encontramos más casos de estrés, ansiedad o algún tipo de trastorno mental, en edades tempranas. Niños de 9 años con ataques de ansiedad, con incapacidad para entender lo que el cuerpo les pide. Con limitaciones a la hora de entender sus propios sentimientos y por ende los de la gente que les rodea.

Lo que se plantea en este trabajo de fin de grado, tras una profunda investigación de ambas áreas; educación emocional y educación musical. Es la posibilidad de mejorar la educación emocional en los colegios a través de una herramienta rica en recursos: La Música.

**Palabras Clave:** educación emocional, educación musical, inteligencia emocional, sentimientos y desarrollo integral

## 2. Abstract

This final degree project consists of a literature review on emotional education and music education. It is shown, through reliable sources, the need for primary school pupils to receive an optimal emotional education. On the other hand, we have dealt with how important it is a satisfactory music education in schools. Music is a key element for the integral development of pupils in childhood and teenagehood. When we talk about the child's holistic development, we are referring to progress in all areas of development, including social and emotional development.

Thanks to music education, pupils acquire skills such as problem solving, active listening, expression of feelings and empathy for the feelings of others. Of course, in music education we find many other benefits such as improving memory skills, increasing the ability to concentrate and many others that are part of this integral development we were talking about.

We find more and more cases of stress, anxiety or some kind of mental disorder at an early age. Children as young as 9 years old with anxiety attacks, with an inability to understand what the body is asking of them. With limitations when it comes to understanding their own feelings and therefore those of the people around them.

What is proposed in this final degree project, after an investigation of both areas, emotional education and music education, it is the possibility of improving emotional education in schools through a tool rich in resources: Music.

**Key words:** emotional education, musical education, emotional intelligence, feelings and holistic development.

### 3. Justificación:

Leslie Greenberg nos habla de la educación emocional y como hay una clara falta de ésta en la sociedad. Durante toda la historia se han dado lecciones sobre las emociones contradictorias. Por un lado, te enseñan a ocultar las emociones, en cierto modo reprimirlas y por otro lado a poner las emociones por encima de todo lo demás. Pero realmente no es ni una cosa ni la otra (Greenberg, 2000). El ser humano es un ser altamente emocional y de nada sirve reprimir la emoción ni dejar que te domine.

Daniel Goleman fue el primero en hablar de inteligencia emocional. Para poder ser emocionalmente competentes, debemos conocer y comprender tanto las propias emociones como las de los demás. Así como aprender a gestionarlas, desarrollando una serie de recursos que nos ayudaran a entender mejor nuestras acciones y las de los demás. El investigador Daniel Goleman, estableció cinco elementos que forman parte de la inteligencia emocional: autoconocimiento, autorregulación, automotivación, empatía y habilidades sociales (Goleman, 1995). Todos estos elementos si los analizamos uno a uno, nos damos cuenta de la importancia que tienen en el día a día del ser humano y cuan imprescindibles son para poder ser exitosos en la vida.

Para poder hablar de inteligencia emocional a través de la música, debemos entender cómo la música actúa en el ser humano. La música es un arte. No todo el mundo es capaz de componer obras de arte. Sin embargo, todo el que tiene el sentido del oído es capaz de generar emociones cuando escucha música. La pedagoga y compositora Eva Gancedo, habla sobre como la música ayuda al desarrollo de las inteligencias múltiples. Los beneficios de la música son innumerables, entre ellos encontramos una mejora en la inteligencia emocional. Siendo ésta una de las inteligencias múltiples de las que habla Gancedo (Gancedo, 2018).

Gancedo nos habla de cómo gracias a la música el ser humano es capaz de reconocer las emociones ajenas y las propias emociones. Ajenas como pueden ser las del artista y propias aquellas que despiertan en ti la pieza que se esté escuchando. Múltiples investigaciones recalcan los beneficios de la música en

muchos aspectos, como puede ser el aprendizaje de idiomas, o el desarrollo de la competencia de autonomía en los niños (Iturbe, 2010).

El concepto de inteligencia emocional es imprescindible en el ámbito de la psicología y los numerosos estudios que hay sobre ello nos lo confirman. Gracias a los estudios sabemos de su importancia de trabajarlo desde que el ser humano es un niño. Sin embargo, hasta hace unos años en la educación, no se hablaba de dicho concepto y mucho menos se trabajaba en el aula.

Cada vez son más las personas diagnosticadas con un trastorno emocional. Oímos hablar de ansiedad en adultos, jóvenes y niños. El aumento de casos se debe principalmente a la falta de inteligencia emocional, la incapacidad para entenderse a sí mismos y la falta de gestión de las propias emociones. Por ello, la educación emocional hay que trabajarla en las aulas de los colegios desde la etapa de infantil hasta Bachillerato. La educación emocional cuenta con un maravilloso poder y es el de su transversalidad. Esta es una de las grandes oportunidades que nos ofrece, pudiendo obtener un gran beneficio al trabajar por ejemplo en el área artística (música y artes). La música es una herramienta con una riqueza indescriptible para trabajar la inteligencia emocional.

Encontramos muchos estudios sobre los beneficios que ha tenido la musicoterapia en las terapias. Serafina Poch, habla de la musicoterapia como la terapia a través de la música. Poch en el año 2001 en un artículo para una revista interuniversitaria de formación del profesorado decía así:

La musicoterapia puede definirse como «la aplicación científica del arte de la música y la danza con finalidad terapéutica para prevenir, restaurar y acrecentar la salud tanto física, mental y psíquica del ser humano, a través de la acción del musicoterapeuta. (p.93).

Desde mi punto de vista, si tanto éxito tiene la musicoterapia a nivel sanitario, por qué no iba a tenerlo a nivel educacional. Podría incluso evitar que algunos pacientes tuvieran que llegar a la terapia sanitaria, dado que el paciente habría sabido gestionar su mente. Sin embargo, por qué no nos encontramos con sesiones de terapia musical en las aulas, da que pensar la poca investigación que hay sobre ello. ¿Están los profesores formados para ello? ¿Son los profesores inteligente emocionalmente? Una persona emocionalmente inestable no puede enseñar a

nadie sobre como serlo. Para poder educar en las emociones, primero debemos estar educados nosotros.

#### 4. Objetivos

Hoy en día, la Inteligencia Emocional y todo lo que esta conlleva, está en boca de la sociedad. El incremento de los trastornos mentales, como la ansiedad o el estrés son temas de constante preocupación. Por ende, se considera importante recibir e impartir una buena educación emocional.

Asimismo, tenemos en la Música, la Educación musical en la escuela. Este área que durante años se ha tachado de innecesario y que sin embargo ésta declaración está a millas de la realidad.

Los principales objetivos de este trabajo son:

- Exponer la necesidad de una buena Educación Emocional.
- Argumentar los beneficios que la Educación Emocional tiene en nuestras vidas
- Señalar la importancia de la Educación Emocional en la etapa obligatoria
- Manifiestar la importancia de la Educación Musical en la etapa obligatoria
- Revelar los beneficios de la Educación Musical a nivel social y personal.
- Explorar la posibilidad de que la Música en el aula pueda mejorar la Educación Emocional. Siendo la música un recurso valioso y beneficioso para una mejora de la Inteligencia Emocional. (Motivo principal que me impulsa a desarrollar este trabajo).



## 5. Método

Este proyecto se trata de una revisión bibliográfica sobre como la música puede servir de ayuda para una mejora de la educación emocional. Por ello primero he realizado una recopilación de información sobre todo lo que conlleva la educación emocional. Analizando los diferentes conceptos que encontramos dentro de ella. La bibliografía utilizada en este primer apartado va desde obras escritas por los principales precursores de la inteligencia emocional, hasta investigaciones realizadas por otros estudiantes ya sean de grado o de máster, así como tesis doctorales sobre el tema.

El segundo apartado que analizo en este trabajo es la educación musical. Para esta investigación he utilizado diferentes tipos de fuentes. Desde revistas universitarias, entrevistas a compositores y pedagogos, u obras como es por ejemplo Música y Musicoterapia (Vaillancourt, 2009).

Para recopilar la información he recurrido a diferentes plataformas. Gracias al repositorio de la biblioteca de la Universidad Pontificia Comillas, he tenido acceso a trabajos realizados por compañeros de mi universidad que me ha servido de gran ayuda y orientado en la investigación a realizar. Por otro lado, también de la misma Biblioteca, he tenido acceso a múltiples obras impresas, que me han servido para argumentar la base de mi trabajo. Siguiendo el curso de mi investigación he tenido acceso a la plataforma Dialnet, de donde he obtenido un gran número de investigaciones, tesis y artículos de revistas tanto universitarias como de investigación. Hablando de revistas, he tenido acceso a la plataforma de la revista Padres y Maestros, de la que he obtenido información muy valiosa. Gracias a información encontrada en Google Académico y la plataforma YouTube he podido completar mis investigaciones y poder así realizar el trabajo que se puede encontrar a continuación.

## 6. Marco teórico

### a. La inteligencia emocional

Para poder explicar este término en profundidad debemos mencionar a Daniel Goleman, como profundizador y precursor de este término. Goleman en su obra "Inteligencia Emocional", define la inteligencia emocional como el vínculo entre los sentimientos, carácter e impulsos morales del ser humano. Para poder entender mejor este término el autor rescata una serie de habilidades que se requieren para ser inteligentes emocionalmente. Estas son:

- Autocontrol: es la habilidad de las personas de mantener en equilibrio sus emociones, pensamientos y comportamientos. También lo podemos describir como la capacidad de regular la conducta y todo lo que influye en ella.
- Entusiasmo: es una emoción positiva con cierto poder a la hora de motivar a las personas para que consigan alcanzar objetivos.
- Perseverancia: implica resiliencia. Es una cualidad que te impulsa a mantener el esfuerzo, es una actitud que empuja a la persona a sacar lo mejor de sí.
- Automotivación: se trata de la habilidad de automotivarse. Está asociada a una actitud positiva, así como a la capacidad de superar obstáculos que interfieren en el transcurso de las acciones.

Muchas veces el ser humano tiende a pensar que este tipo de habilidades son innatas, o que se nace con ellas o no se tienen. Esto está muy lejos de la realidad, Goleman declara que sin importar el Coeficiente Intelectual de las personas este tipo de capacidades que te hacen más emocionalmente inteligente, pueden ser perfectamente aprendidas y entrenadas (Goleman, 1995).

En la escuela según se avanza en los cursos de Educación Primaria, aumenta el nivel de complejidad, cada año se profundiza más en las materias. Lo mismo debería pasar con la inteligencia emocional, cada año los niños deberían ser más capaces de empatizar, deberían tener más capacidades de resolución de problemas y más gestión emocional.

Hemos visto que Goleman define la Inteligencia Emocional como un vínculo entre sentimientos, por ello vamos a profundizar sobre estos, para poder llegar a entender el término que estamos analizando más claramente.

En el mundo antiguo, el concepto de emoción se entendía a través de la palabra “Pathos”, que se refiere a un estado pasivo, algo que el sujeto padece o sufre. Este término era asociado en el teatro griego a patético. Greenberg menciona algo parecido en su obra, sobre como la sociedad muchas veces te incita a reprimir tus emociones ya que pueden condicionar negativamente tus acciones (Pinedo y Yáñez, 2018). El concepto de emoción se incorporó por primera vez en el siglo XIX de la mano de William James, quien desempeñó un papel fundamental en la difusión y popularización de este término. A pesar de esto, voy a hablar sobre Platón y Aristóteles utilizando la dicción emoción, ya que así lo estamos analizando.

Remontándonos a Platón, nos encontramos con una división de la mente en tres dominios, el afectivo, el apetitivo y el cognitivo. En este último dominio también se centra Hume para definir el concepto de emoción. A pesar del acercamiento que tuvo Platón a las emociones, no fue suficiente para formular una definición, o una forma de entenderlas, por ello damos paso a Aristóteles.

Aristóteles designó la emoción como una afectación del alma que puede estar acompañada tanto de dolor como de placer, los cuales son una señal que indica el valor que tiene para la vida del sujeto el hecho o la situación que ha provocado la emoción. Aristóteles y Platón tienen diferentes puntos de vista respecto a las dimensiones del alma, lo racional y lo irracional. Para Aristóteles, ambas dimensiones forman una unidad y él sostiene que las emociones incluyen elementos racionales como creencias y expectativas. En contraste, Platón tiene una perspectiva alternativa sobre el tema. Siendo la teoría clásica aristotélica la que durante muchos años fue pionera en el estudio filosófico, ya que en esos tiempos aún no había emergido de este área la psicología (Casado y Colomo, 2006).

Teniendo una pequeña idea de lo que se entendía por emociones en el mundo antiguo, vamos a realizar un pequeño salto en el tiempo para posicionarnos por el año 1884. El filósofo y psicólogo estadounidense William James lanza junto a Carl George Lange su teoría de la emoción, a la que llamarán James-Lange, que se puede encontrar en la obra del primero titulada “Los Principios de la Psicología” (1890).

Esta teoría lo que plantea principalmente es que la emoción es provocada a raíz de una respuesta fisiológica ante un estímulo, es decir existe una base física en las

emociones. La visualización de estímulos emocionales desencadena cambios físicos en el cuerpo, lo que contribuye a nuestra experiencia emocional. Estas respuestas emocionales son la forma en que el cuerpo reacciona a eventos potencialmente emocionales en nuestro entorno. Esta teoría sobre las emociones tuvo un gran hito y hoy en día sigue siendo una de las más importantes en este tema.

La teoría anterior es complementada con otra teoría que apareció en el año 1920 de la mano de Cannon Walter Bradford (Teoría Cannon-Brad). Según esta teoría, dos consecuencias excitatorias independientes obtenemos de los estímulos emocionales: siendo estos el sentimiento emocional en el cerebro y la expresión de la emoción en el sistema nervioso. En esta perspectiva, la emoción y su reacción son simultáneas.

Ahora que hemos adquirido una comprensión de los sentimientos por ende de la teoría de la inteligencia emocional de Goleman, procederemos a analizar la teoría de la inteligencia emocional del Dr. Reuven Bar-On.

Reuven Bar-On es un psicólogo, escritor e investigador estadounidense nacido en 1944 especializado en Inteligencia Emocional. Junto a Goleman es considerado uno de los pioneros en este campo. Bar-On definía el concepto de inteligencia emocional como:

La Inteligencia Emocional es la capacidad de entender y encaminar nuestras emociones para que estas trabajen para nosotros y no en contra, lo que nos ayuda a ser más eficaces y a tener éxito en distintas áreas de la vida. (Díaz Escoto, 2014)

El modelo de Bar-On se centra en 5 grandes componentes que posteriormente se subdividen. Pero para poder entender el modelo vamos a centrarnos en los 5 principales:

- ✓ **Componente intrapersonal:** que lo entendemos como la percepción y la expresión de uno mismo.
- ✓ **Componente interpersonal:** en relación con los demás, donde podemos encontrarnos con la empatía.

- ✓ **Componente de adaptabilidad:** contextualizado en la toma de decisiones, la resolución de problemas...
- ✓ **Componente del manejo del estrés,** refiriéndose a la flexibilidad a la hora de gestionar diferentes situaciones complejas y difíciles, intentando mantenerse optimista ante dichas situaciones complejas.
- ✓ **Componente del estado de ánimo:** ser capaz de mantenerse optimista, automotivarse.

La teoría Bar-On junto con la teoría de Goleman nos sirve para poder tener una clara idea del concepto de inteligencia emocional. Gracias a ambas, comprendemos la importancia de ser inteligentes emocionalmente hablando y somos capaces de ver los múltiples beneficios que tiene en nuestra vida. Porque realmente el ser humano es un ser emocional y racional. Ser capaces de combinar ambos está a nuestro alcance con una buena educación emocional desde pequeños.

#### b. Educación musical

Para poder explicar este término, debemos primero analizar lo que se entiende por música. Rescato una afirmación que realiza en diciembre del 2001 José Ignacio Palacios Sanz en la Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado de la Universidad de Zaragoza sobre la música: “La música es posiblemente una de las Bellas Artes más difundidas y con mayor capacidad de comunicación; la forma más antigua de expresión, y una forma de terapia para el compositor, para el intérprete y para el oyente.” (p.20).

Y es que la música es mucho más que un conjunto de notas tocadas por instrumentos. La música es un mundo paralelo, del que se puede disfrutar la existencia o conocer su existencia. Está en manos del oyente disfrutar o no.

Como dice la presidenta de la Asociación de Musicoterapeutas de Quebec, Guylaine Vaillancourt, en su obra Música y Musicoterapia (2009), la música es un lenguaje que sin haberlo estudiado y estando al alcance de todos nos sirve para comunicarnos y expresarnos. Entendemos por música un conjunto de elementos, que son los que despiertan las emociones, invocan imágenes en representación a

recuerdos. Sin música no hay danza, no hay baile, es decir no hay movimiento al compás de la música. Por lo que la música también despierta el movimiento en el ser humano. (Ver Anexo B para saber cuáles son los elementos que forman la música)

Por otro lado, la música es un bloque dentro de la Educación Artística, dado que es un arte. Durante un amplio período de tiempo, el área de la Educación Artística ha sido infravalorada, dando más importancia a las áreas de lengua, ciencias y matemáticas. Los expertos que se dedican a la música en el ámbito educativo conocen los beneficios de esta y luchan por que tenga la importancia que merece.

Para poder entender los beneficios que tiene la música en nuestras vidas y por ende en la de los niños, debemos entender qué es la música un poco más en profundidad.

Investigando sobre esta cuestión han ido apareciendo ante mi términos que me han ayudado a entender lo que realmente es. Principalmente la música es el arte del sonido y este es movimiento y vibración que percibe el ser humano a través del oído o del cuerpo en el caso de una persona con diversidad auditiva. Pero la música es mucho más que sonido como veremos más adelante.

Definir el término música no es fácil, y por eso nos vamos a centrar en este apartado en hacer una pequeña revisión histórica de lo que ha sido la música en la educación, basándome en la investigación realizada por Rodríguez Fernández (2015).

La música y la educación han estado unidos desde las civilizaciones más antiguas, como lo ha estado también la religión. En la Paideia griega, así era como los griegos llamaban a la educación. Se centraban en desarrollar las virtudes de los alumnos. El desarrollo de ciertas virtudes contribuía a la evolución integral del alumnado. Trataban la lectura y la escritura, así como la apreciación hacia la literatura, la música y la filosofía. Dentro de música trataban la danza, el canto, habilidad con la lira y muchos otros instrumentos. Los griegos consideraban fundamental la enseñanza artística para el perfeccionamiento humano.

Avanzando a la época de barroco, comienzan a surgir pedagogos que buscan fomentar aquellas pasiones que muevan el alma. Podemos ver que hasta este

momento, la educación musical tenía valor correspondiente a su valía. Llegó la Ilustración dando esquinazo a la educación de las artes, mientras fomentaban la educación de las áreas científicas. Podemos afirmar que la educación de hoy en día es receptora de algunas de las afirmaciones que se hacían en esta época, dando menos importancia al área artística.

Dando un gran salto en el tiempo, nos ubicamos en la dictadura Franquista en España (1939-1975), la música desapareció por completo del currículo hasta el año 1970 que vuelve a parecer, pero solo para lo que hoy en día es Bachillerato. Con la nueva ley de 1990 la LOGSE, la música vuelve a las aulas. En el año 2013, con la LOMCE, la asignatura de música se queda como una asignatura optativa (anexo a).

Con la nueva ley educativa, la LOMLOE, la asignatura de música ya no es opcional, sin embargo, no es independiente y la encontramos dentro del área de artística.

HORARIO LECTIVO SEMANAL MÍNIMO

ÁREAS	Horas lectivas semanales					
	1º	2º	3º	4º	5º	6º
Ciencias de la Naturaleza	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Ciencias Sociales	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Educación Artística	1,75	1,75	1,75	1,75	1,5	2
Educación Física	2	2	2	2	2	1,75
Educación en Valores Cívicos y Éticos					1,5	
Lengua Castellana y Literatura	4,25	4,25	4,25	4,25	4	4,25
Lengua Extranjera: Inglés	3	3	3	3	3	3
Matemáticas	4	4	4	4	4	4
Religión	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5

**Figura 1:** Horario lectivo semanal mínimo en Educación Primaria. Extraído de DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad.

Los valores de la tabla anterior son divididos entre dos asignaturas que suelen ser plástica visual y música. Comparando estos valores con las otras asignaturas, música y plástica a nivel individual siguen siendo las asignaturas con menos horas lectivas. Como docentes, está en nuestras manos poder llevar la música a otras asignaturas otorgándole el valor que se merece sin necesidad de quitarles valor a las demás áreas.

José Manuel Zapata es un tenor español nacido en Granada en el año 1974. En una conferencia sobre la importancia del canto en la infancia que ofreció en el año 2019, a través del proyecto de BBVA “Aprendemos juntos”. Nos plantea la idea de que la

música nos acompaña desde que nacemos hasta que morimos. Por el cuarto mes de gestación, el feto comienza a vivir con música (con ritmo) gracias a los latidos de su corazón. Desde este momento la música no se separará del individuo, hasta incluso después de la muerte, se sigue velando por el alma de esa persona en ritos funerarios acompañados de música. A lo largo de la vida la música nos acompaña en nuestros cambios, en nuestro crecimiento. No solo crecemos y experimentamos cambios los seres humanos, la música evoluciona de nuestra mano. Hay una expresión que menciona Zapata en esta conferencia:

*“La música es la sal de las emociones”.* (Zapata, 2019)

Lo que yo extraigo de esta expresión, es que no hay manera de entender la música sin las emociones. Esta incomprensión se acerca al ámbito científico, donde música y emociones comparten la misma región del cerebro. Ambas se ubican en el córtex prefrontal, que es responsable de la elaboración y procesamiento de la información cognitiva. Después de conocer este dato, no nos puede extrañar querer trabajar las emociones con la música. Emociones y música van de la mano. Los seres humanos eligen escuchar canciones que acompañen a sus sentimientos.

Al escuchar determinada música, se estimula la producción de distintos neurotransmisores que son los encargados de la transmisión de información entre neuronas. Gracias a estos se obtienen beneficios como: felicidad, relajación o estimulación, aumento de la creatividad y la imaginación, así como una mejora de la concentración y la eficacia en el trabajo (Pérez, 2015).

Andrea Giráldez es una experta de la educación musical y su expresión. Ha recorrido el mundo compartiendo sus conocimientos sobre ello y luchando por que se le de esa importancia de la que hablamos. En una ponencia en República Dominicana en el año 2015, Giráldez afirmaba que el arte moldea las emociones de los seres humanos. Estas son extremadamente importantes ya que se ha demostrado a través de la neurociencia que los humanos no solo aprendemos a través de la cabeza, sino también de las emociones. En esta ponencia sobre la importancia de la educación artística en la escuela, Giráldez (2015) comentaba algunas de las habilidades que se desarrollan gracias a las artes: resiliencia, creatividad, imaginación, empatía, comunicación, trabajo cooperativo, etc.



Otro punto en el que incide Giráldez en esta ponencia es la necesidad de que los propios maestros sean capaces de ver la educación a través de las artes, que no sea una enseñanza sin trasfondo (Giráldez, 2015). Para mí, este es uno de los puntos más importantes a la hora de educar. Queremos enseñar a los niños a ver la vida a través de las artes, que desarrollen habilidades que les van a servir para el día a día, sin embargo, en la gran mayoría de las ocasiones, no mencionan a los docentes, quienes van a tener que enseñar estas disciplinas, y no solo enseñar, sino, educar en ellas. ¿Están los docentes suficientemente formados en las artes, como para ser capaces de educar en ellas?

En el año 1953 tuvo lugar en Bruselas la primera Conferencia Internacional de Educación Musical, convocada por la UNESCO. En esta conferencia principalmente se habló sobre el papel y lugar de la música en la Educación. En esta conferencia se creó la ISME (International Society for Music Education (Sociedad Internacional para la Educación de la Música)). La ISME se centra en fomentar, estimular y proteger el aprendizaje de la música y la educación general a través del uso de la música como herramienta pedagógica. Tanto la ISME como el BOCM (2022), avalan que la educación musical tiene un papel fundamental en la formación integral del niño.

Retomando la cuestión que planteaba anteriormente sobre la formación del profesorado, quiero llamar la atención sobre las numerosas formaciones de la ISME. Ésta ofrece conferencias, seminarios, publicaciones sobre el tema, proyectos especiales. Todos estos recursos podrían facilitar la formación del profesorado en la integración de la música a la educación en general.

## 7. Inteligencia emocional en el aula: Educación Emocional

El 15 de octubre del 2021 UNICEF emitió un informe comunicando los resultados de un estudio que se había realizado a niños entre 10 y 19 años. Este informe es un proyecto cuyo objetivo es mejorar la salud mental de los niños y adolescentes, “En mi mente” así se titula dicho informe. Uno de los más ruidosos es el hecho de que el suicidio ocupe la segunda causa de mortalidad en los jóvenes europeos. Este estudio se realizó para poder mejorar la salud mental de los niños después de una pandemia, creyendo que la principal causa de la pobre salud mental sería el COVID-19. Sin embargo, se dieron cuenta, que la pandemia ocupaba solo la punta de un iceberg que lleva años creciendo sin ser tratada.

En este informe se obtuvieron numerosas conclusiones. Una de ellas y que más nos afecta como país, es el hecho de que España sea el país europeo con mayor frecuencia de trastornos mentales en la población infantil y adolescentes (10 a 19 años). Como país esto, es algo que no solo debe preocuparnos si no empujarnos a realizar cambios en nuestra forma de actuar. Cada ciudadano debe contribuir a que este dato no persista. Como futura maestra, considero que el gremio de la educación tenemos mucho poder en este ámbito.

Uno de los principales mensajes del informe UNICEF (2021) dice así: “En los momentos decisivos del desarrollo del niño, los factores basados en la experiencia y el entorno pueden representar un riesgo para la salud mental o contribuir a protegerla” (p.7).

Un niño de entre 10 y 17 años pasa alrededor de 8 horas diarias en la escuela. Por lo que podemos asegurar que en la escuela tienen lugar esos momentos decisivos. Como he mencionado antes como maestros tenemos un gran poder en la mano, y desde luego debemos hacer uso de ello. Debemos contribuir a proteger la salud mental de nuestros alumnos. ¿Dónde? En nuestras aulas, creando un lugar seguro en el que niño pueda desarrollarse, aprendiendo a tener una salud mental en condiciones.

### a. Desde la ley

Para poder acercarnos de una manera más correcta la educación emocional a las aulas, primero resaltaremos lo que dice el currículo sobre ello. El Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, resalta que en el perfil de salida del alumno están recogidas una serie de competencias. Estas competencias deben ser adquiridas por el alumno al terminar la enseñanza obligatoria. Hablamos de Competencias Claves para referirnos a aquellas realizaciones, aptitudes que se consideran indispensables para que los alumnos tengan éxito en su educación y en el proceso de afrontar retos y problemas globales y locales.

Se habla de 8 Competencias Claves, no todas ellas tratan la educación emocional. Escogemos dos competencias que son las que más se orientan hacia un beneficio de la inteligencia emocional del alumnado.

#### Competencia personal, social y de aprender a aprender (CPSAA)

Descriptor operativo
CPSAA1. Es consciente de las propias emociones, ideas y comportamientos personales y emplea estrategias para gestionarlas en situaciones de tensión o conflicto, adaptándose a los cambios y armonizándolos para alcanzar sus propios objetivos.
CPSAA2. Conoce los riesgos más relevantes y los principales activos para la salud, adopta estilos de vida saludable, y detecta y busca apoyo ante situaciones negativas.
CPSAA3. Reconoce y respeta las emociones y experiencias de los demás, participa activamente en el trabajo en grupo, asume las responsabilidades individuales asignadas y emplea estrategias dirigidas a la consecución de objetivos compartidos.
CPSAA4. Reconoce el valor del esfuerzo y la dedicación personal para la mejora de su aprendizaje y adopta posturas críticas en procesos de reflexión guiados.
CPSAA5. Planea objetivos a corto plazo, utiliza estrategias de aprendizaje autónomo y participa en procesos de autoevaluación y evaluación conjunta, reconociendo sus limitaciones y sabiendo buscar ayuda en el proceso de construcción del conocimiento.

**Figura 2:** Tabla de descriptores operativos de la CPSAA. Extraído de DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad.

Si se lleva a cabo una correcta aplicación de esta competencia al aula, el niño debería acabar la Educación Primaria con aptitudes como: autoconciencia de sí mismo, manejo de las emociones propias y ajenas, resolución de problemas para obtener mejora en el aprendizaje. Y muchas otras destrezas que le permitirán ser más emocionalmente competente.

Por otro lado, nos encontramos con la Competencia en conciencia y expresión cultural (CCEC)

Descriptorios operativos
CCEC1. Reconoce y aprecia los aspectos fundamentales del patrimonio cultural y artístico, comprendiendo las diferencias culturales y la necesidad de respetarlas.
CCEC2. Reconoce especificidades e intencionalidades de las manifestaciones artísticas y culturales más destacadas del patrimonio, y se interesa por ellas, identificando los medios y soportes, así como los lenguajes y elementos técnicos que las caracterizan.
CCEC3. Expresa ideas, opiniones, sentimientos y emociones de forma creativa, empleando distintos lenguajes artísticos y culturales, integrando su propio cuerpo, interactuando con el entorno y desarrollando sus capacidades afectivas.
CCEC4. Experimenta de forma creativa con diferentes medios y soportes, y diversas técnicas plásticas, visuales, audiovisuales, sonoras o corporales, para elaborar propuestas artísticas y culturales.

**Figura 3:** Tabla de descriptorios operativos de la CCEC. Extraído de DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad.

La inteligencia emocional, no solo se desarrolla a través de meditaciones sobre las propias emociones. Muchos aspectos de la inteligencia emocional están relacionados con el mundo exterior. Siankope y Villa en su obra *Música e Interculturalidad* (2004) escriben: “solo desde el mundo interior de uno mismo y desde la autoconfianza es posible establecer relaciones con el exterior.” (p.14). Y es que en el exterior de nuestro conjunto cuerpo-mente encontramos la cultura propia y ajena. Gracias a la Competencia en conciencia y expresión cultural, los alumnos podrán desarrollar una inteligencia emocional, orientada a la cultura. Respetando expresiones culturales dentro de su cultura y de las demás culturas.

Para terminar ya con lo que nos dice la ley sobre la educación emocional y todo lo que esta conlleva, vamos a resaltar una de las Competencias Específicas que se mencionan en El Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria: “Conocer y tomar conciencia del propio cuerpo, así como de las emociones y sentimientos propios y ajenos, aplicando el conocimiento científico, para desarrollar hábitos saludables y para conseguir el bienestar físico, emocional y social” (p.30).

#### b. Cómo llevarla al aula

Ya hemos visto como la ley obliga al profesorado a llevar a cabo una buena educación emocional. Pero qué ocurre cuando el profesorado no está formado en ello. Existen miles de recursos que nos facilitan una buena enseñanza en la educación emocional. Internet habrá traído muchas cosas negativas a la sociedad, pero desde luego ha traído muchas más positivas. Entre ellas, encontramos recursos de todo tipo, que nos pueden ayudar en la práctica.

Como maestros tenemos acceso a Programas de AES (Aprendizaje Emocional y Social), muy necesarios para poder conseguir en los niños un rendimiento académico adecuado. También podemos encontrar estos mismos programas con otro nombre, los Programas SEL (Social y Emocional). Este tipo de programas se centran en fomentar las habilidades emocionales y sociales, insistiendo en su importancia. La base de estos programas es el desarrollo integral del niño.

### ¿Qué entendemos por desarrollo integral?

Como dice James Comer en el prólogo del libro “La Inteligencia Emocional en el aula”, cuando hablamos de desarrollo integral nos referimos a un desarrollo de todas las áreas de desarrollo: cognitiva, física, del lenguaje, psicológica, social y ética. Si una de estas áreas tiene un desarrollo pobre, se genera una inhibición en el desarrollo de otras áreas. Mientras que por el contrario si se produce un desarrollo de una de las áreas se amplía el potencial de desarrollo de otras áreas. Hay que intentar potenciar todas las áreas del desarrollo del niño.

Y es por ello por lo que los programas AES se centran en este desarrollo integral potenciando las áreas de desarrollo emocional y social. Al igual que para poder aprender diferentes lenguas es importante el conocimiento fonético, para adquirir una buena inteligencia emocional hace falta una educación sobre ello. Las habilidades emocionales y sociales producen una reducción de la violencia física y verbal, aumentan la capacidad cooperativa, les enseñan a llevar a cabo una buena resolución de problemas e impulsan los logros académicos.

Como nos explica Jonathan Cohen en su obra “La Inteligencia Emocional en el aula” (2003), los programas AES varían en función dependiendo del enfoque que se le dé, de los destinatarios y de los modos de implementación. Hay que tener en cuenta a la hora de seleccionar un programa para nuestros centros, que no todos se adaptan favorablemente. Es decir, puede que un programa tenga mucho éxito en un colegio en el barrio Chamberí en Madrid. Por otro lado, no lo tenga en el barrio de Prosperidad de Madrid. Hay que tener en cuenta muchos factores a la hora de seleccionar un programa para nuestros centros educativos.

Como ya he mencionado, los destinatarios también varían en los programas. No vamos a realizar el mismo programa a niños en establecimientos educativos comunes que a niños con necesidades especiales. Ya que cada uno requiere unas

habilidades emocionales y sociales diferentes y por ello como sus maestros tenemos que buscar un programa de éxito que se adapte a las necesidades de cada alumno.

### ¿Qué entendemos por programa de educación emocional?

Un programa de educación emocional hace referencia, como nos cuenta la editorial VOCA, ubicada en Pamplona, a un proyecto minuciosamente organizado y estratégicamente diseñado con el objetivo de fomentar habilidades emocionales y sociales que influyan en el desarrollo integral de la persona.

Para poder implantar en un colegio un programa de educación emocional conviene que previamente se haga una formación tanto a profesores como a padres, para que puedan ser colaboradores desde casa de estos programas. Estos programas pretenden que no ocurra como decía Daniel Goleman el analfabetismo emocional. Y por ello se impulsa la adquisición de habilidades emocionales que tiene muchos beneficios en los niños. (Anexo C tabla de beneficios)

### ¿Qué programas existen?

Dado que la educación emocional es de suma importancia. Existen muchos programas sobre ello. Ahora voy a mencionar algunos de los más destacados. Nos encontramos con:

- CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning), creado por Goleman. Se centra en conseguir un aprendizaje emocional y social de calidad centrándose en la evidencia empírica.
- RULER (Recognize, Understand, Label, Express y Regulate Emotions) creado por la Universidad de Yale. Se centra en promover la empatía y relación entre compañeros.
- GROUPE, de la Universidad de Barcelona por Rafael Bisquerra. Se centra en la conciencia, regulación, autoestima, habilidades sociales y habilidades de vida.
- INTEMO, en conjunto el Gobierno de España con la Junta de Andalucía. Cuyo objetivo es que en dos tutorías el alumno entienda la importancia de las emociones.

- TALENTUM, propuesto por Voca Editorial. Cumpliendo los requisitos de CASEL y GROP, integrando herramientas de RULER y fomentando la educación ética en valores.

### ¿Cómo llevo un programa de este estilo al aula?

Siguiendo algunos pasos que propone el GROP. Primero debemos analizar el contexto en el que nos encontramos, valorando la situación de los alumnos tanto económica como emocional. Debemos también realizar un análisis del equipo docente y de orientación. A raíz de este análisis, vamos a identificar las necesidades, poniendo nombre al problema para poder establecer objetivos.

Posteriormente pasamos al diseño del programa. Estableciendo unos objetivos centrándonos en las competencias emocionales que vamos a desarrollar. Como todo en la vida, implementar un programa conlleva costes, y por ende debemos establecer una propuesta de presupuesto.

Para poder ver si nuestro programa va a tener éxito, realizaremos una prueba y a raíz de ahí ejecutar el proyecto o realizar cambios en la propuesta. Una vez ejecutemos el programa debemos realizar una evaluación, para de esta manera poder seguir llevando a cabo el proyecto en el colegio. Pudiendo implementarlo en diferentes cursos y con las mejoras correspondientes que obtengamos de la evaluación el programa.

## 8. Beneficios de la música

### a. En la infancia

El ser humano desde que nace va evolucionando, esta evolución se va haciendo a través del aprendizaje, que se da principalmente por interacción, experimentación y a través del juego. La compositora Eva Gancedo, en un artículo que escribió para la revista Padres y Maestros en el año 2018, nos habla de este componente lúdico mencionado ya. La música ha de ser enseñada teniendo en cuenta este componente lúdico de la mano de las pedagogías activas. Esta manera de enseñar la música en la infancia dará lugar a un desarrollo equilibrado de las inteligencias múltiples.

Durante los primeros años del desarrollo el cerebro se encuentra en la época de más plasticidad. Pero qué significa que el cerebro tenga plasticidad. Cuando hablamos de plasticidad nos referimos a la capacidad del cerebro de adaptarse a nuevas situaciones, y aprender de estas. El cerebro humano es plástico toda la vida, sin embargo, tiene una mayor plasticidad durante los primeros años de desarrollo que en la adulta. Desde el mundo educativo, esta plasticidad del cerebro nos sirve de mucha utilidad, ya que significa que tenemos en nuestras manos la capacidad de que esta plasticidad siga evolucionando y desarrollándose, en lugar de deteriorándose.

Después de analizar diferentes modelos de pedagogía musical y valorar los beneficios en el niño, me decido a desarrollar dicha investigación sobre uno en concreto: MusikGarten. No solo me ha llamado la atención, si no que también he tenido la oportunidad de conocer más sobre el proyecto gracias a la experiencia de mi tutor del tfg, Joseph Trywell Siankope.

Siankope realizó una formación de este programa en Estados Unidos, para después traerlo a España y aplicarlo a su aula y a su centro. ¿Qué es MusikGarten? (Anexo D: link a página oficial).

MusikGarten es un programa/metodología que surge en Estados Unidos en 1994 de la mano de la Doctora Lorna Lutz Heyage. Principalmente hace un mayor hincapié en la unión de la música y el movimiento, olvidándose de la estimulación visual, que



hoy en día parece ser lo único que está en uso en boca de todo el mundo. El lema principal con el que se identifica MusikGarten:

“Teaching music – Understanding Children”

(Enseñando música – Entendiendo a los niños)

A través de la enseñanza y por ende el aprendizaje de la música el maestro es capaz de entender a sus alumnos en profundidad. Este programa educativo se centra en la formación integral del alumnado desde el nacimiento hasta los 9 años.

Mediante actividades adaptadas a la etapa de desarrollo correspondiente del alumnado, los niños se involucran en actividades musicales, generando experiencias. Estas experiencias son de gran ayuda a la hora de potenciar sus habilidades motoras, sociales, emocionales, cognitivas y por supuesto auditivas.

MusikGarten tiene grandes beneficios como son:

- Desarrollo del lenguaje. La música es un lenguaje, y lo es universal. La música fomenta la comunicación. Muchas veces nos encontramos en una situación en la que queremos expresar un sentimiento y somos incapaces de hacerlo con palabras, pero sin embargo una melodía o una canción lo hace a la perfección. MusikGarten ayuda a los niños a fomentar esta comunicación, les asiste en el desarrollo del lenguaje.
- Autoexpresión. Como ya he mencionado anteriormente la música nos ayuda a expresarnos, pero no solo verbalmente. MusikGarten con la unión de la música y el movimiento en sus sesiones ayuda al niño a desarrollar otras formas de autoexpresión.
- Habilidades memorísticas. Seguro que en más de una ocasión has escuchado o has dicho: “me se mejor esta canción que el temario del examen”. Y gracias a esta memorización que tenemos de las canciones nuestra capacidad memorística es superior.
- Interacción social. Gracias al movimiento, las sesiones en MusikGarten son interactivas. Esta interacción entre los alumnos estimula sus habilidades sociales entre iguales y con adultos, ya que en algunas de las sesiones los padres están presentes. De esta manera también se crea un vínculo más íntimo entre padre e hijo.

- Trabajo en equipo. Relacionado con el punto anterior, nos encontramos con el trabajo en equipo que tan necesario es en la vida y que mejora también la interacción social. En las sesiones de MusikGarten se proponen actividades en las que los niños van a tener que interactuar entre ellos y trabajar en equipo.
- Resolución de problemas. Relacionado con el desarrollo cognitivo del niño, aprender a aprender a través de la música. Este tipo de actividades fortalecen las capacidades de aprendizaje del alumnado.
- Concentración. Trabajan a través de ritmos, melodías, tonalidades... Provocando en los alumnos una necesidad de estar concentrado para poder seguir el curso de la sesión.
- Habilidad auditiva - escucha. Muy relacionado con el punto anterior. Para poder diferenciar ritmos, melodías, tonalidades... el niño hace uso de una escucha activa. De esta manera impulsa sus habilidades auditivas percibiendo, discriminando y diferenciando sonidos, sentando las bases para unas futuras habilidades musicales más avanzadas.

Además de todos estos beneficios, MusikGarten supone un acercamiento a la música manteniendo al niño motivado por el aprendizaje de la misma. Introduce también la competencia intercultural, gracias al descubrimiento en el aula de música de diferentes partes del mundo. Generando en los niños la capacidad de empatía y conocimiento hacia otras culturas que no sean las suyas. Abriendo los ojos al mundo, creando niños que sepan respetar y valorar tanto sus tradiciones, principios y valores como los de los demás.

La música en la infancia como hemos podido ver tiene muchos beneficios. Es labor del profesor, del centro del niño expresar el potencial educativo que tiene la música.

#### b. Para la inteligencia emocional

Como hemos visto a lo largo del trabajo, la música tiene muchos elementos que influyen en el ser humano. Al igual que como decíamos antes no podemos entender la música sin movimiento, tampoco podemos entender la música sin ese factor emocional. Al escuchar música nuestro cuerpo genera sentimientos y emociones,

que nos van ayudando a comprendernos. Un profundo análisis de esas emociones va generando en nosotros la capacidad de autocomprensión y autoexpresión.

La clave para poder obtener beneficios en la inteligencia emocional de los niños a través de la música es la forma en que abordamos la música en el aula. La importancia que le damos a lo que ésta genera en nuestro interior, dando voz a esos sentimientos.

## 9. Musicoterapia

### ¿Qué es la musicoterapia?

La musicoterapia tiene ya muchos años tras de sí. Es cierto que en España sigue en proceso de desarrollo. Sin embargo, fuera de España lleva ya mucho tiempo en uso. Pero ¿qué es la musicoterapia? Pues como dice la musicoterapeuta Juliette Alvin en su libro Musicoterapia publicado en 1967:

“La musicoterapia es el uso dosificado de la música en el tratamiento, la rehabilitación, la educación y el adiestramiento de adultos y niños que padecen trastornos físicos, mentales o emocionales.” (p. 11).

Lo que entendemos con esto es que la Musicoterapia tiene un fin médico principalmente. Pero a lo largo de su historia y de su desarrollo, ha pasado por mundos relacionados con la ciencia, la filosofía, la religión y la “magia”. La musicoterapia ha ido evolucionando, por ello se hace un poco complicado definir como tal la musicoterapia. Etimológicamente hablando la musicoterapia significa “terapia a través de la música”.

Por otro lado, tenemos a Guylaine Vaillancourt con su libro Música y Musicoterapia (2009), que define la musicoterapia como: “utilización juiciosa y estructurada de la música o de las actividades musicales a cargo de un profesional formado, que tiene como objetivo restaurar, mantener o mejorar el malestar físico, emocional, social, cognitivo y psicológico de una persona” (p. 50).

Entendemos por tanto que lo que pretende la musicoterapia no es sanar a una persona que pueda estar enferma, si no, mejorar su calidad de vida a través de la música, ya que se ayuda a la persona a conocerse y a autogestionarse emocionalmente. En cualquier enfermedad ya sea física o mental, la gestión de emociones influye en gran medida. La actitud que tenga la persona frente a esa enfermedad puede ser determinante en su desarrollo.

La persona que puede llevar a cabo una sesión de musicoterapia es una persona titulada en el campo de la salud, de la educación especial o de la música y la terapia. Cualquier persona puede sentir que la música es terapéutica hacia su

persona, sin embargo, no puede realizar una sesión de musicoterapia a otro individuo.

La musicoterapia es altamente efectiva en un gran número de individuos, al contrario de la opinión extendida de que es eficaz en un limitado número de personas. Sujetos con perturbaciones emocionales, trastorno del espectro autista, deficiencias sensoriales, retrasos del desarrollo y muchas más personas, pueden salir beneficiadas de este tipo de terapia. Que no quita, que ocurra lo contrario y que algunas personas no obtengan beneficio alguno de este tipo de terapia. Como ocurre en muchos otros tipos de terapia. La musicoterapia se adapta al paciente, a sus gustos y preferencias, para que la sesión sea más personal y fructífera.

Viallancourt (2009) nos afirma que, durante las sesiones, el terapeuta va poniendo objetivos que cumplir en cada sesión. En ningún momento el objetivo final de la terapia es educativa, aunque a raíz de ella se desarrollen habilidades musicales. El objetivo final si es mejorar el potencial del niño con música, sin imponerse solo como método de ayuda.

Viallancourt (2009) hace referencia a la musicoterapia como la terapia a través de las artes. Hemos visto que la música es una arte, pero también hay otros artes. También existen otro tipo de terapias muy relacionadas con la musicoterapia:

- Danzoterapia: la terapia a través de la danza y el movimiento
- Arteterapia: la terapia a través de las artes visuales.
- Dramaterapia: la terapia a través del arte dramático.

Y en cada una de estas ramas, existen especialistas, como los hay de la musicoterapia. Todas estas ramas son combinables con la musicoterapia, ya que la música tiene mucha sustancia y un amplio margen de desarrollo sobre el que trabajar profesionalmente con pacientes.

## 10. Conclusiones

Para llevar a cabo este apartado he decidido relacionar mis reflexiones personales con los diferentes objetivos que concreté al comienzo del trabajo.

El primer objetivo decía así: Exponer la necesidad de una buena Educación Emocional. Antes de comenzar a investigar sobre ello, yo tenía una idea formada en mi cabeza de lo que era la educación emocional. Gracias a esta investigación he podido aprender mucho más sobre lo que realmente conlleva la educación emocional. Antes podría pensar que la educación emocional en el aula se centraba en exponer a los niños las diferentes emociones y sentimientos que podemos encontrar. Ahora me doy cuenta de que va mucho más allá, que no podemos exponer un sentimiento y dar por sentado que el alumno va a tener este con la misma fuerza con la que lo tenemos nosotros, o con la misma forma de expresión. Como maestros debemos enseñarles a poner nombre a lo que sienten, dándoles las herramientas adecuadas para que se auto comprendan.

El siguiente objetivo dice así: Argumentar los beneficios que la Educación Emocional tiene en nuestras vidas. Yo decidí orientar mi TFG hacia la educación emocional, dado a ciertas situaciones en mi entorno más cercano que me hicieron abrir los ojos y reflexionar sobre la pobreza de esta en los colegios y por ende en nuestras vidas. La educación emocional tiene innumerables beneficios en el ser humano. Una buena educación emocional proporciona al hombre una herramienta clave para tener éxito en la vida.

Señalar la importancia de la Educación Emocional en la etapa obligatoria, este es el tercer objetivo. Para poder emocionalmente competentes en la edad adulta, hemos de empezar a serlo en la infancia. Y por ello debemos recibir una buena educación emocional durante la infancia y la adolescencia. La educación emocional debe ser constante durante los años en los que el alumno se encuentra en la etapa obligatoria. Para que así una vez salga de ella tenga los recursos y las herramientas para ser emocionalmente inteligente.

Continuando con los objetivos nos encontramos con este: Manifestar la importancia de la Educación Musical en la etapa obligatoria. Ha quedado demostrado gracias a la investigación realizada, los innumerables beneficios que tiene la educación

musical. Sin embargo, sigue pareciendo que en los colegios no se le da el protagonismo que debería. No se explota el potencial de este instrumento tan rico para los niños, sobre todo en edades tempranas cuando el cerebro tiene mucha más capacidad de plasticidad y se adapta a nuevas situaciones con más facilidad.

Por otro lado, tenemos el objetivo de: Revelar los beneficios de la Educación Musical a nivel social y personal. Como ya he dicho en el objetivo anterior, he sido capaz a través de la investigación de plasmar los numerosos beneficios que tiene la música en nuestras vidas. La música tiene un elemento social que es indispensable de esta. Gracias a este elemento la música crea vínculos entre personas y con diferentes aspectos de nuestras vidas.

Por último, el objetivo que une a ambas áreas analizadas: Explorar la posibilidad de que la Música en el aula pueda mejorar la Educación Emocional. Siendo la música un recurso valioso y beneficioso para una mejora de la Inteligencia Emocional. (Motivo principal que me impulsa a desarrollar este trabajo). Dado que la música tiene un elemento indispensable que es este factor emocional, considero que la música es un elemento muy valioso para fortalecer la educación emocional en las aulas. Siendo también necesario, trabajar la educación emocional sin la música. Cuando trabajemos música siempre podemos añadir esa esencia emocional que hace que la música nos mueva por dentro y por fuera.

Me gustaría también realizar dos conclusiones, la primera en relación con la Musicoterapia. Cuando comencé a investigar sobre lo que esto era, desconocía que se utilizaba única y exclusivamente en centros de terapia. Ahora que soy consciente que solo puede ser realizado por profesionales del ámbito considero que podría ser muy valioso, realizar alguna sesión en los colegios. Esta sesión tendría el propósito de realizar un análisis de la situación del aula, para poder así dar a los profesores un punto donde comenzar. Como una especie de guía.

Por otro lado, y para concluir, desde mi experiencia en las aulas, considero que falta mucha formación en este ámbito. Pero, sin embargo, esta formación no está lejos de nuestras manos, hay infinitos recursos que nos pueden ayudar como maestros a formarnos en el ámbito de la educación emocional y de la educación emocional a través de la música. Algunas de estas formaciones ya las he mencionado a lo largo del trabajo: ISME, UNESCO, Programas AES, MusikGarten. Formarnos en estas

áreas tratadas teniendo por objetivo sacar lo mejor de nosotros mismos para poder dárselo a nuestros alumnos está en nuestras manos.



## 11. Referencias Bibliográficas:

Alvin, J. (1967). *Musicoterapia*. Buenos Aires: Paidós.

Casado, C., y Colomo, R. (2006). Un breve recorrido por la concepción de las emociones en la Filosofía Occidental. *A Parte Rei: Revista de Filosofía*, 47, 1-10. Recuperado de <http://serbal.pntic.mec.es/~cmunoz11/casado47.pdf>

Cohen, J. (2003). *La Inteligencia Emocional en el aula*. (1º). Capital Federal: Troquel.

Como implementar un programa de educación emocional. Voca Editorial.

Recuperado a 24 mayo 20223 de:

<https://www.vocaeditorial.com/blog/programa-de-educacion-emocional/>

DECRETO 61/2022, de 13 de julio, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid la ordenación y el currículo de la etapa de Educación Primaria, BOCM núm. 169 § 1 (2022).

De Vicente, B. (2021). UNICEF. *Empeora la situación de la salud mental de los niños en Europa*. Recuperado de: <https://www.unicef.es/prensa/empeora-situacion-salud-mental-ninos-europa#:~:text=Seg%C3%BAun%20nuevo%20informe%20de,entre%20ni%C3%B1os%2C%20ni%C3%B1as%20y%20adolescentes>

Díaz Escoto, M.A. (2014, marzo 28). El tercer gran modelo de la Inteligencia Emocional: Reuven Bar-On [Entrada blog]. Recuperado de <https://miguelangeldiaz.net/el-tercer-gran-modelo-de-inteligencia-emocional-reuven-bar-on/>

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2021). *Estado mundial de la infancia 2021: En mi mente*. Recuperado de: <https://www.unicef.org/media/108171/file/SOWC%202021%20Resumen%20Ejecutivo.pdf>

Gancedo Huércanos, E. F. (2018). La música en el aula activa. *Padres Y Maestros / Journal of Parents and Teachers*, (375), 64-69. Recuperado de: <https://doi.org/10.14422/pym.i375.y2018.010>

Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Buenos Aires: Kairós.

- Greenberg, L. (2000). *Emociones: una guía interna*. Bilbao. Declée de Brouwer
- Iturbe Sánchez de Movellán, B. (2010). Música y más música: Música y Competencias Básicas. *Padres y Maestros: Expresión Dramática*, (nº 332). Recuperado a partir de: <file:///E:/TFG%20copia/La%20m%C3%BAsica%20y%20la%20autonom%C3%ADa%20e%20inicitiva%20personal.pdf>
- Musik Garten. Benefits of music of movement. Recuperado el 25 mayo 2023 de: <https://www.musikgarten.org/benefits-of-music--movement>
- Nieto, I., Álvarez-García, F.J., Urchaga, J. y Guevara, R.M. (2021). Uso y valoración de la música como herramienta didáctica en Educación Primaria. *Revista Electrónica Complutense de Investigación en Educación Musical*, 19, 73-82. <https://dx.doi.org/105209/reciem.74280>
- Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2015). *Andrea Giráldez destaca importancia de Educación Artística en las escuelas*. Recuperado de <https://oei.int/oficinas/republica-dominicana/noticias/andrea-giraldez-destaca-importancia-de-educacion-artistica-en-las-escuelas>
- Palacios Sanz, J.I. (2001). El concepto de musicoterapia a través de la historia. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, (42), 19-31.
- Pérez Garrido, J. (2015, febrero 10). El poder de la música. Recuperado de: <https://youtu.be/e8dgQ19U2r4>
- Pindado González, V. (2022). Reuven Bar-On y el inventario de la inteligencia emocional [Entrada blog]. Recuperado de <https://www.educativospara.com/reuven-bar-on-y-el-inventario-de-la-inteligencia-emocional/#.ZBhUjXbMK5e>
- Pinedo Cantillo, I. A. y Yáñez Canal, J. (2018). Las emociones: una breve historia en su marco filosófico y cultural en la época antigua. *Cuadernos de Filosofía Latinoamericana*, 39(119), 13-45. DOI: <https://doi.org/10.15332/25005375.5049>

Poch Blasco, S. (2001). Importancia de la musicoterapia en el área emocional del ser humano. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado* (nº42), 91-113.

Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria, BOE núm 52 § 3296 (2022).

Rodrigo Fernández, M. (2015). El potencial educativo de la música. Recuperado de: <https://mar-rodrigo.blogspot.com/2015/07/la-musica-lo-largo-de-la-historia-de-la.html>

Siankope, J. y Villa, O. (2004). *Música e Interculturalidad*. Madrid: Catarata.

Teoría de James-Lange (2023). Recuperado 8 marzo 2023, de <https://psiquiatria.com/glosario/teoria-de-james-lange>

Vaillancourt, G. (2009). *Música y Musicoterapia: Su importancia en el desarrollo infantil* (3º ed). Madrid: Narcea.

Zapata, JM. (2019, febrero 4). *Los niños deberían aprender canto, es el instrumento más emocional*. Recuperado de: <https://youtu.be/R12d0-Ukv5s>

## 12. ANEXOS

### La música a lo largo de la historia de la educación

¿Es la música una herramienta educativa?

Emoción

#### Repasando la historia...

**3300 - 2000 a.C.**  
**Antiguas civilizaciones...**  
Egipto (3300/2900 a.C): la música es uno de los dones de Thoth, dios de la sabiduría.  
Cultura hindú (2000 a.C): canto del mantra para trascender y alcanzar la iluminación.

**3000 - 30 a.C.**  
**Grecia Antigua**  
PAIDEIA de Homero: canto, danza y práctica de instrumentos musicales (la lira y el aulós).  
MUSIKÉ: poesía, canto y danza.

**476 - 1492 d.C.**  
**Edad Media** *De la Práctica a la teoría musical*  
QUADRIVIUM: astronomía, geometría, aritmética y música.

**s. XVII**  
**La Ilustración**  
RACIONALISMO: Método científico. Las artes quedan fuera del currículo.

**s. XIX**  
**Movimiento de Renovación Pedagógica**  
ILE (1876): Giner de los Ríos. La música como potenciadora del conocimiento.

#### Y en España...

**1990**  
**LOGSE**  
La música vuelve a los aulas. Aparece el BACHILLERATO DE ARTES.

**2013**  
**LOMCE**  
La música queda como asignatura optativa.

#### Conclusiones

**Durante más de 15 siglos la música ha sido una parte fundamental en el proceso educativo de las personas**

*Y ahora ¿qué?*

Mar Rodrigo: [mar-redrigo.blogspot.com](http://mar-redrigo.blogspot.com)

**Anexo A:** infografía sobre la evolución de la educación musical. Extraído de blog: Música y Educación de Rodrigo Fernández, M. (2015)

# ELEMENTOS DE LA MÚSICA SEGÚN VAILLANCOURT (2009)

HECHO POR: BELÉN GARCÍA DE YÉBENES

## EL RITMO

Es un elemento básico de la música está en el origen del movimiento y de la pulsación. El ritmo organiza los sonidos en el tiempo y los reagrupa para dar una dirección a la música.



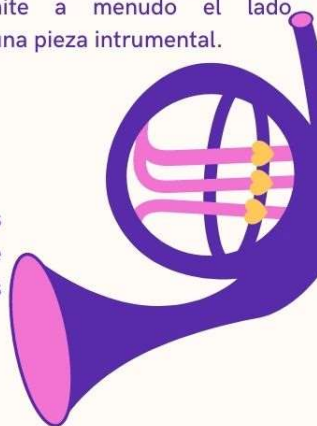
## LA MELODÍA

La melodía representa una sucesión de notas, que se reagrupan en frases y se siguen de manera conjunta o disjunta. La melodía transmite a menudo el lado emocional de una pieza instrumental.



## LA ARMONÍA

Es el estudio de los intervalos entre sonidos superpuestos, que forman los acordes y sus encadenamientos.



## EL TIEMPO

El tempo representa la velocidad a la que se toca una pieza. Existen gran variedad de tempos. Suelen ir escritos al principio de la partitura. Indicando la pulsaciones por minuto que deben seguir para tocar la canción de forma adecuada.



## BIBLIOGRAFÍA

Vaillancourt, G. (2009). *Música y Musicoterapia: Su importancia en el desarrollo infantil* (3º ed). Madrid: Narcea.

**Anexo B:** infografía sobre los elementos de la música creada por mi (Belén García de Yébenes), sacando los datos de la obra de Guylaine Vaillancourt, *Música y Musicoterapia: Su importancia en el desarrollo infantil*, publicada en 2009.

**Anexo C:** tabla de los beneficios que consideran Bisquerra (2011) y Goleman que los programas de educación emocional aportan al niño. Obtenida del Blog de la Editorial Voca que habla sobre programas de educación emocional.

Prevenir	Desarrollar
<p><b><u>Conductas disruptivas</u></b>            Fracaso/Abandono escolar            Fracaso profesional            Consumo de <b><u>drogas</u></b>            Estrés            Depresión  <b><u>Violencia</u></b></p>	<p><b><u>Competencias</u></b> básicas para la vida            Habilidades sociales            Competencias emocionales            Carácter y virtudes            Autoestima            Motivación            Madurez</p>

**Anexo D:** link a la pagina web oficial del proyecto MusikGarten.

<https://www.musikgarten.org/benefits-of-music--movement>