



UNIVERSIDAD DEL VALLE DE MEXICO

PLANTEL TLALPAN
Escuela de Psicología
Estudios incorporados a la U.N.A.M.

"EFECTO DE ESCUCHAR ROCK PROGRESIVO INSTRUMENTAL EN EL NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS"

TESIS CON
FALSA DE CACEN

TESIS PROFESIONAL

Que para obtener el Título de
LICENCIADO EN PSICOLOGIA
p r e s e n t a n

ADRIANA MARGARITA HERRERA FEY
DAVID PACHECO ALVAREZ

Asesor de Tesis:
LIC. EDUARDO ESPINOLA ESPARZA

México, D. F.

1992



UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

INDICE

Introducción	4
Capítulo 1	
Influencia de la música sobre el ser humano	
1.1 En el aspecto fisiológico	8
1.2 En el nivel psicológico	11
1.3 En las emociones y en la ansiedad	16
1.4. Conclusiones	23
Capítulo 2	
Antecedentes de la ansiedad	
2.1. Definición de ansiedad	25
2.2. Clasificación de la ansiedad	32
2.3. Conclusiones	35
Capítulo 3	
Aspectos Generales en Musicoterapia y Psicología de la Música.	
3.1. Musicoterapia	37
3.2. Psicología de la música	43
3.3. Conclusiones	46
Capítulo 4	
Rock Progressivo	
4.1. Desarrollo del rock progresivo	48
4.2. Clasificación del rock progresivo	50
4.3. Definición de rock progresivo	51
4.4. Conclusiones	53

Capítulo 5	
Metodología	
5.1. Problema	54
5.2. Objetivo General	54
5.3. Objetivos Específicos	54
5.4. Hipótesis	55
5.5. Definición de variables	56
5.6. Definición de términos	56
5.7. Población	57
5.8. Diseño de investigación	58
5.9. Tratamiento Estadístico	60
5.10. Instrumentos y Aparatos	60
5.11. Escenario	64
5.12. Procedimiento	64
Capítulo 6	
Resultados	66
Capítulo 7	
Conclusión	72
Capítulo 8	
Discusión	74
Capítulo 9	
Limitaciones	76
10 Bibliografía	78
11 Anexos	86

RESUMEN

EFFECTO DE ESCUCHAR ROCK PROGRESIVO EN EL NIVEL DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS.

LA MÚSICA EMPIEZA DONDE TERMINA LA FILOSOFÍA Y LA LÓGICA.

La música provoca distintos efectos en el ser humano, y es un elemento que lo acompaña en todas sus actividades cuando está al alcance de ella y esto se ha manifestado históricamente desde los primeros grupos y sociedades primitivas hasta nuestros días. Conmoviendo su sensibilidad, su capacidad intelectual, sus reacciones fisiológicas, también es una forma de socialización y es utilizada en el proceso de aprendizaje y en las situaciones laborales y terapéuticas. La mayoría de los estudios se han enfocado a partir de la musicoterapia y poco realmente se ha trabajado en el campo de la Psicología de la Música y mucho menos con el Rock Progresivo.

El presente trabajo tuvo como objetivo: describir el efecto que provoca escuchar Rock Progresivo Instrumental en un grupo de estudiantes universitarios, ordenando los resultados obtenidos de acuerdo a la edad, sexo y a la carrera. Se utilizaron dos instrumentos de medición, el IDARE y un cuestionario de asimilación de la música. Se utilizó el diseño TEST-RETEST, se midió primeramente ansiedad por medio del IDARE en su formato de ansiedad estado, después se sometió a un grupo de estudiantes a dos sesiones de música de 30 minutos de duración cada una, después se aplicó el cuestionario de asimilación y el RETEST del IDARE.

Al obtener los puntajes de las aplicaciones y realizar el análisis estadístico, se observó que las mujeres disminuyeron notablemente su nivel de ansiedad en relación a los hombres, que la edad no tuvo una influencia importante en los resultados y que las personas que estudian psicología aumentaron significativamente su nivel de ansiedad.

Al observar estos resultados, consideramos que la música como fenómeno que puede ser transitorio en relación a la situación de las personas nos indicó que efectivamente el Rock Progresivo influye en el nivel de ansiedad, aunque no definimos, ni fue nuestro motivo de estudio el origen de este fenómeno, por lo cual consideramos, que deben realizarse más investigaciones en este campo para ser más científicos y objetivos en el área de la Psicología de la Música.

INTRODUCCION.

La música es un elemento que acompaña al hombre en todas sus actividades conmoviendo su sensibilidad. La música tiene una relación muy estrecha con la sociedad puesto que una afecta a la otra, es decir, es el reflejo de la actividad de un pueblo; su sentir, su historia, sus logros, estados de ánimo y sentimientos así por ejemplo, los villistas cantaban corridos alrededor de la fogata después de una victoria, que despertaba emociones comunes y motivaban a estas personas. Para los griegos la interpretación de ciertos sonidos era básica en la educación, puesto que provocaba satisfacción de tipo espiritual dándole armonía al alma. Pitágoras ya utilizaba la música para curar algunos pacientes con la llamada "Medicina Musical".

La música también tiene una función de socialización, así como servir de señal para la diferenciación socio-económica sobre todo en siglos anteriores; la aristocracia escuchaba cierto tipo de música que era significativo de elegancia y prestigio social, mientras que el pueblo escuchaba la música para aliviar la monotonía y estimular la energía corporal y curar. También era usada para poner en ritmo ciertos movimientos de trabajo, como por ejemplo, los cantos de los pescadores al remar o el de los soldados al marchar.

En ese mismo devenir histórico la música adquirió una cualidad mística o sobrenatural que la hace verse más subjetiva de lo que es. Este carácter místico se ha dado por la asociación de la música con las ceremonias religiosas, en donde se consideraban a los sonidos como provenientes de fuerzas sobrenaturales. La Iglesia Católica al darse cuenta de que la música impactaba la sensibilidad humana, creó su propia música con características muy específicas; sin compás evitando sonidos fuertes o débiles con ritmos muy estimulantes de tal manera que provocase un estado de ánimo relajante e hipnótico para que sumergiese a los oyentes en la individualidad y a la meditación.

Debido a estas características era interpretada por un coro y un solista utilizando ocho notas. A esta música del Siglo VI se le conoce como "Cantos Gregorianos". Incluso antes de estos, existían otros llamados "Cantos Ambrosianos", alrededor del Siglo IV, estos cantos eran representados por un coro dividido en dos partes; hombres y jóvenes adolescentes interpretando pasajes alternativamente. Desde entonces se creía que la música tenía influencia directa en el cerebro y provocaba que el hombre pensara de forma más ordenada.

Durante el Siglo XIII se creó la Polifonía, consistente en melodías ejecutadas al mismo tiempo, de donde surgió el canon y la palestina; los cuales estimulaban el desarrollo intelectual llevando a la gente a pensar de manera más espiritual.

Promoviendo así un medio de auto-expresión individual, de comunicación y por lo tanto de socialización.

Desde el Siglo XVII los científicos trataron de observar la relación Fisiología-Música. En este siglo Richard Browne propuso que el canto influya en el movimiento del corazón, la circulación sanguínea, la digestión y la respiración, manifestando que era también eficaz en la cura de transtorros nerviosos.

Gracias a estas aportaciones, la música se ha utilizado en la enseñanza puesto que se observó que escuchar música con ciertas características genera control de pensamiento, facilitando el aprendizaje. En la industria sirve para inducir a la gente a que trabaje, relajándola y haciendo más amena su actividad. También tiene un papel terapéutico ayudando a mejorar depresiones y neurosis de ansiedad; se ha comprobado que influye en el metabolismo del cuerpo, en el tono muscular, la respiración, el pulso y la presión sanguínea.

El comportamiento humano es muy complejo. Algunos investigadores proponen que la música es un arte auditivo y una experiencia afectiva en cualquiera de sus manifestaciones.

Lowell en 1965 manifestó que el escuchar música implica un proceso en el que intervienen tanto las habilidades mentales y auditivas como los conocimientos intelectuales, reacciones físicas y respuestas emocionales. Walker en 1923 por su parte

considerará que la música es parte integral de la vida humana de la misma forma como lo es el comer o dormir.

El hombre depende de sus sentidos por lo que la música existe porque contamos con la experiencia sensorial de oír. A mayor desarrollo sensorial mayor será el enriquecimiento del mundo externo, por lo que se propone que el papel de la música en la vida, es enriquecerla, desarrollando nuestras capacidades constituyendo uno de los mejores recursos para ayudarnos a adaptarnos a nuestro ambiente. De esta manera la música se convierte en la esencia de lo humano, no solo porque es creada por el hombre, sino porque se crea una relación con ella.

CAPITULO I INFLUENCIA DE LA MUSICA SOBRE EL SER HUMANO.
1.1. EN EL ASPECTO FISIOLÓGICO

Desde siglos atrás se sabe que existe una relación mente-cuerpo cuando hablamos de estimulación y de otros sucesos o eventos vivenciales de los seres humanos. Se ha observado que la música provoca reacciones fisiológicas en las personas e incluso en muchos organismos animales y vegetales. Algunas teorías proponen que la música afecta las emociones y producen estados de ánimo que provocan cambios corporales, sin embargo otros investigadores manifiestan que afecta directamente la fisiología de los seres humanos dando lugar a efectos psicológicos posteriores.

Existen reportes de que el feto percibe diversas vibraciones durante la gestación como son las pulsaciones cardíacas, respiraciones de la madre, contracciones intestinales, etc. En el sexto mes de vida embrionaria el oído funciona y la voz de la madre así como los sonidos de la música son percibidos (Alvin 1967) así actúa sobre el ser humano siempre que este la perciba.

Por otro lado Lecurt (en Benca y Mercaux 1967), realizó un estudio en que demostró que el bebé memoriza lo que escucha y produce una envoltura sonora prenatal.

Desde principios de Siglo, la música ha sido utilizada en hospitales bajo la creencia de que eleva la moral y disminuye

el estrés, además de actuar sobre algunas funciones metabólicas que aunque no se sabía con seguridad cuales eran o cómo influía en ellas, se podían percibir.

Después de la Segunda Guerra Mundial las autoridades de algunos hospitales utilizaron la música, ya que creían que tenía un poder inherente que hacía bien a las personas e influía en sus comportamientos, a pesar de que la comunidad médica y científica no estaba de acuerdo, ya que no se contaba con investigaciones que validaran esta teoría.

Con el tiempo se observó que efectivamente la música influye en el comportamiento y sentimientos humanos provocando cambios fisiológicos que eran factibles de ser medidos.

Taylor y Paperti (en Rozensweig 1980) al igual que otros investigadores observaron que la música provoca reacciones emocionales que originan vibraciones en el sistema nervioso y que lleva su efecto a expresiones emocionales. Alvin, en 1967, manifestó que el sonido es percibido básicamente por el sistema nervioso llevando su efecto a través de los canales Córtico-Talámicos, provocando que muchos elementos musicales produzcan sensaciones, también menciona que la música influye en la conductividad eléctrica del cuerpo (Alvin, 1967).

Christosov (en De la Zarquera, 1980) al estudiar la relación de la música con el cuerpo humano, se da cuenta que es un elemento

que afecta al ser humano tanto psíquica como fisiológicamente; en la que son los sonidos disonantes los que provocan una excitación en el sistema nervioso, tal como Pavlov lo había mencionado años atrás.

Con respecto a esto, Alvin, en 1967, señala que los sonidos graves o agudos producen distintos efectos sobre la tensión o relajamiento nervioso, al igual que el volumen y la velocidad que estimulan directamente la acción nerviosa.

Benezon (en Sanchez Laguna, 1984) observó otros efectos fisiológicos de la expresión ante la música; como la disminución del impacto de los estímulos sensoriales, el incremento o disminución de la energía muscular, así como la actividad voluntaria del sujeto de acuerdo al ritmo.

Muchos investigadores han notado cambios en el metabolismo, incremento o disminución del tono muscular, en el ritmo cardíaco y respiratorio, en el pulso, en la presión sanguínea y en algunas secreciones internas como la adrenalina, alteraciones del ritmo ALFA y BETA en la corteza, por otro lado también se ha observado la facilitación de la digestión después de escuchar música (Alvin, 1967).

Gracias a la tecnología se pudo observar que ciertos sonidos provocan cambios en el metabolismo y en la biosíntesis de diversos procesos enzimáticos incluyendo al ácido

desoxirribonucleico (DNA) y al ácido ribonucleico (RNA) (Sanchez Laguna, 1984 y Bence y Mereaux, 1987).

Algunas respuestas físicas a la música son reflejos espontáneos, como marcar el compás al escuchar alguna pieza musical o notar que nuestro aliento se acelera durante un pasaje con mayor velocidad (Avin, 1967).

1.2. EN EL NIVEL PSICOLÓGICO.

Los sonidos también actúan sobre las demás áreas del organismo humano, no sólo en las cuestiones físicas, sino que también provocando reacciones y cambios en lo psicológico, que son importantes aunque en ocasiones no son muy notorios. La música estimula la manifestación de las facultades humanas como son: la sensibilidad, inteligencia, amor, imaginación y voluntad (Willems, 1961; citado en De la Barquera, 1980).

La música suprime la sensación de espacio y elimina el registro del tiempo, despertando en cada persona imágenes y sentimientos (Sanchez Laguna, 1984 y Bence y Mereaux 1987).

Sin embargo, Ansermet (en Bence y Mereaux, 1987) explica que el oído selecciona los estímulos ordenando las estructuras sensoriales de tal forma que son una copia del estado afectivo del sujeto, esto significa que a través del estado afectivo podríamos identificar la música óptima para manejarse

como un sistema de comunicación. Thayer y Easton en 1968 así como Bence y Mereux en 1967, señalan que la música estimula y relaja de acuerdo a las experiencias y asociaciones pasadas y los significados simbólicos presentes del hombre. Esto implica que la individualidad, la constitución genética y la cultura así como los procesos de asociación de cada individuo, intervienen en las respuestas emocionales ante la música estimulando la sensibilidad; el ritmo, y la armonía y la melodía que aunado al temperamento y carácter del oyente permiten el descubrimiento de una amplia gama de reacciones afectivas (Alvin, 1967 y Sanchez Laguna, 1984).

Existen varios puntos de vista para explicar los efectos de la música en el hombre. La música no puede ser separada de los procesos perceptuales, simbólicos o personales, de acuerdo a su estructura es gestáltica por naturaleza y su entendimiento está de acuerdo con los principios básicos de la Gestalt, según Taylor y Paperti 1980, (en De la Barquera).

Al escuchar música se conjugan habilidades mentales y auditivas, conocimientos intelectuales, reacciones físicas y respuestas emocionales, Lulwel en 1965 (en De la Barquera 1980). Barretson en 1976 (De la Barquera 1980) refiere que la música es un arte auditivo y una experiencia afectiva, Sherborne 1930 (en Rozenzweig) por su parte, consideró que la música no puede representar sentimientos específicos pero sí la transmisión de

las propiedades dinámicas de estos. También es importante señalar que la melodía evoca tranquilidad, representando la marcha del tiempo, la música no es un sentimiento por sí mismo, pero puede influir en el cambio de las emociones.

La melodía provoca distintas respuestas, unas sutiles y otras más difíciles de definir; en el caso del ritmo por su carácter físico y la armonía por su naturaleza mental presentan mayor precisión científica. La música crea fantasías y modifica estados de ánimo, influye en los grupos de personas es la más social de las artes y es común en todos los tiempos, es un lenguaje sin palabras que permite establecer relaciones interpersonales. (Alvin, 1967).

Dentro de los experimentos realizados en donde se observan respuestas psicológicas hacia la música se encuentra el de Lange y Reinhart en 1982, que trabajaron con un número reducido de pacientes depresivos (no especificaron el número de sujetos) divididos en dos grupos; el primero fue sometido a escuchar música de Mozart y Valses (grupo control) y el segundo trabajó solamente con las terapias que llevaban (grupo experimental). Chagoya, 1982.

Los resultados de la investigación señalan que el grupo control mejoró significativamente la depresión y el grupo experimental no tuvo cambio significativo.

Una de las pocas investigaciones que se han reportado con respecto a la música y la ansiedad más recientes fue la realizada por Delle, Chiare y colaboradores en 1981. Trabajaron con dos grupos de nueve pacientes cada uno a los cuales fueron sometidos a tratamiento de Biofeedback, a uno de los grupos se le complementó el tratamiento con música, presentando una mejoría en los resultados del MMPI en lo referente a la ansiedad, y en comparación al otro grupo.

Dubois y Cortien (1982) trabajaron con niños psicóticos y artistas que tenían que expresarse con un instrumento musical en algunas sesiones y en otras eran sometidos a audiencias musicales. Como resultado se redujo la carga emocional y creativa, comenzando a relacionarse, no se menciona el número de niños, ni el tiempo de exposición a la música.

Se ha trabajado con música ambiental en las industrias y en supermercados observando que hay un alza en la producción y una reducción de accidentes. Siegmeister en 1980 sugirió que la música incita a trabajar y a relajarse, alivia la monotonía, da energía y regula los tiempos de trabajo. Otros ejemplos que se pueden señalar son los cantos de los leñadores y los pescadores de algodón.

En cuanto al aprendizaje se han realizado varias investigaciones; Uslan y Laune en 1983 trabajaron con unos cuantos pacientes ciegos y con retraso mental (no reportan

cuántos), que tenían que caminar por distintos pasillos para llegar a algún sitio determinado como la cocina, el salón de recreo, las habitaciones etc. Se colocaron bocinas con distintas melodías en los pasillos y los pacientes aprendieron a identificar la melodía que se encontraba en un pasillo determinado que los condujera al lugar que deseaban.

Investigaciones similares se han realizado para ver la estructura de una melodía sobre la memoria a corto plazo, pero no se han encontrado resultados significativos. Por ejemplo Fleisher en 1952, trabajó con 5 grupos de 40 estudiantes (no se reporta de qué) para observar si la música tenía influencia en la lectura. Cuatro grupos leyeron con música de jazz, clásica, semiclásica y popular respectivamente, y el último grupo leyó sin escuchar música. Se encontró que en el grupo que leyó con música de jazz, la velocidad en la lectura se incrementó manteniendo a los otros grupos, inclusive el que no había tenido acceso a la música, sin cambio alguno. El autor no reporta datos sobre si hubo comprensión de lectura (Chagoya 1982).

Se sabe que para que se de el aprendizaje es necesario asimilar los esquemas formales determinados que se utilizan o se adaptan para organizar la información que se recibe Bruner. (1980) manifiesta que el aprendizaje consiste en la asimilación de las formas debidas de la codificación del medio ambiente y la categorización posterior de los estímulos que llegan al sujeto

a través de los sistemas de códigos. Para Piaget, la asimilación es parte del proceso de adaptación de todos los seres humanos, la que se refiere a una interacción o cambio entre una persona y su medio ambiente. Propone que para que un individuo se adapte "intelectualmente" y también biológicamente, necesita la función de dos procesos complementarios; la acomodación y la asimilación, tomando la acomodación como la tendencia de cualquier individuo a cambiar en respuesta ante ciertas exigencias ambientales; y a la asimilación como un proceso complementario mediante el cual la persona incorpora los rasgos de realidad externa a sus propias estructuras psicológicas (Moreno 1980 y Ginsburg 1982).

Moreno (1980) retoma a Piaget manifestando que para que algo pueda ser asimilado es necesario que en el sujeto exista un esquema de acción capaz de incluir una nueva información siendo la acomodación necesaria para que el individuo transforme en función las características de lo asimilado, así propone que la adaptación intelectual es "una posición de equilibrio entre la asimilación de la experiencia a las estructuras y la acomodación de estas estructuras a los datos de la experiencia".

De este modo si no hay asimilación con respecto a estímulos nuevos no hay adaptación con respecto a dichos estímulos, aunque la teoría de Piaget propone que hay una tendencia

heredada a organizar los procesos intelectuales y adaptarlos al medio ambiente de una manera u otra.

1.3. EN LAS EMOCIONES Y LA ANSIEDAD.

Se ha observado que las emociones dependen en gran medida de la relación que existe entre la percepción sensorial y las metas de cada persona. Los investigadores de esta área manifiestan que las emociones pueden ser percibidas y si no son percibidas con suficiente intensidad pueden convertirse en emociones sentidas.

Kunst, en 1986 sugiere que si alguna melodía nos interesa es porque nos identificamos con algún elementos dentro de ella, es decir, nos llevan a percibir emociones. Considera que los seres humanos siempre están acompañados por emociones no importando el tipo de estructura de las piezas musicales ni tampoco las teorías, puesto que aún la elección de estas son hechas por su aprendizaje y experiencia.

Otros autores proponen que la música tiene un significado pragmático y semántico puesto que la información que recibimos nos provoca un efecto en nuestro estado emocional. Los seres humanos tienen la necesidad de compartir fantasías y pensamientos, no sólo para expresar lo que siente y piensa, sino también como punto de comparación con lo que rodea, siendo un elemento que propicia fantasías tanto la proyección como el hecho de compartir con el ámbito que lo rodea.

Varela (1987) concuerda con esta teoría, ya que considera que la música representa emociones personales y que tiene un poder ilimitado para despertar sentimientos y estados emocionales eróticos, amorosos, de misterio, miedo y temor.

Muchos proponen que la música es una de las bellas artes integrada por la belleza de la forma y la expresión de las ideas y es evidente que produce una respuesta emocional en el hombre. La música tiene efectos sobre el desarrollo intelectual y afectivo del ser humano a tal grado que provoca reacciones emocionales.

Willems en 1961 menciona que la melodía provoca situaciones afectivas y que la fuente de toda melodía es la psicología, es decir, las emociones y sentimientos de los seres vivos, claro que hay diferencias de percepción, Patrizi (en Sanchez Laguna 1984) señala que la música despierta en cada sujeto imágenes, sentimientos y estimula determinadas actividades de acuerdo a su contenido psicológico, las representaciones de sus sentimientos y de los estados emotivos que le acompañan.

Se ha definido a la música como el lenguaje de las emociones, puesto que puede comunicar una impresión, Fratten en 1969 observó que el carácter emocional de la música significa que crea una conmoción interna en el sujeto y propuso que ese carácter emotivo es una propiedad objetiva de la música (en Varela, 1987).

No todos los investigadores están de acuerdo en que la música transmite emociones a los oyentes. En la Grecia Antigua se hicieron clasificaciones de tonos, ritmos y otros componentes musicales, con respecto a los afectos e imitaban a estos por medio de características musicales provocando en los oyentes la misma situación que imitaban. En la Edad Media se desarrolló una teoría de los afectos que proponía una relación entre las emociones y su traducción en la música. Dicha teoría analiza tonos, timbres y ritmos en la transmisión de estados emocionales y su efecto en las personas de distintos temperamentos.

Sin embargo no define el modelado de las emociones aunque propone que a los oyentes les gusta más la música que corresponde en mayor grado a su temperamento natural.

Taylor y Papert (1957) proponen una teoría para explicar las reacciones emocionales del ser humano manifestando que la música opera indirectamente sobre el individuo por medio de asociaciones e imágenes en el intelecto (en Rozenzweig 1980) basadas en las siguientes posiciones:

a) Teoría de la "Evocación Fisiológica" - La música conduce a reacciones emocionales porque provoca estimulación en el sistema nervioso central.

b) Teoría de la "evocación estructural"; las dinámicas estructurales de la música y la estructura emocional psicodinámica son similares por lo tanto cuando ambas se unen, la música afecta directamente a las emociones.

c) Teoría de la "profunda provocación"; la música desvía al yo y al intelecto en los centros más bajos, lo que provoca que se agiten conflictos y emociones, activados y expresados a través de la música.

d) Teoría de la "facilitación de la asociación libre"; la música a través del yo produce un rápido desarrollo de fantasías.

También Sherborne (en Rozenzweig, 1980) dice que la música no puede presentar sentimientos específicos ni puede transmitirlos al sujeto, pero transmite las propiedades de los sentimientos.

Petrushin en 1988 reporta dos experimentos realizados para comprobar la teoría de los afectos. En el primer experimento se pidió a cinco músicos rusos oír 40 obras musicales para que las agrupasen de acuerdo a lo común en los estados emocionales que expresaban de acuerdo a 4 parámetros; ira, alegría, tristeza, y tranquilidad. Los músicos seleccionaron 28 de las 40 obras con emociones de una misma modalidad y se observó que había semejanza en los ritmos y tonos de las partituras por lo que se elaboró el siguiente sistema de coordenadas para mostrar los resultados:

	LENTO	TONO MENOR	TRISTEZA	
RITMO	:			TONO MAYOR	TRANQUILIDAD
	:			TONO MENOR	IRA
	RAPIDO	TONO MAYOR	ALEGRIA	

- a) ritmo lento relacionado con tono menor provoca tristeza, pena, melancolía.
- b) ritmo lento relacionado con tono mayor provoca paz, relajamiento.
- c) ritmo rápido relacionado con tono menor provoca ira, apasionamiento.
- d) ritmo rápido relacionado con tono mayor provoca emoción, alegría, optimismo (Petroushin, 1988).

Sin embargo, en el segundo experimento en donde 38 estudiantes también tenían que relacionar piezas musicales con las mismas emociones no se reportaron resultados significativos, es decir, no hubo diferencia entre ellos.

Como antecedente en 1937, Hevner trató de establecer principios de relación entre la estructura de la música y las emociones y sentimientos, proponiendo que el ritmo rápido se relaciona con felicidad y alegría; el ritmo lento se relaciona con tranquilidad y calma o tristeza; el tono alto o mayor con animación y el tono firme con vigor y dignidad (en Varela, 1987)

Sánchez Laguna en 1984 menciona que el ritmo, la armonía y la melodía aunados al temperamento y carácter del oyente permiten el descubrimiento de un mundo inmenso de reacciones afectivas.

Alvin, en 1967, menciona que la música es un medio de comunicación que ayuda a identificar y comprender las fuerzas ambientales e internas del individuo, proporcionándole su propia identificación, creando un puente entre lo real e irreal, formando imágenes mentales en sustitución del movimiento. Por lo que propone la necesidad de tomar en cuenta la mentalidad individual, la constitución genética y la cultura, así como los procesos de asociación de cada persona para observar como es afectado por la música. Sin embargo Lerdhal y Jackendoff en 1983, tomando en cuenta las teorías gramaticales de Chomsky, proponen que el lenguaje opera como un sistema único flexible de comunicar sistemas precisos, pero que la música no representa propiedades de la misma naturaleza como en el lenguaje, (citados en Walker, 1987).

Pocas investigaciones se han realizado para observar la influencia de la música en la ansiedad. Cruz y Fantoja en 1984 encontraron una disminución de la ansiedad en sujetos sometidos a escuchar música con tonos mayores, aunque no reportan cuantos sujetos, tipo y duración de la música.

Se han desarrollado diferentes estrategias para reducir el estrés y la ansiedad. Sin embargo no todos los resultados

obtenidos nos demuestran que esto sea un hecho. Ya que dependen del tipo de música el tiempo de audiencia, y las características del sujeto. Parece ser que para obtener los resultados deseados, el investigador debe seleccionar cierto tipo de música y las condiciones de su presentación. Se ha observado también que el tener preferencias hacia alguna música en particular afecta significativamente los resultados (Stratton y Zalanowski, 1984; en Hanser, 1986).

Es importante la atención que se pone al escuchar música. En relación a esto Hanser (1988) propone que la música puede ser un distractor sin cambiar necesariamente el estado psicológico.

1.4. CONCLUSIONES.

Es claro que la música influye de forma variada sobre el ser humano, siempre que este en contacto con ella. Las pocas investigaciones que se han realizado demuestran que la música es percibida por el sistema nervioso central, estimulando paralelamente al sistema nervioso autónomo que consecuentemente favorece el impulso de las facultades humanas, despertando sentimientos, imágenes e incitando la sensibilidad; todo de acuerdo a la individualidad de cada persona biológica y culturalmente.

En la literatura revisada se observó que la música estimula y relaja de acuerdo a las experiencias pasadas así como, a las

asociaciones y significados simbólicos de cada ser humano. También nos percatamos que los componentes de la música actúan sobre cuestiones específicas del hombre, como por ejemplo, en el aspecto biológico que influye de manera notoria en el ritmo, y en los aspectos mentales en que se distinguen la armonía y la melodía, aunque es una cuestión que interrelaciona estas áreas no necesariamente en lo biológico el ritmo y en lo mental son exclusivos; respectivamente.

Esto puede definir el carácter emocional de la música, que es subjetivo, de lo que el ser humano está sintiendo.

CAPITULO 2 ANTECEDENTES DE LA ANSIEDAD.

2.1. DEFINICION DE LA ANSIEDAD.

Es difícil establecer una definición exacta de ansiedad puesto que existen diferentes opiniones y enfoques del concepto. Aunque todas se refieren al mismo fenómeno o a fenómenos parecidos.

Podemos observar que la ansiedad es un fenómeno que ha acompañado al hombre siempre. Desde siglos pasados se han notado situaciones generadoras de ansiedad, como el temor de muchas culturas ante sus dioses; testimonio de ello, lo encontramos en los Babilonios o los Griegos por ejemplo.

Platón habla de un deseo universal de aspirar a la inmortalidad que provoca frustración ya que nos obliga a sentir ansiedad de tipo existencial. Epiceto habla de la ansiedad como un sentimiento producido por males que atacan a los individuos, que provienen del mismo sujeto, basado en que los humanos somos imperfectos.

Los filósofos del siglo XIX trataron de desarrollar o divulgar el concepto de ansiedad existencial. Así Rousseau decía que el hambre y el dolor son los únicos males que tiene el hombre, siendo la muerte y sus terrores los que hacen que el hombre se aleje del animal, ya que le provoca miedo todo lo relacionado al respecto. Koeinsberg (en Chagoya, 1932) señala que la

ansiedad es el temor a la muerte, pero no a morir, sino a la idea de estar muerto, a la idea de lo que pasará o habrá después de esta.

Para Kierkegaard la ansiedad se refiere al presente y al futuro cuando existen amenazas contra la integridad existencial provocada por fuentes interiores, por lo que la ansiedad tiene como objetivos principales la culpa originada por experiencias pasadas, lo que produce diversas formas de castigo interior y exterior (citado en Chagoya 1982).

La tendencia existencialista se dirige hacia la distinción de diferentes posturas que adopta la vivencia ansiosa en el ser humano. Para esta corriente el sentido de la vida no es exclusivamente el principio de placer, sino también de que el hombre madura en el dolor y crece en él. La vida es el existir, pero no se vive sin reflexión, por lo que no se existe sin tratar de entender el porqué de las cosas. Para los existencialistas la naturaleza humana incluye contradicciones, lo cual constituye una fuente de ansiedad, por lo que el conflicto fundamental de la existencia es el ser o no ser, siendo la responsable de su ser, su situación y su futuro.

Spinoza, considera que los deseos frustrados o no llevados a cabo constituyen una fuente de ansiedad. Para Malabarache citado en Chagoya, 1982 la ansiedad la provoca el error, que causa miseria en los hombres y es el principio que ha producido el mal en el mundo.

Como se mencionó con anterioridad el término ansiedad no está bien definido y se ha llegado a comparar con la angustia sin lograr una diferenciación exacta entre las dos.

Moyes (en Chagoya, 1982) propone que la angustia es un estado de tensión exaltado y que está acompañado por un sentimiento vago, pero inquietante de peligro inmediato que perturba las funciones fisiológicas y psicológicas.

Chagoya (1982) señala que la angustia tiene su origen en impulsos reprimidos que amenazan al individuo cuando la represión se debilita, también originándose por frustraciones, insatisfacciones e inseguridades.

Según Fromm, Horney y Sullivan (citado en Chagoya, 1982) la angustia es una amenaza interna producto de ciertas exigencias culturales. Así, Fromm considera que la angustia se desarrolla en el conflicto entre las necesidades de hacer contacto con los demás, de obtener aceptación social, y de conservar su independencia.

Sullivan propone que el ser humano tiene la necesidad de obtener aceptación, y cuando ésta se presenta, se adquiere un sentimiento de bienestar, más si no se adquiere produce un sentimiento que lo incomoda, siendo este sentimiento la angustia sentida. Concibe a la ansiedad como el resultado de las relaciones de uno para con otros, considerándola como una

experiencia de tensión que surge como una expresión a la disyuntiva que representan las relaciones interpersonales.

Por su parte, Horney (Chagoya, 1932) dice que la situación de frustración tiende a hacer al niño hostil, que aumenta sus sentimientos de desamparo. También propone una segunda angustia, la cual se desarrolla de las defensas construidas contra la primera angustia, lo cual produce una especie de círculo vicioso en donde la angustia produce defensas que a su vez provocan nuevas angustias y así sucesivamente. Así, define a la ansiedad como una respuesta emotiva al peligro, que puede estar acompañada por sensaciones físicas como temblar, palpitaciones cardíacas y sudoración; y específica, que la ansiedad es experimentada de diferente manera por cada individuo.

Así observamos que Horney y Sulliman proponen que los impulsos internos del niño amenazan sus relaciones con las demás personas en la medida en que pueden significar pérdida del amor.

Para Devaux y Logre (en Chagoya L. 1962) la ansiedad es una emoción que se caracteriza por un estado de dolor moral y de incertidumbre, que con frecuencia trae una sensación de malestar físico; esta sensación constituye la angustia. Más en la ansiedad, las manifestaciones de angustia no son constantes ni necesarias. Sin embargo proponen que los elementos físicos

son esenciales e indisolubles de toda emoción, teniendo a la duda, la inseguridad y la insolución como aspectos constitutivos del elemento psíquico; y el rubor, palidez, aceleración del pulso y del ritmo respiratorio como algunos elementos físicos.

Beleger (en Chagoya 1982) propone tres afectos: ansiedad, angustia y miedo. La ansiedad es considerada por el autor, como una conducta desordenada que tiende a ordenarse, concibiéndose como un correlato subjetivo que se encuentra en el área de la mente.

La angustia se encuentra en el área corporal, manifiesta en alteraciones fisiológicas como el temor, diarrea, etc. Y finalmente el miedo que está ligada a un objeto concreto, es decir, este estado afectivo se da ante algún peligro externo. De tal manera observamos que los estados afectivos mencionados por Beleger funcionan como señal de alarma que promueven nuevas manifestaciones de comportamiento que tienden a establecer un equilibrio homeostático del individuo.

López (1967) se refiere a la ansiedad y a la angustia como un mismo estado de ánimo, o matices de la misma experiencia, aunque él haya preferido utilizar el término angustia para desarrollar su teoría. Así, propone que la angustia es un miedo ante lo desconocido, miedo a que se disuelva una unidad y continuidad del yo, siendo ésta más profunda y más física que

la ansiedad. Esta última es el vértigo que aparece cuando algo sucede siendo más cognitiva y más libre que la angustia. Considera que la angustia se caracteriza por el sobreexcitamiento y la impulsación, mientras que la ansiedad es caracterizada por el sobresalto y frecuente aumento de la actividad respiratoria.

Arias Galicia en 1990 menciona que la ansiedad es una percepción subjetiva del estrés y la define como "la secuencia perfecta compleja de acontecimientos cognocitivos, afectivos y conductuales evocada por una forma de estrés" (p.p.5) Esto quiere decir que para mucha gente, las situaciones que producen estrés le provocan un incremento en la ansiedad caracterizándose sentimientos de preocupación, tensión y activación del SNA. De acuerdo a él, dicho estrés está asociado con enfermedades cardiovasculares, del colesterol, afecciones renales, asma bronquial, problemas gastrointestinales, entre otras.

Para los Psicoanalistas no hay mucha distinción entre ansiedad y angustia. Freud propone que la ansiedad es un estado afectivo ante determinadas situaciones de placer o displacer. Siendo la energía psíquica y física interactuantes la ansiedad conlleva sensaciones físicas afectando primordialmente a los órganos respiratorios y al corazón. Propone que la ansiedad tiene su ubicación en el yo puesto que esta instancia es la única que la puede experimentar. Ey (en López Ibor, 1959).

Rank (en Chagoya, 1982) considera a la vida como una serie de experiencias de superación en donde al vincularse con la separación del objeto amado (primeramente la madre) provoca ansiedad que es acompañada por síntomas fisiológicos como taquicardia, dificultad en la respiración y diarrea.

La teoría factorialista define la ansiedad como un conjunto de componentes o factores. Cada factor es un rasgo cuya magnitud varía y está organizada de diversas maneras que se expresan fenomenológicamente en el individuo, siendo la ansiedad un fenómeno universal en donde hay factores constantes y transitorios. Así las constantes se consideran como rasgos comunes a todos los transitorios, algo más complejos que responden al concepto de estado.

Spielberg en 1975 menciona que la ansiedad "es un estado subjetivo de sentimientos de agresión y tensión percibidos conscientemente y acompañados por la activación del Sistema Nervioso Autonomo (S.N.A.), cuyo nivel ansioso fluctúa en tiempos y personas como respuesta a estímulos internos y externos. La ansiedad rasgo implica el motivo o disposición conductual adquirido que predispone a percibir un amplio ranço de circunstancias no peligrosas pero amenazantes en la que responde el individuo; las reacciones de ansiedad-estado son desproporcionadas en intensidad dependiendo de la magnitud del peligro" en comparación a la Ansiedad-Rasgo. (Chagoya 1982).

2.2. CLASIFICACION DE LA ANSIEDAD.

Spinoza (en Chagoya 1982) considera que todos los afectos pertenecen al rango situacional, también la ansiedad, puesto que se producen en presencia de cualquier situación.

La Teoría Psicoanalítica propone que la ansiedad tiene dos funciones; una como señal o indicación de conflicto y otra como motivador de la represión. Freud menciona que hay tres tipos de ansiedad; la ansiedad real que es aquella reacción del individuo ante un peligro externo que constituye una amenaza real.; la ansiedad neurótica, en donde el Yo lucha contra las necesidades instintivas, donde se da la irrupción de las pulsiones prohibidas; la ansiedad moral, que se presenta cuando se toma la situación como consecuencia de haber sobrepasado un valor moral, y donde existen acciones prohibidas que acarreen la reprobación de la ansiedad (citado en Chagoya 1982).

Janet (en Chagoya 1982) manifiesta que existe una angustia principal que puede expresarse en síntomas psicómaticos, los cuales disminuyen la situación ansiosa. Posteriormente se presenta la angustia secundaria, que surge ante el peligro exterior y que es amenaza real para el individuo.

Chagoya menciona que la ansiedad existencial o vital se presenta porque la vida es considerada como una obligación que

requiere ser asumida de responsabilidad y aún más, el hombre se ve frente a la constante posibilidad de dejar de ser o existir.

Tillich (en Chagoya 1962) describe tres tipos de ansiedad, existencial;

- 1.- ansiedad óntica, o ansiedad de la vida y la muerte.
- 2.- ansiedad espiritual que se origina por la pérdida, la carencia o el vacío de la vida sin sentido.
- 3.- ansiedad moral que se presenta ante la culpa o la condenación de los demás o hacia ellos.

Lader en 1972 consideró que la ansiedad es un fenómeno que está en todas partes y en todos los tiempos, y que debido a esto se le puede considerar como normal. Sin embargo señala que todo tipo de ansiedad es anormal, y que es difícil dar una definición de ésta, ya que dependiendo del enfoque, se le puede considerar como una respuesta conductual a factores cognitivos, como una variable interviniente que modifica estilos de comportamiento, como una concomitante central a un patrón fisiológico específico, como una respuesta al estrés, etc. El autor define cuatro tipos de ansiedad:

- a) Ansiedad rasgo - definiéndose como una tendencia habitual, como si fuera un modo de vida.
- b) Ansiedad estado - la ansiedad que un individuo experimenta en un momento determinado ante una situación específica que lo provoca.

c) Ansiedad patológica - la describe como aquella que el sujeto no puede tolerar ya sea ansiedad rasgo o estado.

d) Ansiedad clínica - describe a la ansiedad como el rasgo clínico; como es el caso de los depresivos, obsesivos, histéricos y esquizofrénicos.

Agrega que hay problemas en cuanto a la investigación de las emociones, especialmente cuando se trata de la ansiedad. Primero porque la ansiedad es un fenómeno intrapsíquico que tiene lugar en procesos inconcientes o subconcientes, por lo que para estudiarla se tiene que pasar a la conciencia por medio del psicoanálisis, meditación o por algún tipo de expresión del sujeto. Segundo, debido a problemas de semántica no se puede dar una información precisa por lo que considera que se debe tomar a la palabra ansiedad como un término meramente técnico. Tercero, porque las propiedades que caracterizan a la ansiedad no son exclusivas de ella. Como propiedades, el autor menciona que la ansiedad es una emoción dirigida hacia el futuro, además de ser una emoción no placentera. Sin embargo, hay otras emociones dirigidas hacia el futuro como es la esperanza; emociones no placenteras como la culpa, aún más, la angustia puede ser placentera en algunos casos e incluso puede ser buscada por algunos individuos.

Finalmente, manifiesta que aunque existen concomitantes fisiológicos de la ansiedad, no son exclusivos de ésta, ya que pueden ser el resultado del nivel de actividad conductual de un individuo desde el sueño hasta la excitación emocional. A esta actividad emocional la llama "activación", por lo que si un individuo tiene una activación elevada cuando se presenta la ansiedad sus cambios fisiológicos pueden no aumentar significativamente puesto que hay un límite o umbral, y viceversa.

2.3. CONCLUSIONES.

Podemos observar que los investigadores no se han puesto de acuerdo para ofrecer una definición específica con respecto a la ansiedad, por lo que tampoco hay un acuerdo en cuanto a los tipos de ansiedad que pueden existir. Así pues, algunas corrientes proponen que la ansiedad se manifiesta a lo largo de la existencia del individuo a causa de la relación y el cuestionamiento entre la vida y la muerte y las contradicciones que viven. Otras, proponen que es una manifestación ante el peligro y la tensión cotidiana, o como defensa ante las exigencias sociales, como resultado de las relaciones y la lucha por la aceptación social. Para algunos, la ansiedad es provocada por males y miedos distintos. Aún más, se ha dicho que la ansiedad es lo mismo que la angustia, aunque no todos están de acuerdo con esta proposición ya que han manifestado diferencias entre ansiedad, angustia y miedo.

Sin embargo, la mayoría de los investigadores están de acuerdo en que la ansiedad es un estado de ánimo que además viene acompañado por fenómenos fisiológicos como incremento del ritmo cardíaco o de la respiración.

Con respecto a esta investigación se tomó a la ansiedad rasgo y estado que proponen Spielberg y Guerrero (1975), siendo la primera un rasgo subjetivo de todos los seres humanos en donde se experimenta tensión ante situaciones peligrosas y teniendo también manifestaciones fisiológicas. Así, la ansiedad estado es transitoria, provocada por situaciones específicas en un momento dado. Porque de acuerdo a los planteamientos y objetivos de la investigación es la que nos fundamenta.

CAPITULO 3 ASPECTOS GENERALES EN MUSICOTERAPIA Y PSICLOGIA DE LA MUSICA.

3.1. MUSICOTERAPIA.

Para estudiar al hombre se debe de tomar en cuenta un enfoque multidisciplinario, por lo que la musicoterapia es parte de esta tarea, estando provista de los puntos básicos de otras ciencias que tengan que ver con la conducta humana. Se sabe que los enfermos pueden modificar su conducta o mejorar patrones conductuales que ya tienen arraigados. La musicoterapia ha sido utilizada en hospitales desde principios de siglo porque se pensaba que podían elevar la moral, disminuir el estrés y actuar sobre funciones metabólicas. Después de algún tiempo comenzaron a surgir teorías de tipo psicoanalítico, conductual, humanístico etc., con respecto a la música y su utilidad y apreciabilidad.

Según algunos psicoanalistas, la música se rige con el principio del placer, el hombre encuentra placer en la música puesto que provoca una gratificación inconciente a deseos reprimidos. La música se ha asociado con la psique de la siguiente manera: la música, en relación con el ello conmueve a los individuos estimulando sus fantasías; en relación con el yo, da calma y tranquilidad, por lo tanto mantiene en equilibrio el sistema nervioso central; y en relación con el super yo, inspira ideas sublimes y refuerza el mandato moral y

las prohibiciones. De esta manera se puede concluir que la música ayuda a mantener un equilibrio en la psique (Chagoya, 1982).

La teoría Gestáltica propone que el sonido determina campos de fuerzas, de tensiones, y relajaciones que afectan la sensibilidad, por lo que provoca efectos fisiológicos y psicológicos.

La musicoterapia tiene como objetivo aliviar, cambiar comportamientos y/o influir en los sentimientos. Existen diferentes definiciones de acuerdo con la escuela de cada terapeuta. Sin embargo, la Asociación Nacional de Músico-terapeutas de Gran Bretaña define musicoterapia como "la forma de tratamiento en donde se establece una relación mutua entre el paciente y el terapeuta dando pie a que ocurran cambios. Al utilizar música creativa en un ambiente clínico, el terapeuta busca establecer una interacción, una experiencia musical compartida, y una actividad encaminada al logro de las metas terapéuticas de acuerdo a la patología del paciente". (Bunt 1988 p.p.4) De tal manera que se ayude al individuo a la socialización, rehabilitación y entrenamiento por medio de la formación de nuevos y definidos canales de comunicación.

Bunt en 1988 señala que no importa el grado de habilidad de quien interpreta la música, ni tampoco la calidad de la misma, sino como influye en los sujetos a nivel físico, intelectual,

emocional, social, etc. Se han estudiado los efectos usando varios tipos de música como la clásica, la popular, etc. Estos efectos son diferentes de acuerdo a cada persona con la que se trabaja.

En algunos países el terapeuta es un músico entrenado y conocedor de todo tipo de melodías, pero no tiene conocimientos de la conducción de terapia. En otros, los terapeutas son psicólogos, fisiólogos o educadores, que si bien tienen conocimientos de terapia necesitan entrenamiento en el campo de la música.

La musicoterapia se ha utilizado con pacientes que tienen problemas de comunicación como resultado de alguna incapacidad o enfermedad mental, y se ha trabajado con niños y adultos que padecen de sordera, autismo, problemas de conducta y de índole emocional; así como con problemas de lenguaje, e incluso se han hecho estudios con pacientes que presentan desórdenes orgánicos tales como el mal de Parkinson y el mal de Huntington Chorea. La musicoterapia ha sido utilizada con mayor frecuencia en los Estados Unidos y recientemente en los países de Europa.

Un ejemplo de ello se encuentra en el hospital de "Fulbourn" en Cambridge, Inglaterra, donde la musicoterapia es el uso de la música para permitir un medio alternativo de comunicación y de expresión, en donde las palabras no son necesariamente la manera más efectiva de llegar a las metas terapéuticas para el

paciente..." (Odell, 1988,pg.52). En el hospital de Fulbourn se toman dos aspectos como los más importantes dentro de la musicoterapia: a) la música en vivo, es decir, la interpretación de esta tanto al cliente (como nombran al paciente) como del terapeuta y b) la interacción terapeuta-paciente por medio de la improvisación musical. De esta manera, trabajó con un grupo de pacientes con problemas de depresión y sentimientos de soledad, y utilizaron instrumentos como percusiones, violín y piano, los cuales fueron interpretados por cada uno de ellos. Se podían hacer comentarios con respecto al desarrollo de cada miembro del grupo, la música que se tocaba y su relación o efectos que tenía. Una de las metas más importantes era aminorar el padecimiento de los pacientes de tal manera que ellos fueran autosuficientes y no necesitaran más de la terapia. Los pacientes expresaron que la musicoterapia les ayudó a superar dificultades que tenían para relacionarse con los demás y adquirir más confianza en sí mismo, además de que aprendieron a apreciar, respetar y respaldar a los demás y a disminuir tensión y frustración por medio de expresarse con los instrumentos.

Para Odell (1988), la música dentro de la musicoterapia es un medio necesario para que se de una relación entre el paciente y el terapeuta sin que el paciente posea habilidad musical, cosa que en el terapeuta si es necesario; dando pie a terapias

individuales o de grupo, en donde las metas son planeadas por el terapeuta, sus colegas y el cliente.

La interacción y conductas musicales representan la reflexión de lo que sucede en el paciente. No hay decisión unánime con respecto a si se deben utilizar elementos verbales dentro de la terapia, aunque muchos hacen uso de estos. (Odell, 1988).

Así, se definen a la improvisación musical como "cualquier contribución de sonido y silencio creado espontáneamente con un principio y final como marco de trabajo" (Odell 1988 pp. 54), y a la improvisación clínica como "improvisación musical con un significado terapéutico específico y un propósito en un ambiente que facilite respuesta e interacción" (Odell 1988 pp.54)

Se han creado diferentes terapias con respecto a la música, entre ellas, se encuentra la Musicoterapia creativa, creada por Paul Nordoff y Clive Robbins entre 1965 y 1983. El modelo de esta terapia es la improvisación que puede ser individual o de grupo; aunque originalmente se desarrolló para niños, actualmente se trabaja con adolescentes y adultos. La terapia tiene como objetivo desarrollar la autoexpresión, la comunicación y las relaciones humanas, construir personalidades fuertes, desarrollar la creatividad, libertad personal e interpersonal y desaparecer patrones patológicos de conducta.

Estos objetivos son llevados a cabo por medio de la interpretación por parte de los pacientes y terapeutas de instrumentos musicales y cantos. (Bruscia en 1985).

La terapia de improvisación libre, creada por Alvin Juliet entre 1975 y 1978, es aquella en donde el terapeuta no impone reglas, estructuras o temas. Los objetivos principales son la autoliberación, el establecimiento de relaciones y el desarrollo físico, intelectual, emocional y social que se logran por medio de dos técnicas: la activa, en donde el paciente o cliente hace la música, por medio de la interpretación del instrumento musical que desee escoger, y la receptiva en la que el cliente escucha la música, es decir, de una variedad de cassettes, discos y compactos el cliente escoge la melodía que desea oír y posteriormente, se analiza en terapia.

Alvin es reconocida por su trabajo con autistas, en donde gracias a la musicoterapia ha logrado que estos pacientes tengan mejor socialización con su medio. La musicoterapia puede ser individual, familiar o de grupo.

La Musicoterapia Analítica o Explorativa creada por Priestley, Wright, y Wardle en los años 70's, se hace uso de palabras e improvisaciones musicales simbólicas como medio para explorar la vida interna del oyente y facilitar el crecimiento de su interior. La improvisación es estimulada o guiada por títulos verbales que describen aspectos emocionales que el paciente quiere examinar, y la meta es desarrollar sus potencialidades.

Los modelos de Improvisación de Drift, creada por Drift en 1980, es una terapia que tiene como meta que el cliente experimente su propio yo en su contexto social y físico, así como desarrollar las cualidades creativas y de espontaneidad.

3.2. PSICOLOGIA DE LA MUSICA.

Walker en 1987, manifiesta que los psicólogos no toman en cuenta a la música como un arte y que el problema es que han hecho teorías que son de poco valor para ella, categorizando todo lo que estudian: es decir, aún cuando han hecho varias investigaciones, no han aportado datos importantes para la música categorizándola en el sentido de que denominan ciertas melodías como influyentes del comportamiento de los sujetos sin darles mucha relevancia Psicológica.

No existe una definición que pueda describir específicamente lo que es la psicología de la música, sin embargo se sabe que existe, y que a diferencia de la musicoterapia tiene objetivos más allá de provocar cambios conductuales en el individuo y desarrollar su creatividad. La Psicología de la música tiene mayor interés en identificar los procesos internos tanto fisiológicos como psicológicos que se llevan a cabo cuando el sujeto escucha música. Sin embargo, ambas se encuentran interrelacionadas.

La psicología se ha adentrado en el campo de la música para tratar de aclarar algunos aspectos que se relacionan con el comportamiento como son:

1. Observar la relación entre las reglas musicales y las leyes de percepción y cognición. Se ha tratado de investigar los procesos y habilidades que se requieren para diferenciar entre tonos mayores y menores; efectos de escuchar una melodía, como puede ser el que provoque tensión o relajación o bien, para desarrollar el gusto por un tipo específico de música. Shannon en 1981 trató de ver si existían reacciones o respuestas diferentes al escuchar música con el oído izquierdo o con el derecho, pero no encontró diferencias en las reacciones. Havner en 1957 realizó una investigación para identificar la característica de la música (tiempo, tono, volumen, armonía, etc) que produce mayor significado a ésta dependiendo de cada persona. Encontró que ni el tiempo, ni la modalidad, ni el tono alteraban las emociones de las personas mientras que la armonía y el ritmo sí lo hacían.

2.- Observar el por qué hay gentes con mayor o menor habilidad musical y cuál es la manera de evaluarla. Esto es, ver si la habilidad musical es innata, genéticamente predispuesta, o bien, si es un proceso de enseñanza-aprendizaje, identificar los factores sociales y culturales que influyen en la habilidad, etc.

3.- Observar la naturaleza de la relación emoción-música, es decir, encontrar las posibles causas de que la música transmite o representa cierto mensaje para algunas personas que la escuchan.

Medushevsky, en 1968 habla de la existencia de una correspondencia entre la estructura musical de una obra determinada y nuestras emociones. Hevner en 1937, estableció una serie de principios de la relación entre la estructura musical de una obra y las emociones y sentimientos, proponiendo que el tiempo rápido está ligado con felicidad y alegría; mientras que el tiempo lento está relacionado con tranquilidad, calma o tristeza; el tono alto con animación y el ritmo firme, con vigor y dignidad. Otros investigadores han reportado aspectos similares que corroboran las relaciones de esta propuesta.

4.- El uso de la música en la industria; se ha comprobado que la música incrementa la productividad puesto que induce a trabajar. También sirve como una forma de relajamiento y en algunas ocasiones se ha encontrado que disminuye los accidentes de trabajo.

5.- El uso de la música como terapia: se trata de observar cómo influye en los aspectos fisiológicos, como induce ciertas emociones que puedan llevar a un cambio conductual. Se ha trabajado con depresión (Reinhardt y Lange, 1982), con

ansiedad (Riondi y col., 1981), con niños psicóticos y autistas (Corti y Dabois, 1982) aminorando la problemática que presentan las personas.

6.- La influencia de la música en el aprendizaje se ha tratado de observar los efectos de la música en los niños con problemas de aprendizaje. Boltari y Evans en 1982, trataron de investigar si algunos niños mejoraban su capacidad de retención y encontraron que aquellos que tienen habilidades verbales pudieron incrementar su capacidad de retención que aquellos que no tenían dichas habilidades.

Walker en 1967 ha señalado que aunque la psicología de la música tiene un amplio campo de investigación, poco se ha desarrollado en esta área. Sin embargo todavía queda mucho por estudiar.

3.3. Conclusiones.

Se han obtenido datos importantes con respecto a la música y su influencia en el ser humano gracias a la Musicoterapia y a la Psicología de la Música, aún cuando el lenguaje conceptual que cada uno utiliza es diferente. Los Musicoterapeutas están interesados por los resultados o cambios que existen en los individuos que están en contacto con la música. Mientras que la Psicología de la Música está interesada en ver los procesos Fisiológicos y Psicopedagógicos que ocurren durante el contacto musical.

En lo referente a las características de la música y los efectos que esta provoca en el hombre, se concluye que el ritmo y la armonía son las áreas con mayor precisión científica para comprobar sus efectos en el ser humano, en cuanto a la modalidad y el tono son primordiales en la alteración de las emociones y desde el aspecto cognitivo, la melodía es la más importante y es la fuente de la Psicología, de acuerdo a la literatura revisada.

CAPITULO 4

ROCK PROGRESIVO.

4.1. DESARROLLO DEL ROCK PROGRESIVO.

Este movimiento se originó en Europa en el año de 1967 aproximadamente. Sus máximos exponentes, como: "Yes, Emerson-Lake and Palmer y Genesis" en el Reino Unido, tuvieron su máxima plenitud en los años setentas así como otros grupos europeos. Actualmente se mantiene vigente, e inclusive es notoria su influencia en otros movimientos musicales contemporáneos, como es el caso de Jazz fusión y el "New Age". Es un género musical que se encuentra a la expectativa aunque no tenga una amplia difusión (de Miguel, 1978).

El rock sinfónico, como se le conoce, fue madurando a través del tiempo, tanto en el desarrollo tecnológico o en el perfeccionamiento del sintetizador, en su uso, así como en la madurez musical de los intérpretes que participaron en este movimiento.

Es a partir de los años setentas que tecnológicamente todo estaba listo para el apogeo del rock sinfónico sus intérpretes, creadores y su desarrollo (de Miguel, 1978).

El rock and roll fue perdiendo la fuerza que tuvo en los años sesentas, y comenzaron a surgir grupos como los Beatles y los Rolling Stones, época del hippismo, utilización del L.S.D. y

el picodelismo, una época de grandes movimientos juveniles.

El rock no se quedó estancado ni estático, aparecieron gran cantidad de músicos que habían asimilado el mensaje musical y cultural del rock and roll y que habían estudiado música clásica anteriormente o sabían lo suficiente para reconocer los valores artísticos como la calidad, la estética, la interpretación, sus movimientos etc, después de escucharla (Puig, Murillo, y Pérez, 1977). Una de las características de esta influencia, es que se necesitaban más de tres minutos para transmitir todo lo que el músico quería compartir. Los primeros grupos en considerar a la orquesta sinfónica como elemento eficaz en el rock, fueron "Procol Harum" y los "Moody Blues" (Puig, Murillo y Pérez, 1977). El rock siguió abriéndose paso y surgieron temas como: "In a gadda da vida", del grupo Iron Butterfly, Jesucristo superestrella, Evita y Tommy. La llegada del sintetizador al rock permitió el trabajo más independiente, sin la necesidad de la orquesta sinfónica para crear efectos convincentes.

"King Crimson" fue uno de los grupos que rápidamente lo supo liberar y usarlo, otro músico que aportó fue "Brayan Enc", ya que siempre le interesó el sonido electrónico, también "Green Slade y Camel" brindaron trabajos de mucha calidad. "Supertramp", conjunción armónica entre voces e instrumentos, es de lo más notado dentro del rock progresivo (Puig, Murillo y Pérez, 1977 y Gómez, 1989).

Siguiendo así la lista sería amplia, así tenemos que los máximos exponentes como: "Mike Oldfield, Triunvirat, Vangelis, Hawkind, Premia Forneria Marconi y Tangerine Dream, Focus, Renaissance, Jethro Tull", entre otros, son importantes e innovadores, sin embargo desde un punto de vista comercial, los tres grupos con mayor impacto fueron: "Emerson Lake and Palmer, Yes y Genesis". (Agustín, 1965 y De Miguel, 1978).

4.2. CLASIFICACION DEL ROCK PROGRESIVO.

El rock progresivo no es difícil de clasificar siguiendo los criterios convencionales que proponen Puig, Murillo y Pérez en 1977 Gómez en 1989. Este último productor y conductor del programa "Espiral 101", se dedicó a la transmisión de rock progresivo en México, D.F., programa que era transmitido en frecuencia modulada de la radio. Los criterios que definen son:

- 1.- Electrónico, basado en el uso del sintetizador.
- 2.- Sinfónico, utilizando instrumentos de la música sinfónica.
- 3.- Combinado que es cuando se apoyan los instrumentos sinfónicos y el sintetizador.

También puede ser dividido en rock progresivo instrumental o cantado.

4.3. DEFINICION DE ROCK PROGRESIVO.

El rock progresivo, sinfónico, fusión o moog, como también es conocido este movimiento musical, no brinda muchas facilidades para ubicarlo y definirlo, debido a que lo constituyen elementos musicales que en ocasiones se confunden con otros tipos de música como el "jazz fusión, el new age", o cualquier otro tipo de música que utilice algunos de los principios musicales que el rock progresivo maneja; ritmo, armonía, melodía etc, score todo si no se es profundo conocedor en cuestiones musicales o se parte de una base general de la música popular en especial el rock y el jazz (Agustín, 1985).

Esta problemática conlleva a la revisión de varios puntos de vista y opiniones de distintos autores que sirvieron para integrar una definición más completa. En la introducción que Puig y Murillo hicieron en el libro "Moog Rock" en 1977, refieren que el movimiento en cuestión es un puente entre lo nuevo y lo viejo de la música, que es una expresión de la comunicación personal, un proceso de creatividad donde impera de forma colectiva e individual las percepciones que son reprocesadas, remodelándolas y a la vez externándolas, tomando infinidad de formas que tienen su raíz en lo subjetivo. Gómez, (1989) durante la entrevista que sostuvimos en la estación de radio, comentó que este movimiento es un proceso

evolutivo de la música contemporánea, a partir del año 1967 y de la época del psicodelismo, que permitió la aparición de nuevos conceptos musicales para desarrollarse posteriormente, creando la conjunción del rock and roll, con las enseñanzas y experiencias artísticas y técnicas de la escuela sinfónica.

Este parlamento coincide con la posición de Puig, Murillo y Pérez en 1977, ya que concuerdan que esta corriente musical es la combinación o producto híbrido del rock and roll y la música clásica, coincidiendo también con la opinión del investigador de Miguel, 1978, quien planteó y sostuvo un criterio similar, agregando que el rock progresivo conserva las características básicas de la música (arte de combinar los sonidos y los silencios con el tiempo presentando ritmo, armonía y melodía), destacando la fuerza expresiva y la sensualidad del rock; incorporándose a las técnicas de la música clásica (de Miguel, 1978).

Retomando los puntos de vista mencionados, se consideró como definición de Rock progresivo para la presente investigación el siguiente planteamiento; el rock progresivo es un movimiento musical creativo y expresivo que está integrado por la fusión del rock y las características de la música sinfónica o clásica así como de sus técnicas; nacido en Europa aproximadamente en el año de 1967, donde sus componentes son igual de importantes y complementarios, enriqueciendo y

colaborando con la idea o sentimiento que el músico quiere comunicar. Aunque sea una música poco escuchada por la generalidad de la población mexicana.

4.4. CONCLUSIONES.

El rock progresivo es difícil de definirlo y en ocasiones, hay que ser un estudioso conocedor o escuchar bastante éste género musical y a sus interpretes y autores para poder diferenciar los de otros tipos de música.

Definitivamente es una música que no está en relación directa con la Cultura Mexicana tradicional, recordando que es un movimiento que nació en Europa en los finales de los años sesentas y utiliza cierto equipo e instrumentación, que es de alguna manera poco usual en la música que se escucha, y se hace en México comunmente.

Es un tipo de música desde el punto de vista rítmico-armónico, es rico y variado porque es una fusión de varias expresiones musicales y por lo tanto conserva y resperta las características que el hombre experimenta al escucharla. Aunque es compleja y poco usual a menos que sea utilizada en la producción de materiales audiovisuales o empleada en procesos terapéuticos.

CAPITULO 5
METODOLOGIA

5.1. PROBLEMA

¿Cuál es el efecto de escuchar rock progresivo instrumental en el nivel de ansiedad en estudiantes universitarios?

5.2. OBJETIVO GENERAL

Determinar el efecto de escuchar rock progresivo instrumental en el nivel de ansiedad en un grupo de estudiantes universitarios a través de la aplicación del inventario de ansiedad rasgo y estado (I.D.A.R.E.) y el cuestionario de asimilación de la música.

5.3. OBJETIVOS ESPECIFICOS.

a) Identificar el nivel de ansiedad de un grupo de estudiantes universitarios a través del I.D.A.R.E.

b) Someter al grupo a las audiencias de rock progresivo instrumental.

c) Evaluar la asimilación del rock progresivo a través de la aplicación de un cuestionario de asimilación.

d) Aplicar el retest del I.D.A.R.E. para identificar el nivel de ansiedad, después de las sesiones de rock progresivo.

e) Comparar los puntajes obtenidos entre la primera y segunda aplicación del I.D.A.R.E.

f) Comparar los puntajes obtenidos a través del I.D.A.R.E. y los puntajes obtenidos en el cuestionario de asimilación.

5.4. HIPOTESIS.

Ht.- El escuchar rock progresivo instrumental provoca efectos en el nivel de ansiedad.

H1.- Al aplicar el I.D.A.R.E. a un grupo de estudiantes antes de escuchar rock progresivo instrumental se obtendrá una curva de distribución normal de acuerdo a sus puntajes.

H2.- Sometiendo al grupo de estudiantes a sesiones de rock progresivo instrumental el nivel de ansiedad se ve modificado.

H3.- El grupo universitario asimila el rock progresivo, si este es de su agrado.

H4.- El escuchar rock progresivo instrumental disminuye el nivel de ansiedad de acuerdo a la curva de normalidad obtenida en la primera aplicación del IDARE.

H5.- Los puntajes obtenidos entre la primera y segunda aplicación del IDARE difieren entre sí.

H6.- Al comparar los puntajes obtenidos entre la primera y segunda aplicación del IDARE, con los puntajes altos obtenidos en el cuestionario de asimilación, el nivel de ansiedad disminuye.

Hn.- El escuchar rock progresivo instrumental no produce cambios en el nivel de ansiedad.

5.5. DEFINICION DE VARIABLES.

La variable independiente (X) es el roce progresivo instrumental.

La variable dependiente (Y) es el nivel de ansiedad, como variables de analisis estan producto de la investigaci3n.

1.- El nivel de asimilaci3n (Y)

5.6. DEFINICION DE TERMINOS.

I.D.A.R.E. Inventario de ansiedad razgo y estado.

SONIDO.- Vibraciones transmitidas por ondas ac3sticas.
(En el hombre se perciben cuando estan entre 20-20 000 revoluciones por segundo).

INTENSIDAD.- Cantidad de energa producida por el sonido.

TONO.- Caracteristica Ffsica que indica la medida de frecuencia.

100 HERTZ- Tono bajo, sonido grave

400 HERTZ- Tono medio

1000 HERTZ- Tono alto, sonido agudo

(en Reader Digest 1972 y Laoruzzi 1987).

TIMBRE.- Calidad ffsica de identificaci3n de sonido.

DURACION.- Tiempo que emplea el sonido producido hasta dejar de ser escuchado. (Pecy, Shoies 1984, Larousse 1987).

ROCK.- Movimiento musical originario de Estados Unidos y que es la conjunción del Folk Country Norteamericano y el Blues de la población de origen africano del Sur de Norteamérica. Este tipo de música se caracteriza por estar cargado de sensualidad y un marcado ritmo, presentando una estructura cuyo compás es de cuatro tiempos (Rabra, 1984).

5.7. POBLACION

La población estudiada se conformó por estudiantes de la licenciatura del turno vespertino de la Universidad del Valle de México, Plantel Tlalpan, que consta de un total de 2,192 alumnos.

La muestra se constituyó por 54 estudiantes de Licenciatura de las siguientes carreras:

Administración	(10)
Arquitectura	(1)
Comunicación	(1)
Contaduría	(4)
Derecho	(3)

Diseño Gráfico (5)

Ingeniería (2)

Pedagogía (2)

Psicología (23)

Sistemas (3)

Los criterios de selección de la muestra fueron:

- a) Alumnos inscritos en alguna de las carreras.
- b) Alumnos que accedieran a participar voluntariamente en el estudio.
- c) No hubo señalamiento en la edad, sexo o carrera.

Es importante señalar que en las investigaciones revisadas sobre estudios de música y ansiedad representan muestras pequeñas cuyo promedio es de 15 sujetos. En este estudio, en lo particular, el diseño utilizado nos permitió utilizar una muestra de estas dimensiones.

La muestra estuvo conformada por 33 mujeres y 21 hombres, los cuales se integraron en forma aleatoria en dos grupos de 27 sujetos cada uno debido al diseño y espacio del escenario de investigación.

5.8. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN.

La investigación requirió de dos muestras relacionadas puesto que los sujetos de la muestra no fueron seleccionados

unos de otros, sino que aceptaron al invitarios voluntariamente a participar en el estudio, existiendo varios puntos de relación entre ellos, como el hecho de ser estudiantes del mismo plantel. Se sometieron al estudio los mismos sujetos en dos ocasiones, por lo que la primera medición funciona como control y la segunda como experimental (Pick, y Lopez, 1988).

Matheson y colaboradores en su libro "Psicología experimental" le llaman a este mismo diseño "antes y después" con un solo grupo", debido a que trabaja con un grupo, en el que se da una relación temporal dentro de la condición experimental para analizar las puntuaciones previas y posteriores, con el objeto de describir un cambio en la conducta de los sujetos en dos condiciones de observación.

Este tipo de diseño tiene como ventaja que los sujetos son su propio controlador. Sin embargo, tiene limitaciones en cuanto a que deja sin controlar variables secundarias que se pueden presentar (Matheson, Bruce y Beauchamp 1985, tensión, tratamiento psicofarmacológico, situación académica etc).

Nos decidimos por este diseño cuyo paradigma es:

	Antes	Después
Grupo	Estímulo	
	(Experimental)	(Control)

5.9. TRATAMIENTO ESTADÍSTICO.

Se utilizaron las medidas de tendencia central que corresponden a la estadística no paramétrica descriptiva; moda, media, mediana, desviación estandar y varianza para observar la distribución de los datos y poder así ordenarlos y correlacionarlos en grupos de acuerdo a las hipótesis y variables de análisis, utilizando la correlación de producto-momento de Pearson:

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{[(\sum X^2 - (\sum X)^2 / N)(\sum Y^2 - (\sum Y)^2 / N)]^{1/2}}$$

Donde:

N = Número de puntajes pares.

$\sum XY$ = Suma de los productos de los puntajes pares.

$\sum X$ = Suma de los puntajes de una variable.

$\sum Y$ = Suma de los puntajes de la otra variable.

$\sum X^2$ = Suma de los puntajes de la variable X al cuadrado.

$\sum Y^2$ = Suma de los puntajes de la variable Y al cuadrado.

(Bruning, J. y Kintz, L. 1977).

5.10 INSTRUMENTOS Y APARATOS.

Se utilizó el inventario de ansiedad estado rasgo I.D.A.R.E. (Spielberg y Guerrero, 1975) versión en español del STAI (State Trait Anxiety Inventory) constituido por dos

escalas separadas de autoevaluación que se utiliza para medir dos dimensiones distintas de la ansiedad: 1.- La llamada Ansiedad-Rasgo (A-Rasgo), y 2.- La llamada Ansiedad-Estado (A-Estado).

La escala A-Rasgo del inventario de la ansiedad consiste de veinte afirmaciones en las que se pide a los sujetos describir cómo se sienten generalmente. La escala A-Estado también consiste en veinte afirmaciones, pero las instrucciones requieren que los sujetos indiquen cómo se sienten en un momento dado. Ambas escalas se encuentran impresas en una sola hoja, una de un lado y la otra del otro. La escala A-Estado es designada SXE y la escala A-Rasgo es designada SXR.

Se puede utilizar la escala A-Estado para determinar los niveles reales de intensidad de A-Estado inducidos por procedimientos experimentales de tensión, o bien como un índice del nivel de pulsión (P).

La escala A-Estado es un indicador sensitivo del nivel de ansiedad transitoria experimentada por clientes y pacientes en orientación, psicoterapia, terapéutica del comportamiento o en los pabellones psiquiátricos. Puede también utilizarse para medir los cambios de intensidad en A-Estado que ocurren en estas situaciones. Las características esenciales que pueden evaluar con la escala A-Estado involucran sentimientos de tensión, nerviosismo, preocupación y aprehensión.

El IDARE fue diseñado para ser autoadministrable y puede ser aplicada ya sea individualmente o en grupo. Las instrucciones completas están impresas en el protocolo de ambas escalas tanto la escala de A-Rasgo como la de A-Estado. El inventario no tiene límite de tiempo.

La dispersión de posibles puntuaciones para el "Inventario de Autoevaluación" del IDARE varía desde una puntuación mínima de 20, hasta una puntuación máxima de 80, tanto en la escala A-Estado como en la escala A-Rasgo. Los sujetos responden a cada uno de los reactivos del IDARE valorándose ellos mismos en una escala de cuatro puntos (ver el protocolo del IDARE en el Apéndice A). Las cuatro categorías para la escala A-Estado son: 1. No en lo absoluto. 2. Un poco. 3. Bastante y 4. Mucho. Las categorías para la escala A-Rasgo son: 1. Casi nunca. 2. Algunas veces. 3. Frecuentemente y 4. Casi siempre. (Díaz-Guerrero y Spielberger, 1975).

El IDARE tiene validez y confiabilidad en los alumnos desde el nivel básico, en adelante y en la población adulta normal, al menos en Argentina, Ecuador, Perú y México. Aunque sigue habiendo poca investigación en lo que a la ansiedad y al IDARE se refiere en Latinoamérica (Bruning, James-Kintz, 1977).

El cuestionario de asimilación, que es una escala desarrollada específicamente para evaluar cuatro áreas: a) Conocimiento sobre la música, b) Condiciones ambientales del lugar donde ocurrieron las audiencias,

c) El tipo de música (ritmo, tonos, armonías) y d) El tipo de instrumentos que intervienen en la música. Este instrumento se aplicó con el objeto de observar si los sujetos participantes en la investigación asimilaron la música a las que se les expuso.

Esta escala originalmente contaba con 112 reactivos que después de ser juzgado por Psicólogos, Pedagogos, Psiquiatras, Psicoanalistas, Sociólogos, estudiantes de los últimos semestres de las carreras de Pedagogía y Psicología y con un grupo similar al utilizado en la investigación; la escala estructuró con 12 reactivos con objeto de darle validez interna y externa así como confiabilidad. Con tres reactivos se integró cada área; es una escala autoadministrable y también se puede aplicar en grupo, la forma de respuesta es marcando con una cruz si el reactivo es cierto o falso. El puntaje comprendió un mínimo de 12 puntos y un máximo de 24 puntos, se consideró como criterio 16 puntos en adelante como una asimilación alta.

También se utilizó una grabadora EMBASSY estereofónica, Modelo MC-2500 Power Source de 120 Volts/60 Hertz con 22 Watts de salida por bocina (2) y equalizador de 7 bandas, dos cassettes Samsung XII-1 de 60 minutos cada uno con música de: GENESIS, YES, TANGERINE DREAM, CANEL, PREMIATA FORNERIA MARCONI, JEAN MICHEL JARRE, JEAN LUC PONTY, TRIANA, GREEN BLADE, VANGELIS, ELTON JOHN, EMERSON, LAKE AND PALMER, KING CRIMSON Y

LAPICES.

5.11 ESCENARIO.

Las audiencias y las aplicaciones de los instrumentos, se llevaron a cabo en el salón de exámenes profesionales de la Universidad del Valle de México, Plantel Tlalpan que cuenta con una capacidad para 50 personas y con condiciones óptimas de acústica, iluminación, espacio y temperatura, y aislada del ruido externo.

5.12. PROCEDIMIENTO.

Primeramente se invitó a los estudiantes del plantel a participar en el estudio; una vez que aceptaron se procedió a establecer el Rapport.

Posteriormente y como primera sesión se les indicó que debían contestar un inventario de ansiedad en su formato de estado y una vez contestado, escucharían música durante 30 minutos.

En la segunda sesión se les indicó que escucharían música durante 30 minutos del mismo género y características sólo que con diferentes autores y melodías, controlándose de esta manera el efecto de anticipación, costumbre y aprendizaje. Después se les pidió que contestarán nuevamente el cuestionario de ansiedad en el formato de ansiedad estado y en esta ocasión, el cuestionario de asimilación.

Es importante mencionar que la música utilizada cumple con los requisitos básicos del rock progresivo, esto es, totalmente instrumental, la mayoría de las piezas presentan tonos altos, (como en la música utilizada en las investigaciones revisadas), cambios notorios en el ritmo, melodía y armonía.

También cabe decir que la música fue preparada especialmente para la investigación por el Sr. Jorge Gómez (Rock 101) a manera de que no existieran cambios bruscos en su secuencia (mezclaje) y que no hubiera manipulación por parte de los investigadores.

CAPITULO 6
RESULTADOS

Después de obtener los puntajes de las pruebas aplicadas durante la investigación se observaron los siguientes resultados:

En la muestra y su relación con el nivel de ansiedad

El 52.96% de la población disminuyó su nivel de ansiedad
El 37.03% de la población aumento su nivel de ansiedad
MEDIA \bar{x} = 49.99
MEDIANA = 49.99
MODA = 37.03

#	EDAD	SEXO	CARRERA	PRE	POST
1	26	F	LAE	43	24
2	18	F	DG	52	35
3	18	F	PSIC	50	40
4	22	M	DG	31	33
5	23	F	DG	38	27
6	21	M	ING	32	37
7	19	M	ARQ	42	31
8	24	M	DER	28	25
9	29	M	SIST	43	27
10	25	M	SIST	53	31
11	21	M	LAE	34	36
12	24	M	SIST	38	29
13	18	M	DER	39	32
14	20	M	CONT	32	37
15	20	M	CONT	35	31
16	19	M	CONT	48	33
17	22	M	DER	34	35
18	20	M	LAE	40	37
19	20	M	LAE	42	36
20	20	F	COM	40	42
21	19	F	ING	34	42
22	21	F	DG	46	36
23	18	F	DG	45	35
24	22	F	CONT	32	32
25	25	F	LAE	28	22
26	22	M	LAE	27	21
27	20	F	LAE	40	37
28	22	M	LAE	31	35
29	21	F	LAE	38	27
30	22	F	LAE	32	32
31	21	F	PED	35	28
32	21	F	PED	38	32
33	22	F	PSIC	37	48
34	20	F	PSIC	38	27
35	19	F	PSIC	31	48
36	20	F	PSIC	40	64
37	19	F	PSIC	32	48
38	21	F	PSIC	31	31
39	20	F	PSIC	47	27
40	23	F	PSIC	29	28
41	23	F	PSIC	28	59
42	22	F	PSIC	26	27
43	25	F	PSIC	28	32
44	22	F	PSIC	31	42
45	12	F	PSIC	29	34
46	24	M	PSIC	34	37
47	21	F	PSIC	43	31
48	23	F	PSIC	39	25
49	22	F	PSIC	28	37
50	22	F	PSIC	28	37
51	22	F	PSIC	46	43
52	39	M	PSIC	23	20
53	35	M	PSIC	31	34
54	24	M	PSIC	32	21

TABLA DE DESCRIPCION DE
PUNTAJES DE ANSIEDAD
ANTES Y DESPUES POR
SUJETO.

En relación al nivel de ansiedad y el sexo (ver cuadro y gráfica No. 1) se notó:

En el sexo femenino el 60.60% disminuyó la ansiedad	
En el sexo femenino el 39.39% aumento la ansiedad	
MEDIA \bar{X} =	50.59
MEDIANA =	50.59
MODA =	39.99
En el sexo masculino 66.66% disminuyó la ansiedad	
En el sexo masculino 33.33% aumento la ansiedad	
MEDIA \bar{X} =	49.99
MEDIANA =	49.99
MODA =	33.33

CORRELACION PRODUCTO MOMENTO DE PEARSON.

LA PRUEBA Z= 0.3

LA PRUEBA T= 0.136

En cuanto a la relación entre la ansiedad y las carreras universitarias (ver cuadro y gráfica No. 2) se obtuvo lo siguiente:

CARRERA	ANSIEDAD				
	DISMINUCION	AUMENTO	\bar{X}	MEDIANA	MGDA
ARQUITECTURA	100%	----	50	50	0
COMUNICACION	----	100%	50.00	50.00	0
CONTADURIA	100%	----	50.00	50.00	0
DISEÑO GRAFICO	80%	20%	50.00	50.00	20.00
DERECHO	76%	33.33%	54.83	54.83	33.00
INGENIERIA	----	100%	50.00	50.00	0
ADMINISTRACION (I.A.E.)	80%	20%	50.00	50.00	20.00
PEDAGOGIA	100%	-----	50.00	50.00	0
PSICOLOGIA	43.47%	56.52%	49.99	49.99	43.00
SISTEMAS	100%	-----	50.00	50.00	0
CORRELACION DE PEARSON					
LA PRUEBA $Z=0.5$					
LA PRUEBA $t=1.15$					

En lo referente a la ansiedad y la edad (ver cuadro y gráfica No.3

EDAD	ANSIEDAD				
	DISEMINUCION	AUMENTO	X	MEDIANA	MODA
18	100%	-----	50.00	50.00	0
19	60%	60%	50.00	50.00	40
20	77.77%	22.22%	49.49	49.49	22.22%
21	66.66%	33.33%	49.49	49.49	33.33
22	36.36%	63.63%	49.49	49.49	36.36
23	60%	40%	50.00	50.00	40.00
24	74%	25%	50.00	50.00	25.00
25	66.66%	33.33%	49.49	49.49	33.33
26	100%	-----	50.00	50.00	0
27	100%	-----	50.00	50.00	0
35	-----	100%	50.00	50.00	0
39	100%	-----	50.00	50.00	0

CORRELACION DE PEARSON

LA PRUEBA Z=1.65

LA PRUEBA T= .10 (df 120)

En los resultados de la relación Ansiedad Y el Cuestionario de Asimilación (ver Cuadro y Gráfica No. 4):

ASIMILACION	ANSIEDAD		X	MEDIANA	MODA
	DISMINUCION	AUMENTO			
13	-----	100%	50.00	50.00	0
15	100%	-----	50.00	50.00	0
16	100%	-----	50.00	50.00	0
17	25%	75%	50.00	50.00	25.00
18	20%	80%	50.00	50.00	20.00
19	62.50%	37.50%	50.00	50.00	37.50
20	57.14%	42.85%	49.49	49.49	42.85
21	91.66%	8.33%	49.49	49.49	83.30
22	33.33%	66.66%	49.49	49.49	33.33
37	100%	-----	50.00	50.00	0

CORRELACION DE PEARSON

LA PRUEBA Z=0.771

LA PRUEBA T= .02 (df 14)

CAPITULO 7 CONCLUSION

Después de observar los resultados obtenidos a través de las aplicaciones de los instrumentos mencionados, se notaron las siguientes distribuciones:

El nivel de ansiedad en la muestra disminuyó de una forma significativa, estadísticamente hablando. Del total de estudiantes que participaron en la investigación:

El 62.56% disminuyó y el 37.03% aumentó, indicando que la música influye tal y como se plantea en las hipótesis de trabajo: H1, H2, H4, H5, y la H4.

En relación al nivel de ansiedad y la variable de análisis sexo se registró que esta disminuyó significativamente. En el sexo femenino el 60.60% disminuyó su nivel de ansiedad, mientras que el 39.39% aumentó. En el sexo masculino el 66.66% disminuyó su nivel de ansiedad, mientras el 33.33% aumento.

Esto significa que en el sexo masculino es ligeramente superior el decremento de la ansiedad, corroborando las hipótesis de trabajo: H1, H2, H4, H5 y la H4.

Referente a la ansiedad y las carreras universitarias incluidas en el trabajo se notó que el nivel de ansiedad disminuyó significativamente, excepto en las carreras de comunicación, ingeniería y psicología (ver tabla pag. 67), donde el aumento

de la ansiedad es notorio sobre todo en la carrera de psicología, destacando que el 90% son mujeres, confirmando las hipótesis de trabajo: H1, H2, H4, H5 y la H6.

En cuanto a la ansiedad y la edad es importante mencionar que en las edades de 19, 22 y 35 años el nivel de ansiedad se incrementó, mientras que en las demás edades el decremento es notable, lo que da valor a las hipótesis de trabajo: H1, H2, H4, H5 y la H6. (ver tabla pag; 67).

En cuanto a la influencia de la ansiedad y la asimilación del rock progresivo, se descubrió que no se manifiesta de forma significativa. Donde se observó una relación estrecha entre la disminución de ansiedad y la asimilación del rock progresivo es en las edades de 19 años y con 7 sujetos del sexo femenino; de 20 años reportándose 8 individuos, 4 del sexo femenino y 4 del sexo masculino; de 21 años con 7 sujetos del sexo masculino, que suman en total 20 alumnos esto quiere decir que el 37% disminuyó el nivel de ansiedad en relación a la asimilación del rock progresivo.

Hay que considerar en todos los resultados que las distribuciones de los sujetos representativos de la muestra en relación a la edad, sexo y carrera no son regulares en cuanto a cantidades equitativas.

CAPITULO 8 DISCUSION

En el presente trabajo de investigación es importante mencionar y considerar algunos puntos ya que permiten una justificación y una invitación a realizar más estudios sobre el tema para profundizar y obtener explicaciones científicas y metodológicas relacionadas con el área de la Psicología de la Música.

Primeramente cabe señalar el control de las variables con mayor precisión, para prevenir los efectos y respuestas y de esta manera proveer de mayor validez y confiabilidad a los resultados y brindar explicaciones teóricas y experimentales a este tipo de fenómenos.

El trabajo es de gran utilidad, y aplicabilidad considerando las condiciones ambientales actuales en la que se desenvuelve la gente en general y sobre todo de los estudiantes, en donde las tensiones diarias, los apuros económicos, las exigencias académicas, las presiones familiares, etc. conducen a que las personas presenten conductas de ansiedad.

El presente estudio demostró que el rock progresivo instrumental utilizado en condiciones específicas, es favorable para mejorar la situación ansiosa del sujeto en el terreno escolar, lo cual podría ser recomendable implementar estrategias o condiciones que ayuden a los estudiantes a

disminuir la ansiedad así como ampliarlo a otras áreas como en la terapéutica, en escenarios laborales, en el proceso de aprendizaje, en fin, donde el ser humano esté sometido a situaciones que provoquen ansiedad.

Lo cual se correlaciona con la literatura revisada ya que señala que la música provoca efectos positivos en el bienestar del ser humano.

La edad no representó un factor decisivo y por esto consideramos que puede ser escuchado por cualquier individuo y produzca disminución en el nivel de ansiedad.

CAPITULO 9 LIMITACIONES

Se sabe que dentro de una investigación existen variables extrañas que pueden influir en los resultados y convertirse en limitaciones, por lo que dentro de este estudio encontramos varias de ellas.

En primer lugar es importante tomar en cuenta el estado de ánimo de la muestra participante, en el sentido en que pudo haber influido en su disposición de escuchar la música por lo tanto el efecto que el rock progresivo instrumental tuvo en cada uno de ellos es distinto así como en las respuestas escritas en el IDARE y al cuestionario de asimilación.

Otro aspecto importante que se debe tomar en cuenta es la veracidad de dichas respuestas debido a que pudiese falsearse la información o por compromiso o por alguna otra razón.

La relación de los participantes con el rock progresivo instrumental es de suma importancia también, puesto que en determinado momento puede ser una limitante; es decir, este tipo de música no es actual por lo que podemos suponer que no todos los participantes tienen contacto con ella. Pero por otro lado, esto puede ser una ventaja porque de alguna manera no hay contaminación del sujeto, en relación con esta música, no la han relacionado con experiencias pasadas y no le han dado una carga emocional lo que puede traer resultados más

verídicos. Sin embargo, esto mismo puede provocar que los participantes no asimilen la música por ser algo a lo que no están acostumbrados a escuchar.

Asimismo, el hecho de que los participantes no desarrollaran ninguna actividad durante la sesión musical puede haber influido en los resultados puesto que pudo haber sido este factor, el que relajara a los participantes reduciendo su ansiedad.

En resumen, podemos concluir que efectivamente escuchar rock progresivo instrumental basado en tonos mayores disminuye el nivel de ansiedad en los Universitarios, aclarando por supuesto que pueden presentarse condiciones no controladas durante la investigación como son situaciones específicas de tensión, algún trastorno fisiológico o psicológico, Tratamiento Psicotrópico etc.

Finalmente, hay que tomar en cuenta que quizá el cuestionario de asimilación no sea el 100% válido y confiable y necesite verificarse con otras poblaciones que no sean de estudiantes universitarios.

BIBLIOGRAFIA.

LIBROS:

- Agustín, J., (1965,) "LA NUEVA MUSICA CLASICA" Edit. Universo, México
- Alvin, J., (1967,) "MUSICOTERAPIA" Edit. Paidós, España, pag. 103-124.
- Benca, L. y Merciaux, M., (1967,) "GUIA PRACTICA DE MUSICOTERAPIA". Edit Geocisa, México, pag. 17-21, 39-87, 152 y 168.
- Bruning, James-Kintz, S.L., (1977,) "COMPUTATIONAL HAND BOOK OF STATISTICS" Edit Scott. Foresman and Company USA.
- De Miguel, Antonio, (1978,) "ROCK ALEMAN" Edit. Iniciativas Editoriales, S.A., España, pag 3-16.
- Ginspbur, Herbert, (1962,) "PIAGET Y LA TEORIA DEL DESARROLLO INTELLECTUAL" Edit. Prentice Hall Barcelona, Esp., pag 27.
- Larousse, (1987,) "DICCIONARIO ILUSTRADO DE LAS CIENCIAS" Edit. Larousse México, D.F.
- Linton, M., (1986,) "MANUAL SIMPLIFICADO DE ESTILO" Edit. Trillas, México, D.F.

ESTA TESIS NO DEBE
SALIR DE LA BIBLIOTECA

López Ibor, J.J., (1967) "ANGUSTIA VITAL" Edit. Paz-Montalvo, España, pag. 102-137.

López Ibor J.J., (1979,) "LAS NEUROSIAS" Edit. Gredos, España, pag. 19-34.

Matheson, Bruce, Beauchamp. (1985,) "PSICOLOGIA EXPERIMENTAL". Edit., C.E.C.S.A., México, D.F., pag. 136-152.

Moreno, G., (1980,) "PSICOLOGIA DEL APRENDIZAJE" Edit. Siglo Nuevo Editores, S.A., México, D.F., pag. 66-87.

Percy A. S., (1984,) "DICCIONARIO OXFORD DE LA MUSICA". Tomo 1 y 2, Barcelona, España.

Piaget, J., (1978,) "SEIS ESTILIOS EN PSICOLOGIA" Edit. Serri Barral, S.A., Barcelona, Esp., pag. 147.

Pick D' Weiss, S. (1979,) "COMO INVESTIGAR EN CIENCIAS SOCIALES" Edit. Trillas, México.

Puig, Damian-Murillo, y Pérez, (1977,) "MODO ROCK". Edit. Iniciativas Editoriales, S.A., España, pag. 20-80.

Rabra, Sierra, (1984,) "HISTORIA DE LA MUSICA ROCK" Edit. España.

Readers Digest, (1972,) "GRAN DICCIONARIO ENCICLOPEDIA ILUSTRADO". Tomos 1-7-8, México, D.F.

Spielberg, C. y Díaz Guerrero, R., (1975,) "INVENTARIO DE ANSIEDAD BASSO-ESTADO" (I.D.A.R.E.), Edit. Manual Moderno, México.

Thayer E., (1966,) "TRATADO DE MUSICOTERAPIA" Edit. Paidós, España, pag. 27-47.

Willems, E. (1961,) "PSICOLOGIA Y EDUCACION MUSICAL". Edit. Ricordi, España.

ARTICULOS:

Arias, Galicia, F. (1990,) "INVESTIGACIONES SOBRE EL IDARE EN CUATRO PAISES LATINOAMERICANOS: ARGENTINA, ECUADOR, MEXICO Y PERU", Psicología Mexicana Contemporánea. Volumen 3 Número 1-2, México, D.F.

Berlin, F., (1979,) "PSYCHOLOGICAL THERAPIES FOR ANXIETY", Psychiatric Annals 9:9, pp. 41-55.

Bruscia, K. E., (1966,) "A SURVEY OF TREATMENT PROCEDURES IN IMPROVISATIONAL MUSIC THERAPY" Psychology of Music 1966, No. 16, pp. 10-24.

Sunt, L. (1968,) "MUSIC THERAPY: AN INTRODUCTION" Psychology of Music, No. 15, pp. 3-7.

Sunt, L., (1966,) "A DISCUSSION ON THE RELATIONSHIPS BETWEEN MUSIC THERAPY AND THE PSYCHOLOGY OF MUSIC" Psychology of Music, 1966, No. 16, pp. 62-70.

- Caraveo, J., (1989,) "PSICOANALISIS, COMUNICACION Y ROCK"
Aguaric Instituto Mexicano de Psicoanalisis., pg. 258-266.
- Clarke, E., (1989,) "THEORY, ANALYSIS AND THE PSYCHOLOGY OF
 MUSIC; A CRITICAL EVALUATION OF LERDHAL, F. AND JACKENDOFF, R.
 A GENERATIVE THEORY OF TONAL MUSIC" pp. 3-16.
- Cooper, C., (1989,) "POPULAR MUSICIANS UNDER PRESSURE" Psychology
 of Music, No. 17, pp. 22-36.
- Cruz y Pantoja M., (1984,) "ANALISIS DE LA VARIACION QUE SOBRE
 LA ANSIEDAD PRODUCEN DIFERENTES TONOS MUSICALES" Psychology
 Abstracts Volumen II XLV Congreso Nacional de Psicología, pg.
 60.
- Dorfman, L., (1966,) "THE EFFECTS OF MUSIC-EVOKED ON THE CAPACITY
 FOR PHYSICAL WORK IN CONECTION WITH" Psikologicheski Journal
 Vol. 7 No. 5, pp. 132-136.
- Hanser, S., (1988,) B. "CONTROVERSY IN MUSIC LISTENING-STRESS
 REDUCTION RESEARCH", The Arts in Psichotherapy, Vol. 15, pp.
 211-217.
- Hanser, S., (1985,) B. "MUSIC THERAPYAND STRESS REDUCTION
 RESESEARCH"
Journal of Music Therapy, XXI-4, pp. 193-206, University of
 Pacific.

Jafee, N., and Himle, D., (1989), "COGNITIVE-BEHAVIOURAL TREATMENT OF MUSICAL PERFORMANCE ANXIETY" Psychology of Music, No. 17, pp. 12-21.

Kunts, Jo., (1986) "SOCIAL COGNITIONS AND MUSICAL EMOTIONS" Communication and Cognition, Vol. 19 No. 2 pp. 221-227.

Lader, M., (1972), "THE NATURE OF ANXIETY", Journal of Psychiatric pp. 481-491.

Lehtonen, K., (1988), "IS THERE A CORRESPONDANCE BETWEEN THE STRUCTURES OF MUSIC AND THE PSIQUE?" Psichiatria Fennica, Vol. 19, pp. 51-61.

Longuet-Higgins, C., (1987), "MUSIC AND THE PSYCHOLOGIST OR THE POET AND THE PEASANT", Psychology of Music, No. 15, pp. 3-6.

Lull, J., T. (1978), "AUDIENCIES FOR CONTEMPORARY RADIO FORMATS" Journal of Broadcasting, Vol. 22, No. 4, pp. 409-453.

Mc Farland, R. A., (1988), "RELATIONSHIP OF SKIN TEMPERATURE CHANGES", Bio-feedback and Self Regulation Vol. 10 No. 3, pp. 255-267., California State University, Fullerton.

Mansen P., (1986), "SOCIAL NETWORK MEDIATION OF ANXIETY", Psychiatric Annals.

Meerum, and Van Grinsven, "RECOGNITION OF EMOTIONS IN MUSIC BY CHILDREN AND ADULTS" Perceptual and Motor Skills, No. 67, (1988), pp. 697-698, Free University Amsterdam.

Odell, H., (1988), "A MUSIC APPROACH IN METAL HEALTH" Psychology of Music, No. 16, pp. 52-61.

Osborne, J. W., (1981), "THE MAPPING OF THOUGHTS, EMOTIONS SENSATIONS AND IMAGES AS RESPONSES TO MUSIC", Journal of Mental Imagery, No. 5, pp. 133-136.

Petrovshin, V., (1988), "SIMULATION OF EMOTIONS BY MEANS OF MUSIC" Voprosy Psikhologii, Sep-Oct., No. 5, pp. 141-144.

Foland, B. (1967), (Ohio State University School of Music) "THE PERCEPTION OF SOUND AS MUSIC", Psychomusicology, Vol. 1 pp. 63-70.

Rhodes, L., A., (1988), David, Daniel C. and Combs Allan L. "ABSORPTION AND ENJOYMENT OF MUSIC" Perceptual and Motor Skills Jan. Vol. 66 (3).

Ruffner, M., Anne, (1972), "WOMENS ATTITUDES TOWARD PROGRESSIVE ROCK RADIO", Journal of Broadcasting Vol. 17, No. 1. pp. 85-94.

Varela M. M., (1987), "LA INFLUENCIA DE LA MUSICA EN EL COMPORTAMIENTO HUMANO" Acta Psicológica Mexicana, Vol. 3 no. 1 pag. 90-103.

Walker, R., (1987), "MUSICAL PERSPECTIVES ON PSYCHOLOGICAL RESEARCH AND MUSIC EDUCATION" *Psychology of Music*, No. 15, pp. 167-185.

Zakharova, N.N., (1982), "FUNCTIONAL CHANGES IN THE C.N.S. DURING PERCEPTION ON MUSIC" *Zhurnal Vysshei Nervnoi Deyatel'nost*. Vol. 32, No. 5, pp. 915-924.

Zaragoza, Emilio, (1985), "TECNICAS EXPERIMENTALES EN EL TRATAMIENTO DE LOS PROBLEMAS DE ANSIEDAD" *Revista Mexicana de Psicología*, Vol. II, pag. 143-155.

TESIS:

Chagoya Flores, (1980), "ESTUDIO COMPARATIVO DE LA ANSIEDAD CON EL INVENTARIO IDAREE EN PACIENTES PSIQUIATRICOS, DESPUES DE UNA TERAPIA DE APOYO". Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, pag. 2-33.

De la Barquera M., (1980), "EL PAPEL DE LA MUSICA EN EL DESARROLLO INTEGRAL DEL NIÑO". Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Ibero Americana, pag. 34-42.

Rozenweig, P., (1980), "ALGUNAS APLICACIONES DE LA MUSICOTERAPIA EN MEXICO". Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Ibero Americana.

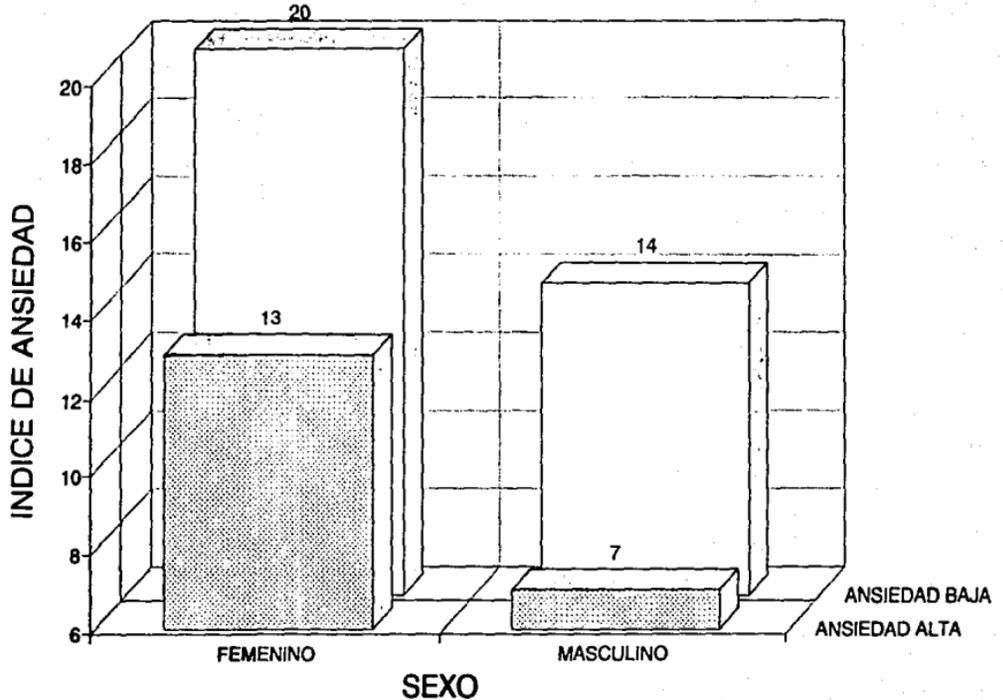
Sánchez Laguna, (1984), "LA MÚSICA EN PSICOTERAPIA" Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, pag. 13-33.

CUADRO.... 1

SEXO	ALTO	BAJO
FEMENINO	13	20
MASCULIN	7	14

DESCRIPCION DE LA ANSIEDAD EN BASE AL SEXO.

GRAFICA POR NIVEL DE ANSIEDAD EN BASE AL SEXO



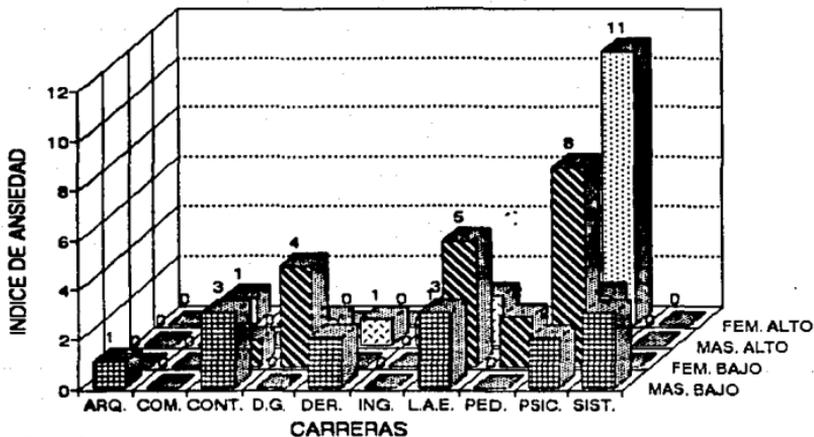
GRAFICA 1

CUADRO.... 2

CARRERA	A L T O		B A J O	
	FEM	MAS	FEM	MAS
ARQ.	0	0	0	1
COM.	1	0	0	0
CONT.	0	0	1	3
D.G.	0	1	4	0
DER.	0	1	0	2
ING.	1	1	0	0
L.A.E.	0	2	5	3
PED.	0	0	2	0
PSIC.	11	2	8	2
SIST.	0	0	0	3

DESCRIPCION DE LA ANSIEDAD EN BASE A LAS CARRERAS Y AL SEXO.

GRAFICA DE GRADO DE ANSIEDAD EN BASE A LAS CARRERAS Y AL SEXO



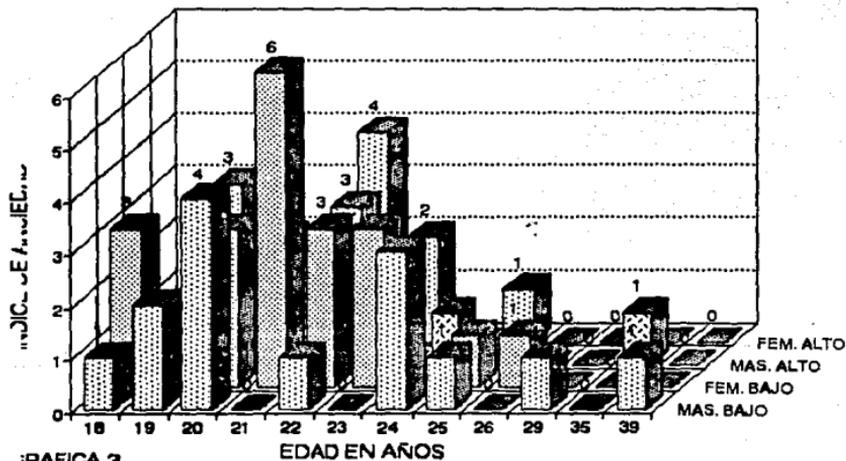
GRAFICA 2

CUADRO.... 3

EDAD	ALTO		BAJO	
	FEM	MAS	FEM	MAS
18	0	0	3	1
19	3	0	0	2
20	2	0	3	4
21	1	2	6	0
22	4	3	3	1
23	2	0	3	0
24	0	1	0	3
25	1	0	1	1
26	0	0	1	0
29	0	0	0	1
35	0	1	0	0
39	0	0	0	1

DESCRIPCION DE LA ANSIEDAD EN BASE A LA EDAD Y AL SEXO.

GRAFICA DE GRADO DE ANSIEDAD EN BASE A LA EDAD Y AL SEXO



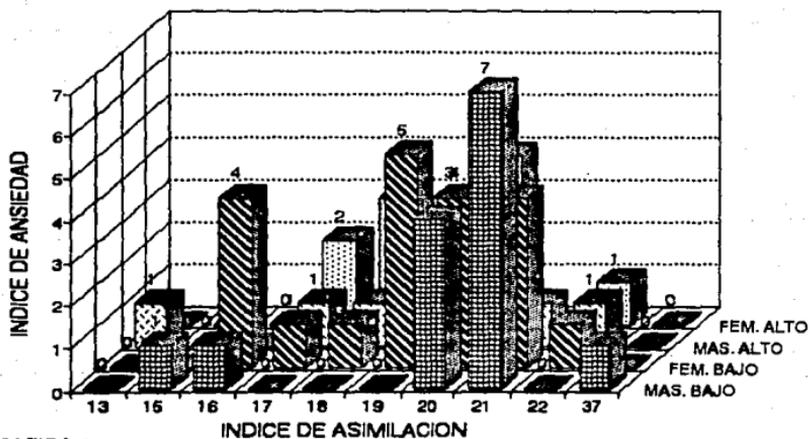
GRAFICA 3

CUADRO.... 4

ASIMILAC.	A L T O		B A J O	
	FEM	MAS	FEM	MAS
13	0	1	0	0
15	0	0	0	1
16	0	0	4	1
17	2	1	1	0
18	3	1	1	0
19	3	0	5	0
20	4	2	4	4
21	0	1	4	7
22	1	1	1	0
37	0	0	0	1

DESCRIPCION DE LA ANSIEDAD EN BASE A LA ASIMILACION Y AL SEXO.

GRAFICA DE GRADO DE ANSIEDAD EN BASE A LA ASIMILACION Y AL SEXO



GRAFICA 4

IDARE
Inventario de Autoevaluación
por

C. D. Spielberger, A. Martínez-Urrutia, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero

Nombre: _____ Fecha: _____

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo del número que indique cómo se siente *ahora mismo*, o sea, en *este momento*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

	NO EN LO ABSOLUTO	UN POCO	BASTANTE	MUCHO
1. Me siento calmado	0	1	2	3
2. Me siento seguro	0	1	2	3
3. Estoy tenso	0	1	2	3
4. Estoy contrariado	0	1	2	3
5. Estoy a gusto	0	1	2	3
6. Me siento alterado	0	1	2	3
7. Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo	0	1	2	3
8. Me siento descansado	0	1	2	3
9. Me siento ansioso	0	1	2	3
10. Me siento cómodo	0	1	2	3
11. Me siento con confianza en mí mismo	0	1	2	3
12. Me siento nervioso	0	1	2	3
13. Me siento agitado	0	1	2	3
14. Me siento "a punto de explotar"	0	1	2	3
15. Me siento reposado	0	1	2	3
16. Me siento satisfecho	0	1	2	3
17. Estoy preocupado	0	1	2	3
18. Me siento muy excitado y aturdido	0	1	2	3
19. Me siento alegre	0	1	2	3
20. Me siento bien	0	1	2	3

IDARE

Inventario de Autoevaluación

SXR

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo del número que indique cómo se siente *generalmente*. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente *generalmente*.

	CASI NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	CASI SIEMPRE
21. Me siento bien	0	1	2	3
22. Me canso rápidamente	0	1	2	3
23. Siento ganas de llorar	0	1	2	3
24. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo	0	1	2	3
25. Pierdo oportunidades por no poder decidirme rápidamente	0	1	2	3
26. Me siento descansado	0	1	2	3
27. Soy una persona "tranquila, serena y sosegada"	0	1	2	3
28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas	0	1	2	3
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	0	1	2	3
30. Soy feliz	0	1	2	3
31. Tomo las cosas muy a pecho	0	1	2	3
32. Me falta confianza en mí mismo	0	1	2	3
33. Me siento seguro	0	1	2	3
34. Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades	0	1	2	3
35. Me siento melancólico	0	1	2	3
36. Me siento satisfecho	0	1	2	3
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan	0	1	2	3
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza	0	1	2	3
39. Soy una persona estable	0	1	2	3
40. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado	0	1	2	3

CUESTIONARIO DE ASIMILACION

EDAD

SEXO

CARRERA

LEA CADA PREGUNTA Y MARQUE LA RESPUESTA SEGUN SU CRITERIO.

- | | | | |
|----|---|--------|-------|
| 1. | Leo sobre teorías musicales. | CIERTO | FALSO |
| 2. | El frío del salón no me permite estar tranquilo. | CIERTO | FALSO |
| 3. | El ritmo de la música no me permite estar tranquilo. | CIERTO | FALSO |
| 4. | Las trompetas molestaron mis oídos. | CIERTO | FALSO |
| 5. | El salón no es comodo para escuchar la música. | CIERTO | FALSO |
| 6. | El volumen de la música fue tan bajo que no lo pude escuchar. | CIERTO | FALSO |
| 7. | Mi cercanía con el rock no es frecuente. | CIERTO | FALSO |
| 8. | Los violines en la música fueron molestos. | CIERTO | FALSO |

- | | | | |
|-----|--|--------|-------|
| 9. | La ventilación del salón fue suficiente. | CIERTO | FALSO |
| 10. | La combinación de sonidos fue agradable. | CIERTO | FALSO |
| 11. | Puedo relacionar esta música con experiencias vividas. | CIERTO | FALSO |
| 12. | Las percusiones resultaron desapercibida. | CIERTO | FALSO |