

8 201



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

**ESCUELA NACIONAL DE ESTUDIOS PROFESIONALES
"ARAGON"**

**La Musicoterapia y la Educación
Centrada en la Persona.**

T E S I S

**QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN PEDAGOGIA
P R E S E N T A**

LILIANA CHALIT LAZO

MEXICO

**TESIS CON
FALLA DE ORIGEN**

1980



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.

I N D I C E

PROLOGO	I
INTRODUCCION.....	II
CAPITULO I	
LA MUSICOTERAPIA	
1.1. Definiciones y objetivos de la musicoterapia.....	2
A. Definiciones sobre la música.	
B. Definición y objetivos de la musicoterapia	
1.2. Historia y desarrollo de la musicoterapia.....	14
A. Aspectos históricos de la musicoterapia.	
B. Desarrollo y evolución de la musicoterapia.	
1.3. Propiedades intrínsecas de la música y del sonido.....	20
A. La física del sonido.	
B. Propiedades de la música.	
C. La sonósfera.	
D. La pulsación vital.	
1.4. Efectos de la música en el ser humano.....	39
A. Efectos orgánicos.	
B. Efectos psicológicos.	
C. Efectos místico-transpersonales.	
1.5. Principios de la musicoterapia.....	55
A. Principio de ISO.	
B. Objeto intermediario y objeto integrador.	
C. Formas de aplicación de la musicoterapia.	
- pasiva o receptiva.	
- activa o expresiva.	
1.6. El sonido y los procesos creativos.....	63
A. Hemisferios cerebrales y aprendizaje.	
B. La creatividad, los sonidos y los modos del conocimiento.	
CAPITULO II	
EDUCACION CENTRADA EN LA PERSONA.	
2.1. Educación musical.....	74
2.2. Marco histórico del enfoque centrado en la persona.....	80
A. Datos biográficos de Carl Rogers.	
B. Bases teóricas y filosóficas del Enfoque Centrado en la Persona.	
C. Antecedentes del Enfoque Centrado en la Persona.	

2.3. Aprendizaje significativo.....	88
2.4. Características del facilitador.....	93
A. Empatía.	
B. Aceptación.	
C. Congruencia.	
2.5. Papel que desempeñan el educador y el estudiante en el proceso de enseñanza-aprendizaje centrado en la persona..	110
A. Funciones del educador.	
B. Funciones de los educandos.	
C. La educación y los valores.	
2.6. Autoestima y autorrealización.....	116
A. Autoestima y autoaceptación.	
B. Autorrealización.	

CAPITULO III
CORRELACION DE LA MUSICOTERAPIA CON LA
EDUCACION CENTRADA EN LA PERSONA.

3.1. Una sesión de musicoterapia.....	127
A. Etapas de la sesión.	
B. La creación del clima.	
C. El instrumental.	
3.2. Características del musicoterapeuta.....	134
A. Carlos Fregtman.	
B. Rolando Benenson.	
C. Juliette Alvin.	
D. Donald E. Michel	
3.3. Análisis de la correlación entre la Musicoterapia y el Enfoque Centrado en la Persona.....	140
A. La musicoterapia y el Enfoque Centrado en la Persona	
B. La musicoterapia, la autoestima y la autorrealización.	
C. La musicoterapia y el aprendizaje significativo.	
D. Papel del facilitador y del educando en la musicoterapia.	

CONCLUSIONES: "MUSICOTERAPIA CENTRADA EN LA PERSONA".....	153
GLOSARIO	156
BIBLIOGRAFIA	159

P R O L O G O

El prólogo no es sino un espacio que busqué para expresarme, para compartir contigo lector una parte de mí misma, que es lo que dió significado al tema elegido.

Una oportunidad de ser, de compartir, de verme a través de otro, de estar y crecer juntos y de entablar lazos afectivos. Lograr ideales, sueños guardados, realidades candentes, y conciencia universal. Esto es para mí la pedagogía, una forma de ser, una forma de vida, una estrella que late al ritmo de mis encuentros, un camino de amor así como de lágrimas que en sí mismas guardan una esperanza.

La música, un cúmulo de sonidos y de silencios acoplados de tal forma que hacen vibrar de diferentes maneras mi alma, mi ser.

Hablar de música, de sonidos y silencios es hablar de arte, es hablar de la naturaleza, es hablar de mí misma.

La naturaleza con su propio ritmo, mi cuerpo con su propio ritmo, que cuando creo estar en silencio le escucho, y escucho de esta manera mi corazón.

Encontrarme con el otro, contigo, es encontrar el complemento de mi música, es escucharte y sentirte en lo más profundo de mi ser, y encontrarme frente a diferentes expresiones. Armonicemos y mejor será nuestro canto.

Al hacerme conciente de mi propio ritmo personal, siento el ritmo externo presente en toda forma de vida, busco vibrar al unísono del universo: con el océano, las estrellas, el aire, mi prójimo, la vegetación, los animales, el fuego y mi ser interno. Una sensación de trascender, en el infinito y en mi hermano el hombre.

La humanidad recibimos legados de los grandes maestros de la música, y también recibimos legados de los grandes maestros de la vida. En mi vida mis mejores maestros, mis maestros de la vida han sido los niños con quienes he compartido ya algunos años en la tarea de aprender juntos. Ellos me enseñaron a aprender de los cuentos y deseo compartir contigo uno de estos.

MUSICA PARA SORDOS

Yo antes estaba completamente sordo.
Y veía a la gente, de pie y dando toda clase de vueltas. Lo llamaban baile.
A mí me parecía absurdo...hasta que un día oí la música. Entonces comprendí lo hermoso que era la danza.

I N T R O D U C C I O N

La tarea del pedagogo dentro de la formación se relaciona totalmente con los objetivos y las características de una Musicoterapia Centrada en la Persona, ya que esta es un espacio formativo y de desarrollo de posibilidades del individuo.

El desarrollo de este trabajo ha sido a través de una investigación teórico-documental, del cual tenemos como intención proponer una "Musicoterapia Centrada en la Persona" con un enfoque Humanista. Para ello hemos analizado lo escrito acerca de dos teorías: Una, la Musicoterapia, y dos, la Educación Centrada en la Persona propuesta por Carl Rogers y por último el análisis de la relación y concordancia entre ambas.

La musicoterapia utiliza básicamente el sonido para promover el desarrollo de potencialidades en el ser humano, es decir que entendiéndola desde el punto de vista más amplio esta disciplina es de tipo formativo más que terapéutico.

Enfoque Centrado en la Persona, es el nombre que recibe la teoría expuesta por Carl Rogers, que se puede aplicar al campo educativo así como a cualquier campo en donde se trabaje directamente con personas en proceso de desarrollo. Recibe su nombre gracias a que considera como centro de cualquier tarea, objetivo y actitud, las necesidades individuales de la persona.

Este trabajo está constituido por tres fases que aparecen en tres capítulos. En el primer capítulo se describen los objetivos, definiciones, principios, características, efectos y ubicación histórica de la Musicoterapia y el sonido-ser humano.

En este capítulo se presentan los diferentes puntos de vista que ha tenido la Musicoterapia y su relación directa con el sonido y la música; los efectos del sonido sobre los seres vivos, principalmente sobre el ser humano, en los aspectos orgánico, psicológico y místico-transpersonal, así como los principios teóricos que caracterizan y fundamentan a la Musicoterapia.

En el segundo capítulo se analizan los aspectos principales, el marco histórico y los conceptos teórico-filosóficos en que se sustenta el enfoque que plantea Carl Rogers sobre la Educación Centrada en la Persona. Para este efecto se contemplan las características del facilitador o persona responsable del proceso de un grupo (empatía, congruencia y aceptación), el aprendizaje significativo, el papel que juegan educador y educando en el proceso educativo y las características de la autoestima y la autorrealización.

Finalmente en el tercer capítulo, con base en la información de los dos anteriores, se realiza una propuesta de correlación entre la Musicoterapia y el Enfoque Centrado en la Persona, específicamente en la aplicación de la Musicoterapia dentro del campo formativo del individuo.

Se analizan en este apartado las características de una sesión de Musicoterapia desde diferentes corrientes y las características que cada una de estas propone para un musicoterapeuta, para finalmente proponer una correlación entre estos puntos con los que propone el Enfoque Centrado en la Persona. Es así como logramos combinar todos estos aspectos y llegar a nuestra propuesta de una "Musicoterapia Centrada en la Persona", en la cual la tarea del pedagogo se enfoca principalmente en el sentido formativo que esta disciplina tiene como objetivo.

Por último, deseamos aclarar que gracias a que nuestra investigación fue de tipo teórico-documental, nuestro respaldo bibliográfico tiene un peso importante, y que nuestro propio enfoque personal acerca de la musicoterapia lo manifestamos especialmente en el tercer capítulo.

CAPITULO I

LA MUSICOTERAPIA

- 1.1. Definiciones y objetivos de la Musicoterapia
- 1.2. Historia y desarrollo de la musicoterapia
- 1.3. Propiedades intrínsecas de la música y del sonido
- 1.4. Efectos de la música en el ser humano
- 1.5. Principios de la musicoterapia
- 1.6. El sonido y los procesos creativos

"La música es a la civilización lo que la flor a la planta. Muy lejos de ser inútil y superfluo, el arte responde a la necesidad más misteriosa, más profunda, más esencial del alma humana. Sin la música, la vida perdería una gran parte de su nobleza y de su grandeza".

Constant Piron.

1.1. DEFINICIONES Y OBJETIVOS DE LA MUSICOTERAPIA.

Puede decirse que la musicoterapia existe desde la aparición de la humanidad y que en nuestros días manifiesta mayor presencia que nunca. El primer postulado básico de la musicoterapia es la evidencia de la acción de la música sobre los seres vivos. La música es una de las expresiones del espíritu humano, al igual que la palabra.

La música es el elemento más importante de la musicoterapia, sin dejar de reconocer otros elementos del sonido-ser humano, sea musical o no. Es por esta razón que consideramos necesario primeramente conocer las diferentes acepciones que grandes personalidades le han dado a la música.

Posteriormente abordaremos las definiciones y los objetivos de la tarea de la musicoterapia. Esta es una disciplina que se puede considerar para su definición desde varios enfoques, como son el científico y el terapéutico-formativo. Así mismo los objetivos de esta disciplina son diversos, de acuerdo a la intencionalidad de su aplicación. A pesar de esta aparente diversificación, la musicoterapia es sólo una, es, antetodo una forma de que el ser humano encuentre posibilidades de desarrollo y autorrealización personal.

A) DEFINICIONES SOBRE LA MUSICA

Comenzaremos por definir la música. Existen varias definiciones de ésta, tomaremos las siguientes:

- a) En relación con el Cosmos, con el Universo.
- b) En relación con el Ser Humano.
- c) En relación con la acción, el movimiento, la voluntad.
- d) En relación con la sensorialidad.
- e) En relación con la inteligencía.
- f) En relación con la afectividad, el sentimiento, el corazón.

e) En relación con el Cosmos, con el Universo:

Arsetet, director de orquesta(1883-1969): "La música tiene como finalidad poner en relación al hombre con el orden cósmico o divino."

Maurice Barrés, literato(1862-1923): La música está ligada a las fuerzas del universo invisible; de ellas emana y puede ordenarlas o desordenarlas. Pero la amamos groseramente y manejamos sin ninguna consideración sus fórmulas mágicas".

Casiodoro, escritor latino(468-524): "El cielo y la tierra con todo lo que ocurre están sometidos a las leyes de la música"

Fedor Chaliapie, cantor ruso(1873-1938): "La música es la voz del universo".

Alexandre Dénéreaz, compositor suizo (1875-1947): La música expresa las profundas leyes reveladoras del orden que se oculta detrás de las complejidades de los fenómenos"

Goethe, filósofo y poeta alemán (1749-1832): "La música nos brinda el presentimiento de un mundo perfecto".

J.Klepler, astrónomo alemán (1571-1630): La armonía participa por una parte de la constitución del mundo, y por otra, de la naturaleza del hombre"

F.Krause, astrónomo alemán, (1781-1832): "La música es una imitación inconsciente de las leyes eternas del mundo, reflejadas en el alma humana".

Segun el LI-KI (libro chino), la música es la expresión y la imagen de la unión de la tierra y el cielo; sus principios son inmutables, fija el estado de todas las cosas; actúa directamente sobre el alma y hace entrar al hombre en tratos con los espíritus celestes. Su finalidad principal es fijar las pasiones.

Camille Maclair, musicólogo francés (1872-1945): "La música no es el conjunto de las partituras que se escribieron. Es un elemento eterno a las que aquellas hacen alusión".

Se-Ma_ts'ien, filósofo chino: La música viene de dentro, la música es aquello que unifica".

Bruno Walter, director de orquesta, (1876-1962): Así pues nuestra música, cuya expresión temporal devela la naturaleza eterna, no solo es un arte que enriquece muchísimo nuestra vida cultural, sino el mensaje de mundos superiores, que recuerda a cada uno de nosotros sus lazos con el más allá, que nos exhorta y nos exalta".

b) En relación con el Ser Humano.

Frédéric Chopin, pianista y compositor polaco (1810-1849), según Georges Sand: "Sabe que la música es una impresión humana y una manifestación humana que piensa, es una voz humana que se expresa".

Dimitri Shostakovitch, compositor soviético (s.XX): "La vocación del artista y el sentido de su vida consisten en brindar alegría a los hombres, enriquecerlos espiritualmente, despertar aquellos elevados sentimientos".

Confucio, filósofo chino (551-479 a.C.): "La música esta asociada de una manera muy íntima con las relaciones esenciales del ser".

Robert Schuman, compositor alemán (1810-1856): "La misión del artista es arrojar luz en lo más profundo del corazón humano".

Gustav Mahler, compositor austriaco (1860-1911): "Es indiscutible que la música contiene aquello que es 'puramente humano' y todo lo que le pertenece, es decir, también el pensamiento" - "El ser humano íntegro se expresa en lo que ejecuta" - "Mi música es 'vívida'. ¿Que actitud podrán tomar ante ella quienes no viven ni sienten el soplo del impetuoso ardor de nuestra gran época?".

c) En relación con la acción, el movimiento, la voluntad.

San Agustín, (354-430): "La música es la ciencia del bello movimiento".

Isidoro de Sevilla, obispo, (560-636): "La música es la danza de los sonidos".

Richard Wagner (Shopenhauer): "El elemento puro de la música es experimentado en lo más profundo de nuestra conciencia como una idea del mundo, y esta idea la comprendemos como una manifestación inmediata de la voluntad".

d) En relación con la sensorialidad.

Juan Jacobo Rousseau, escritor francés y músico ginebrino: "La música es el arte de combinar los sonidos de una manera agradable para el oído".

El Diccionario Larousse adoptó la definición de J.J.Rousseau, que se lee arriba.

Ozenfant (Pierre Jeanneret), pintor suizo (s.XX): "La música es la más directa de las artes, se dirige sin vacilar a nuestros

sentidos y no interviene, como en las artes visuales, ningún tipo de equívoco de imitación, sea cual fuere. Los sonidos hacen vibrar las fibras armónicas de nuestro oído, y bajo su excitación se liberan las asociaciones afectivas, en forma directa. Como si la vibración del sonido viniera a modificar libremente los movimientos de nuestra actividad; además cuando la música es grande, despertará en nuestro espíritu armónicos mentales".

Louis Fournier, escritor francés: "La música es el arte de combinar los sonidos".

Georges Migot, compositor francés (s.XX): "La música es una magia que debe satisfacer, al mismo tiempo, a la sensibilidad y a la inteligencia".

e) En relación con la inteligencia.

Héctor Berlioz, compositor francés, (1803-1869): "Es el arte de conmovir, mediante los sonidos, a los hombres inteligentes dotados de una organización especial como auxiliar de la palabra".

Fabré D'Olivet, ocultista francés (1768-1825): "La música es pensamiento que, siendo intelectual, se volvió sensible".

Edgar Willems, musicólogo y educador, (s.XX): "Todo arte y en particular todo gran arte, trasciende lo cerebral, lo mental común. Es difícil precisar los límites en este campo. No está por demás meditar acerca de la existencia posible de lo supramental y, al mismo tiempo, acerca del peligro que representa el exceso de intelectualismo que a menudo se interpone en el horizonte de la vida musical".

Jules Combarieu, musicólogo francés (1859-1916): "La música es el arte de pensar con sonidos, sin conceptos, construida en forma rítmica; traduce las emociones de manera indirecta a través de imágenes; reproduce directamente el dinamismo de la pasión".

René Ghil, poeta francés (s.XX): "La música es el símbolo del arte irracional".

Victor Hugo, poeta francés (1802-1885): "La música es el ruido que piensa".

Mozart: He aquí lo que afirma Mozart respecto de la composición musical, que se refiere más que a la relación con la inteligencia, con una suprainteligencia, y que muestra la existencia de un dominio de inteligencia supramental, indescriptible, que supera toda comprensión corriente. "Mi cerebro se inflama cada vez más y si no me molestan, mi tema se amplía, se define, se construye y luego se erige por entero delante de mí, completamente terminado, de modo que puedo abarcarlo con una mirada, como un cuadro o una estatua. No escucho una tras otra las partes de la orquesta, sino todas

juntas. Con que alegría puedo expresarlo; me parece vivir un hermoso sueño. ¿Y como es que no lo olvido como se olvidan los sueños? Es quizás el don más grande por el que debo agradecer al divino creador".

f) En relación con la afectividad, el sentimiento, el corazón.

Louis-Nicolas Bescherelle, gramático francés (1802-1883): "Arte que tiene como fin conover al alma mediante modificaciones del sonido".

George Hegel, filósofo alemán (1770-1831): "La música es el arte del sentimiento".

Emmanuel Kant, filósofo alemán (1724-1804): "La música es el lenguaje del sentimiento", - "La música es el arte de expresar una agradable sensación de sentimientos a través de los sonidos".

Alfred de Musset, poeta francés (1810-1859): "La música es el lenguaje del corazón".

Friedrich Nietzsche, filósofo alemán (1844-1900): "Cuando escucho una hermosa música me vuelvo mejor, y mejor filósofo".

Jean Phillippe Rameau, compositor francés (1683-1764): "La música debe hablar al alma. La verdadera música es el lenguaje del corazón".

Richard Wagner, compositor alemán (1813-1883): "No puedo concebir que el espíritu de la música resida en otra parte que no sea el amor. La melodía es la lengua absoluta a través de la cual el músico habla a todos los corazones".

Henry Delacroix, psicólogo francés (1873-1937): "El arte crea la sonoridad interior, es decir, una nueva dimensión de la vida afectiva. La música musicaliza los sentimientos. Se libera de la afectividad común. El arte musical es el punto de contacto entre el mundo sonoro y el mundo afectivo (que viene del fondo del alma, de las regiones más espirituales y más inefables)".

Jean Douel, pedagogo francés: "La musica es el arte de conover mediante los sonidos".

Hanslick, musicólogo alemán (s. XIX): "La música no es capaz de expresar sentimientos, sólo puede expresar sus cualidades propias, como una emanación de su propia sustancia".

g) Otras definiciones:

Johann Sebastian Bach, compositor alemán (1685-1750): "La verdadera música la adivinamos con dificultad".

Williams Wallace, compositor inglés (1814-1865): "La música consiste, hoy, en una lucha para dar una expresión definida a un pensamiento subconsciente. Nadie puede decir a través de cuántos siglos se perpetuará la lucha hasta que el hombre evolucione hacia una nueva facultad que aclare el contexto de la música".

Maurice Ravel, compositor francés (1875-1937): "Jamás experimenté la necesidad de formular, para otros o para mí, los principios de mi estética. Si me viera en la obligación de hacerlo, solicitaría la autorización para hacer más las simples declaraciones que Mozart hiciera al respecto. Se limitaba a decir que la música puede encarar, osar, pintarlo todo, con tal de que agrade y continúe siendo siempre música".

Georges Sand, novelista francesa (1804-1876): "La música es el sueño, la quimera, la felicidad, es la presencia soñada de los ausentes y de los muertos; la música es el beso de Dios".

Teilhard de Chardin, antropólogo francés (s.XX), dice a propósito de la música: "La nostalgia que se apodera de nosotros... la expectativa y el sentimiento de una gran presencia".

Definiciones populares:

La buena música vive, la mala sólo existe.

En la música hay ordenamientos que superan la música.

Toda música debe decir algo, pero no es indispensable saber qué.

Las leyes de la música son las leyes propias del mundo y del hombre.

La música es un gran misterio del que nosotros educadores debemos descubrir, poco a poco, la esencia, al mismo tiempo material y espiritual, así como la influencia que tiene sobre el ser humano desde el punto de vista formativo.

A pesar de que la mayoría de los músicos comerciales no son sino gentes que divierten al público, sin más, aquí nos interesa que cada uno de ellos, así como cualquier persona, puede incluir a la música como una parte fundamental de su propia formación.

La finalidad de la música es brindar al mundo un mensaje de belleza, de amor y de verdad.

No es necesario bajar la música al pueblo, sino ayudar al pueblo para que tenga acceso a la música; ésta puede ser a la vez, simple y profundamente humana. La música implica un proceso formativo, desde cualquier ángulo que se le vea, más aún desde el punto de vista educativo.

He aquí pues, un respetable número de definiciones o de opiniones acerca de la naturaleza de la música. Los elogios concedidos a la música nos hacen comprender que un gran número de personalidades, digamos casi de común acuerdo, quisieron afirmar, de una o de otra manera, que la música es el arte por excelencia, pero que además implica un elemento digno de ser reconocido como formativo para el ser humano.

B) DEFINICION Y OBJETIVOS DE LA MUSICOTERAPIA

La música es una de las expresiones del espíritu humano, al igual que la palabra. Estos dos componentes del lenguaje traducen la interioridad del hombre. Su interacción no es tan sólo psíquica, sino también física, pues el sonido, al igual que el pensamiento, se transmite mediante ondas que producen una respuesta en la materia. "Hay correspondencias vibratorias entre los sonidos, los pensamientos y los elementos materiales. El hombre deviene en aquello que piensa y lo que piensa está poderosamente influenciado por la palabra y la música."(1)

La música es una experiencia de carácter no verbal, absolutamente inaccesible por medios puramente literarios o eruditos. Por tratarse de un fenómeno tan arraigado en el hombre desde sus orígenes, el hecho musical no conoce límites ni fronteras, colores o credos, épocas o lenguajes, y ha impregnado con sus ecos todas las zonas del accionar humano. "Hablar de música es hablar de arte, filosofía de la naturaleza, estética, psicología y psicoterapia, lógica, ciencia, semántica, ecología, sistemas o teoría de las comunicaciones."(2)

Conjuntamente con la música, puede decirse que la musicoterapia existe desde la aparición de la humanidad y que en nuestros días manifiesta mayor presencia que nunca. El primer postulado básico de la musicoterapia es la evidencia de la acción de la música sobre los seres vivos. Es a la vez una evidencia histórica, experimental y psicológica.

La musicoterapia consiste en un conjunto de principios y técnicas, puestas a punto en forma rigurosa para permitir la utilización de la música con fines terapéuticos, según indicaciones precisas.

La musicoterapia se puede definir desde dos posibilidades; una encarando su aspecto científico y la otra el terapéutico.

- 1 BENCE y MERAUX Guía muy práctica de Musicoterapia
Ed. Gedisa, México 1988. pag. 13
- 2 FREGTMAN CARLOS D., El tao de la música,
Ed. Estaciones, Argentina 1985. pag. 13

Desde el punto de vista del conocimiento entendemos a la musicoterapia como una especialización que se ocupa del estudio e investigación del complejo sonido-ser humano, sea el sonido musical o no, tendente a buscar los elementos diagnósticos y los métodos terapéuticos del mismo.

Desde el punto de vista terapéutico, la musicoterapia es una disciplina médico-psico-pedagógica que utiliza el sonido, la música, y el movimiento, para producir efectos regresivos y abrir canales de comunicación, con el objetivo de aprender a través de ellos el proceso de reeducación y autorrealización.

"La musicoterapia es una especialidad paramédica joven, pero con suficientes fundamentos científicos de orden clínico-terapéutico que permiten establecer una metodología del trabajo y una serie de técnicas capaces de ser desarrolladas."(3)

La música es un principio de comunicación y creatividad que el ser humano tiene en sí mismo la potencialidad de desarrollar. La musicoterapia es una terapia que abarca tanto el ámbito personal como grupal, que a través de aprendizajes significativos puede lograr la autorrealización, el autoconocimiento y el desarrollo de potencialidades en el ser humano.

La musicoterapia no es un método educativo musical, pero si es una situación formativa en la que la persona puede desarrollar potencialidades creativas y probablemente musicales, además de encontrar una forma de expresión y auto-conocimiento.

A través de la musicoterapia una persona puede conocer y vencer las limitaciones que su educación le pudiera haber creado, y es así como la musicoterapia se convierte en parte de un proceso educativo individual, entendiéndolo este como un proceso continuo y espiral.

Se considera que la musicoterapia es una especialización científica, porque debemos establecer un límite entre los aspectos históricos en donde están incluidas las leyendas y las claras investigaciones sobre el efecto de la música y el sonido en el ser humano, en los animales y en las plantas.

La historia está teñida de la magia, la omnipotencia y la sugestión que serán de interés para los aspectos teóricos y extraer cierto tipo de hipótesis de trabajo. La investigación científica permitirá un uso claro de las aplicaciones del sonido y de la música en el campo terapéutico.

Reiteramos que la musicoterapia se encarga del estudio e investigación del complejo sonido-ser humano. Este complejo está formado por: (figura 1)

- a) Los elementos capaces de producir los estímulos sonoros, como serían, la naturaleza, el cuerpo humano, los instrumentos musicales, los aparatos electrónicos, etc.
- b) Los estímulos, como serían el silencio, los sonidos percibidos internamente, como el latido cardiaco, los ruidos articulares, los sonidos intestinales, etc., los sonidos musicales -rítmicos, melódicos, y armónicos-, las palabras, los ruidos, los ultrasonidos, los infrasonidos, el movimiento, etc.
- c) El recorrido de las vibraciones con sus leyes físicas.
- d) Los órganos receptores de esos estímulos como serían el sistema auditivo, el sistema de percepción interna, el sistema táctil y el sistema visual.
- e) La impresión y percepción en el sistema nervioso y su interrelación con el sistema endócrino, parasimpático y otros.
- f) La repercusión psicobiológica y la elaboración de la respuesta.
- g) La respuesta, que puede ser de conducta, motora, sensitiva, orgánica, de comunicación a través del grito, el llanto, del canto de la voz, de la danza y de la música.

La musicoterapia se puede definir desde diferentes ópticas, donde en cada una de estas encontramos objetivos específicos de esta disciplina. A pesar de la aparente distancia entre cada uno de los enfoques, la musicoterapia es una y sólo una, aplicada con diferentes propósitos. A continuación abordamos la intencionalidad u objetivos de las "diferentes" musicoterapias.

DEL SONIDO, SEA MUSICAL O NO.

La musicoterapia ha sido un término poco feliz para esta especialidad, ya que su nombre limita los verdaderos alcances de la misma. No es sólo música lo que se utiliza como parte del proceso terapéutico, sino que también se utiliza el sonido en el aspecto más amplio de la concepción del mismo y el movimiento. Podemos entender que el movimiento, la música y el sonido son prácticamente una misma entidad, que se identifican mutuamente hasta convertirse en una misma cosa.

Benenzon afirma "...es muy difícil encontrar un término adecuado que defina esta disciplina por sí sola, sin penetrar o interferir en otras disciplinas o técnicas terapéuticas. Por ejemplo hablar de terapia por el sonido, podría asociarse a

ultrasonoterapia, o hablar de terapia no-verbal, podría asociarse a psicodrama."(4)

DE LA BUSQUEDA DE LOS ELEMENTOS DIAGNOSTICOS.

Los estímulos sonoro-musicales pueden desencadenar expresiones orgánicas y psicológicas de la dinámica del ser humano que permiten aumentar el conocimiento de su funcionamiento. Muchas veces, este tipo de estímulo sonoro suele ser más poderoso que un estímulo visual o táctil.

Un ejemplo de diagnóstico a través de la música, posible de estructurar en forma de test y de aplicar en el campo de la educación escolar, sería la modificación de los dibujos realizados bajo el estímulo de ritmos predominantes, como una marcha o un vals, basándonos en una experiencia realizada por Werner Wolff. Consistió en hacerles escuchar a quince niños en educación preescolar, separadamente, tres grabaciones: 1- una marcha, 2- un vals, 3- una canción vaquera; con la consigna siguiente: <<dibujar el sonido de la música>>, cada niño recibió las siguientes instrucciones: <<vamos a jugar, vas a oír música y dibujarás cómo suena>>.

Se ha realizado el mismo ejercicio con adultos, obteniendo resultados muy similares; Bajo el estímulo marcha, las líneas y formas eran cuadrangulares, en ángulo recto, triangulares, etc., en cambio, bajo el estímulo vals, las líneas y formas eran circulares. Bajo el estímulo de canciones con temas específicos, generalmente el dibujo muestra una imagen que la caracteriza.

Existe la posibilidad de detectar mediante la observación de la relación alumno-música o paciente-música, los conflictos de la relación alumno-madre, alumno-docente, o paciente-madre.

DE LOS METODOS TERAPEUTICOS.

Desde el punto de vista terapéutico, la musicoterapia es una disciplina paramédica. Tal vez el lector se pregunte ¿si es así, porque entonces es un tema de investigación pedagógica?. Nuestra opinión particular, es que todo elemento que coadyuva en la formación de la persona, es un elemento educativo, sin discriminar aún las disciplinas paramédicas.

La musicoterapia ayuda a que la persona encuentre o recupere su propia identidad, actúa en la prevención de las enfermedades físicas y mentales, o bien promueve el desarrollo pleno de las potencialidades personales.

En la historia de su desarrollo actual predomina aún, la tendencia de los facilitadores.

4 idem. pag.17

DE LA UTILIZACION DEL SONIDO, LA MUSICA Y EL MOVIMIENTO.

Se ha aclarado anteriormente las posibilidades del aspecto sonoro. Deseamos explicar las del movimiento. El movimiento y el sonido son una misma cosa, o mejor dicho, una complementa a la otra. Todo movimiento tiene dentro de sí mismo un sonido y todo sonido engendra y es engendrado por un movimiento.

Entendiendo la musicoterapia como un proceso y que por lo tanto transcurre en el tiempo y que además intervienen por lo menos dos personas, que son el facilitador y el alumno o paciente, la utilización del sonido significa inevitablemente la presencia del movimiento, ya sea realizado o vivenciado dentro de cada uno de los integrantes del proceso.

DE LA PRODUCCION DE EFECTOS REGRESIVOS.

Los efectos regresivos que producen algunos sonidos y la música, no son el objetivo central de la musicoterapia, sin embargo es muy importante aclarar que existen sonidos que producen en determinados individuos efectos totalmente contrarios. Benenzon afirma que uno de los efectos más profundos que produce el sonido y la música es la capacidad de provocar estados regresivos en el ser humano. En aplicación psiquiátrica de la musicoterapia esta propiedad es fundamental. (5)

Hay dos tipos de regresión: a) la regresión de formas adultas a formas infantiles de sexualidad, que sería el prerrequisito de las neurosis, y b) el que nos interesa fundamentalmente, la regresión al narcisismo primario, o sea a la etapa del desarrollo anterior, a la diferenciación final del Yo y el Ello. "Cuando se produce esta regresión -la más profunda- significa la reedición del más antiguo de todos los tipos de defensa: el bloqueo del YO. Entramos así en los procesos esquizofrénicos, de la psicosis infantil, del autismo, de la simbiosis, etc." (6)

Por este camino podemos introducirnos en las importantes posibilidades del sonido, de la música, el movimiento, y los fenómenos acústicos, ya que son estos los elementos comunicantes de la primera etapa del desarrollo evolutivo. La musicoterapia, que maneja un lenguaje no-verbal y pre-verbal, puede introducirse a través del mismo en los niveles regresivos narcisísticos, sin

5 Existen dos conceptos que marchan unidos, que es el de fijación y el de regresión. Cuando existen perturbaciones del desarrollo evolutivo se producen alteraciones del mismo (fijación) o pueden originarse movimientos de retroceso (regresión) mediante los cuales se vuelve a etapas anteriores que fueron vividas con mayor o menor éxito; etapas anales, orales y aún fetales. La regresión es un mecanismo de defensa del YO.

6 BENENZON, op.cit. pag.23

provocar mayores retracciones del Yo, pues se trabaja con los elementos conocidos de esa época del Yo. Un ejemplo clásico en nuestra cultura, sería la música de Cri-cri, o los cantos tradicionales de cuna.

A este respecto, Benenzon creó dos términos conceptuales: los sonidos regresivo-genéticos y el complejo no-verbal. Los primeros son aquellos que entre otras características predomina la de producir en los seres humanos efectos regresivos, en mayor medida que otros sonidos, y, en general como un efecto universal, independiente de la patología o las características individuales. Un ejemplo de esta clase de sonidos es el latido del corazón.

El complejo no-verbal, se refiere al conjunto de elementos sonoros, musicales, de movimiento y fenómenos acústicos que producen efectos regresivos.

DE LA APERTURA DE CANALES DE COMUNICACION.

Pondremos especial atención en esta definición, ya que tiene una cercana relación con el aspecto formativo del ser humano.

Los canales de comunicación se pueden abrir debido a las características de los estímulos sonoros-musicales. Estos canales de comunicación favorecen y son parte del éxito de la musicoterapia.

En algunas ocasiones, estos canales de comunicación facilitan nuevas vías de acceso a la dinámica psíquica, y otras son sólo la reestructuración de algunas ya existentes.

DEL ENTRENAMIENTO Y RECUPERACION DE LA PERSONA.

Muchas veces, en este proceso, la musicoterapia ocupa el primer eslabón, pues es utilizada como primera técnica de acercamiento. Ejemplo de esto, lo encontramos en el trabajo con los niños autistas y en la educación especial. Otras veces la musicoterapia ocupa un lugar auxiliar en el proceso como sería en los casos cuyos objetivos son conseguir movimientos compensatorios en la rehabilitación motora. Es aquí donde la musicoterapia se convierte en parte del proceso de formación.

"Tal vez debamos mirar con admiración, respeto y humildad aquello que no entendemos todavía. Si adoptamos esta actitud, seguramente comenzaremos a "ser enseñados" acerca del secreto de las energías. La oscuridad es el útero de la creación, allí se origina la luz, el sonido y el movimiento."

Carlos Fregman.

1.2. HISTORIA Y DESARROLLO DE LA MUSICOTERAPIA

La musicoterapia nace cuando el hombre comienza a utilizar sonidos, música, e instrumentos musicales como herramientas para aliviar los males de sus congéneres, para ayudarles, tal vez como símbolo mágico.

A) ASPECTOS HISTORICOS DE LA MUSICOTERAPIA

El uso de la música como agente curativo es casi tan antiguo como la música misma, pero los primeros escritos en donde se hace referencia a su influencia sobre el cuerpo humano son probablemente los papiros egipcios.

El poder de los sonidos sobre el comportamiento de los seres vivos es conocido desde los orígenes de la humanidad. El hombre primitivo, ante las múltiples agresiones de la naturaleza, traducía su angustia por un conjunto de sonidos que constituían lo que se ha llamado el encantamiento. La evolución atribuye a esa expresión sonora un carácter mágico. Ahora bien, la magia era la única arma terapéutica del hombre prehistórico, para quien música y medicina eran una sola y misma cosa.

Cuando el hombre descubrió las propiedades benéficas de la naturaleza, de las plantas, después de las drogas, la práctica de los cantos rituales mantuvo toda su importancia. "El papiro de Ebers, que nos documenta sobre la medicina egipcia, contiene a la vez una enumeración de drogas y un repertorio de fórmulas de encantamiento mágicas".(7) Se refieren al encantamiento por la música, a la que atribuían una influencia favorable sobre la fertilidad de la mujer.

7 BENCE op. cit. pag.18

Más tarde en la época de los sacerdotes médicos, el encantamiento fue reemplazado por un canto religioso de alabanzas a un dios protector y curador (Apolo, por ejemplo, de quien se dice era muy sensible a la música).

Sin embargo todos los autores parecen coincidir en el primer relato sobre musicoterapia o música curativa, que es la efectuada por David con su arpa frente al rey Saul. En la biblia se lee:

"...así, cada vez que el espíritu de Dios asaltaba a Saúl, David tomaba la citara y la tocaba. Entonces Saúl se calmaba, mejoraba y el espíritu maléfico se apartaba de él".

A partir de aquí, cada uno de los autores se divide en distintos relatos y fábulas, que, como nos dice Markoff en su Tesis "...son tantas las fábulas que se cuentan y es tan difícil de descubrir el fondo de verdad que hay en ellas, que no nos prueban gran cosa, pero son tan agradables de leer que uno no se resiste al deseo de contarlas..."(8)

Se debe destacar el poder omnipotente, mágico, todopoderoso y de sugestión que poseía la música y que, posiblemente, quede en cada uno de nosotros como resabio de nuestro ser primitivo. El hombre ha creído que el sonido era una fuerza cósmica presente en el comienzo del mundo, y que tomó forma verbal. San Juan comienza el primer capítulo de su Evangelio con estas palabras:

"En el comienzo fue el verbo y la palabra estaba en Dios y el verbo era Dios"

Existen infinidad de leyendas sobre la creación del Universo, en las cuales el sonido juega un papel muy importante. Los egipcios creyeron que el dios Thot creó el mundo, no con el pensamiento o la acción sino solamente con su voz. Con el sonido de su boca produjo el nacimiento de cuatro dioses, quienes, dotados de poderes similares, poblaron y organizaron el mundo.

Marius Schneider afirma que, en la concepción filosófica procedente de los persas e hindúes sobre el origen del cosmos, el universo fue creado por una sustancia acústica. Se supone haber sido originado, en un principio, por el sonido emergido de las profundidades del abismo, convirtiéndose en luz, y que poco a poco esa luz se transformó en materia. Pero esta materialización nunca fue total porque cada materia u objeto continúa reteniendo, en mayor o menor medida, parte de esa materia sonora-originaria. Este es uno de los conceptos básicos que debe extraerse de esta concepción, por ser el punto de partida que explica una serie de fenómenos observados durante la musicoterapia con enfermos muy regresivos.

8 BENENZON R.O., op. cit. pag.246

Para el hombre primitivo el sonido fue un medio de comunicación con y desde el infinito, que ha aportado identidades erróneas y fantasías amenazantes. Luego, estos fenómenos se fueron desplazando, como dice Margaret Mead, quien explica que en ciertas tribus de Nueva Guinea se cree que las voces de los espíritus pueden ser oídas a través de las flautas, los tambores y los bufidos del toro.

En las civilizaciones totémicas existe la creencia de que cada uno de los espíritus que habita el mundo posee su propio sonido específico e individual. El tótem ancestral, por ejemplo, parecía poseer una existencia acústica y respondía a ciertos sonidos. La imitación o simulación de los sonidos o canciones que provenían del tótem, permitía al hombre identificarse con él y, de esa manera, mantener su vida a través del contacto. De otra forma podría morir.

Los hombres primitivos creían frecuentemente que cada ser vivo o muerto tenía su propio sonido o canción secreta a la cual debía responder, y que lo hacía vulnerable a la magia. Por esta razón los ritos mágicos de la salud de los médicos brujos, trataban de descubrir el sonido o canción a la cual respondería el hombre enfermo o el espíritu que habitaba en él. El sonido personal podía relacionarse con el timbre de la voz del hombre, que aún hoy sabemos que es un factor individual universal.

Es cierta la existencia inconsciente de un sonido secreto personal, que confirma la vieja creencia de que cada hombre nace con su interno propio al cual responde. Por lo tanto vemos como existía ya la concepción de un principio de ISO. (concepto que significa la historia musical personal de cada individuo y que se explica más ampliamente en la página 55).

Así llegamos a los griegos, quienes emplearon la música de modo razonable y lógico, e incrementaron notablemente su aplicación para prevenir y curar las enfermedades físicas y mentales. Tanta es la importancia que le otorgaron que llegaron a considerar que el uso de la música debía estar controlado por el Estado.

Platón, y después Aristóteles, bien podrían ser los precursores de los musicoterapeutas, codificaron las virtudes terapéuticas de la música, que consideraban como una higiene mental indispensable.

El cristianismo trajo nuevos conceptos éticos, desconocidos en el mundo primitivo y en el antiguo, de un Dios amante, de compasión y de caridad hacia el débil, el enfermo y el pobre. Su actitud hacia la enfermedad era de humildad y santa obediencia al sufrimiento, que podría ayudar al hombre a ganar la bienaventura eterna.

Las obras maestras de arte y de música encomendadas por la iglesia para ornar las catedrales y exaltar el efecto de los

oficios religiosos no sólo fueron ofrecidos a la gloria de Dios, también llevaban el propósito de acercar al creyente a Dios mediante la belleza y la expresión de sonidos y pinturas, para ponerlo en un estado receptivo y espiritual.

San Bernardo de Claraval (1090-1153), daba estas instrucciones a sus monjes: "Que el canto esté lleno de gravedad...que sea dulce, pero sin trivialidad, y que mientras halague al oído conmueva al corazón. Debe aliviar la pena y calmar al espíritu encolerizado".

Paracelso, el gran médico del Renacimiento, utilizó la música para 'actuar sobre el organismo por intermedio del alma'. Este es en cierto modo, el nacimiento de la medicina psicosomática, por intermedio del complejo sonido/ser humano.

En 1489 aparece Marsilio Ficino y sus discípulos, a quienes se les debe la más audaz construcción teórica, que une a una doctrina coherente, la filosofía, la medicina, la música, la magia y la astrología. Ficino se esfuerza por dar una explicación física de los efectos de la música. La influencia de Ficino será duradera. Sus ideas sobre la música las encontraremos, luego, en poetas como Ronsard y hasta en un mago y cabalista como Agripa de Nettesheim. En 1650, el padre Anatasio Kircher está convencido de que existe un arte de fascinar a los hombres con los sonidos y de que con estos medios hasta se puede invocar a los demonios.

En el siglo XVII, una gran cantidad de tesis doctorales, disertaciones y tratados, se esfuerzan por probar que las vibraciones musicales dividen, utilizan, atentan las espesas materias de la atrabilis. Es interesante acotar que hoy en día con el empleo de los ultrasonidos se pueden dividir las partículas del RNA y DNA, elementos fundamentales de las células.

En el siglo XVIII, se prefirió hablar de los efectos de la música sobre las fibras del organismo, a nivel físico y emocional.

Algunos trabajos de musicoterapia moderna datan del siglo XIX y tienen por autores a Helmholtz (La teoría fisiológica de los sonidos) y a Stumpf (La psicología del sonido).

Todos estos elementos históricos referidos, son un aporte a los fundamentos que sobrevienen posteriormente, como una musicoterapia que consta de técnicas que permiten la utilización de la música con fines educativos y/o terapéuticos (9), de acuerdo al enfoque que el mismo terapeuta le desee dar.

9 BENCE, *op.cit.* pag.19

B) DESARROLLO Y EVOLUCION DE LA MUSICOTERAPIA

Para describir el desarrollo y la evolución de la musicoterapia, recurriremos a uno de los precursores de la musicoterapia, que no la ejerció pero sí fue un extraordinario educador, Jacques Emile Dalcroze, nacido en Viena en 1865, fallecido en Ginebra en 1950, llamado el creador de la rítmica. Dalcroze decía que "la música debe jugar un rol importante en la educación en general, pues, ella responde a los deseos más diversos del hombre; el estudio de la música, es el estudio de uno mismo" (10).

El organismo humano es susceptible de ser educado eficazmente, conforme al orden e impulso de la música; poque el ritmo musical y corporal son el resultado de movimientos sucesivos, ordenados, modificados y estilizados, que forman una verdadera identidad. Sus alumnos, impregnados de sus principios, fueron los pioneros de la terapia educativa rítmica.

Uno de ellos, A. Porta, dio en Ginebra, en 1917, el primer curso de rítmica para niños anormales; Llongueras, sobre rítmica para ciegos, en Barcelona en 1918; Sheiblaue, para niños sordos, en Zurich en 1926. Dalcroze abrió las puertas a la terapia musical porque rompió con el esquema rígido de la escolástica musical, permitiendo el descubrimiento y contacto directo con los ritmos del ser humano, único punto de partida para la comunicación con el enfermo.

Hoy, Edgard Willems, en Ginebra, mantiene aun, integrado dentro de él mismo, esa dualidad de educador y terapeuta, sin definirse, introduciéndose en problemas metafísicos, muchos de ellos difíciles de enfocar. En Estados Unidos, desde la Primera Guerra Mundial, los hospitales de veteranos contrataban músicos como "ayuda musical"; preparando así el camino para la musicoterapia. Los resultados positivos de algunas de estas experiencias atrajeron el interés de los médicos y se comprendió, cada vez más, la necesidad de un entrenamiento específico para hacer del músico un gran terapeuta.

En 1968 se realizan las primeras jornadas latinoamericanas de musicoterapia. En 1969 se realiza el Primer Simposio Argentino de Musicoterapia, que tuvo como objetivo fundamental informar a los científicos sobre el alcance de la musicoterapia como auxiliar en la medicina y la educación. A partir de ese momento se vislumbró la necesidad de establecer los límites precisos entre la educación musical y la musicoterapia, para evitar que se desvirtuara la labor del musicoterapeuta. En 1974 en París, y en 1976 en Buenos Aires, se realizaron Congresos Mundiales de Musicoterapia.

Indudablemente, el movimiento y el desarrollo de la musicoterapia en los últimos años ha crecido rápidamente. En la década de los 80s. se han realizado Congresos Mundiales de Musicoterapia en Inglaterra y en Argentina y por otro lado ha comenzado a aparecer bibliografía específica sobre el tema.

Actualmente se pueden destacar tres escuelas principales de musicoterapia y mencionar a los precursores de éstas: en Argentina, Rolando Benenzon y Carlos Fregtman; en Inglaterra, Juliette Alvin; y en Estados Unidos, Donald E. Michel y Gastón Thayer. Por su parte en México se está gestando un movimiento en torno a la musicoterapia humanista, dirigida a toda persona que desee utilizar la música en su desarrollo personal, de la cual mencionaremos sus objetivos principales, a reserva de que el capítulo tres de nuestro trabajo está enfocado a la descripción de todas las características de esta musicoterapia y de la inserción del pedagogo en ella: (11)

- Crear conciencia de la importancia que tiene la música en el ámbito de la educación.
- Experimentar la música integralmente como camino de un conocimiento más alto del sí-mismo y del otro.
- Encontrar la relación que existe entre la música y las diferentes emociones.
- Expresar a través de la voz y el instrumento nuestros estados de ánimo, de una manera libre y natural.
- Aprender a jugar con la música creativamente.
- Promover el desarrollo integral del individuo a través del autoconocimiento, de experiencias y de aprendizajes significativos.

Nuestra propuesta de una musicoterapia centrada en la persona plantea características específicas del musicoterapeuta, al que llama facilitador. Estas características son aceptación, congruencia, empatía y respeto hacia la persona con la que se trabaja, lo que promueve su desarrollo pleno como individuo.

Es de esta manera que la pedagogía tiene un campo fértil dentro de la musicoterapia centrada en la persona, ya que como pedagogos nos interesa el desarrollo del individuo así como lograr aprendizajes significativos.

"El Hombre y su Música están unidos en una misma sustancia-energía que no es otra cosa que la Conciencia primordial. Música es realidad, realidad es energía, energía es conciencia, conciencia es música"

C.Fregtman

1.3. PROPIEDADES INTRINSECAS DE LA MUSICA Y DEL SONIDO

Con la intención de acercarnos y comprender a la música, hemos considerado indispensable analizar tanto al sonido, la música, como la pulsación vital y la sonófera, ya que cada uno de estos aspectos se relaciona de diferente manera con el ser humano y por tanto son parte importante del proceso formativo de éste.

El sonido tiene cuatro características básicas: altura, intensidad, timbre e intervalo, lo que conforma en su estudio la física del sonido.

La música, es el conjunto de sonidos y silencios, que forman a su vez las propiedades del ritmo, la armonía y la melodía, y que en el ser humano implican una conciencia específica de cada una, a saber la conciencia rítmica, la armónica, la melódica y también las conciencias sensorial y supramental.

La sonófera es el espacio, el mundo de sonidos y silencios en donde vivimos, y la pulsación vital se entiende como el ritmo vital, el ritmo de todo aquello que existe en el Universo.

Cada uno de estos aspectos lo analizaremos a continuación, recordando que al adentrarnos en el campo de lo musical, nos estamos acercando a lo integral del ser humano y por tanto al campo de lo formativo y educativo.

A) LA FISICA DEL SONIDO ALTURA, INTENSIDAD, TIMBRE E INTERVALO

La Física del sonido es la forma en la que se estudian las propiedades del sonido, la cual se refiere al comportamiento de éste y sus causas.

Existe una gran cantidad de aplicaciones específicas de la física del sonido: en la astronáutica, aeronáutica, electroacústica, métodos para reproducir sonidos (microfonos, amplificadores, etc.), acústica arquitectónica, ingeniería acústica, en la medicina (ultrasonido), en la fisiología (el oído, el equilibrio y la percepción del sonido), en la acústica musical, y por supuesto en la educación musical.

Tiene también una aplicación práctica en los llamados traumas acústicos o cambios fisiológicos del cuerpo, causados por las ondas sonoras y los cambios o efectos psicológicos asociados al sonido y/o ruido, y en especial el uso de la música como herramienta de trabajo para curar al enfermo y desarrollar al sano (Musicoterapia).

El sonido es una vibración física que produce una sensación fisiológica. Es la sensación que experimenta un oído normal al llegarle las vibraciones de un cuerpo sonoro.

El oído es uno de los más valiosos y útiles de los sentidos, -la clasificación no la restringimos a los cinco más conocidos-, existen sentidos concientes y otros de tipo inconsciente. Los sentidos básicamente son transductores de energía que a partir de nervios aferentes y eferentes envían la información por medio de impulsos básicamente eléctricos, hacia el sistema nervioso central -cerebro y médula espinal-, y desde este para responder a los estímulos.

Como seres humanos que somos, poseemos dos oídos, localizados a los lados de la cabeza, lo que nos capacita para localizar la dirección del sonido entre otros elementos sonoros, lo que se llama efecto estéreo o binaural. (12)

Si un niño nace ciego, compensa su limitante de comunicación, teniendo acceso a la sociedad y cultura humana, aunque claro, con ciertas limitantes. Pero si un niño nace sordo, puede quedar aislado de la humanidad, ya que el conducto puede llegar a ser el conducto privilegiado para el desarrollo intelectual que acompaña al desarrollo lingüístico entre otros, al desarrollo de la comunicación humana.

El hombre puede producir sonidos y ruidos tanto naturales como artificiales. Vivimos en una sonósfera, plena de estímulos sonoros que influyen nuestra percepción, nuestras actividades, nuestro ritmo, etc. En el experimento de la cámara de silencio se anulan los estímulos sonoros provenientes del exterior, y eliminan las condiciones para que pueda ser reproducido cualquier sonido; y se han observado las consecuencias severas para la salud física, emocional y hasta mental del individuo.

12 estéreo, del griego que significa sólido y se aplica en varias palabras como prefijo; vgr. estereofónico.

El sonido se produce cuando un cuerpo se mueve de un lado a otro, con suficiente rapidez para enviar una onda a través de un medio elástico, a lo que se le llama vibración. Boyle demostró en 1660 que en un vacío no puede producirse el sonido, porque no hay moléculas que vibren.

Lo anterior lo encontramos expresado por Fregtman de esta manera: "Estamos inmersos en una sonosfera. Se encuentra implicada en sí misma por la atmósfera terrestre, donde el medio conductor (aire, agua, tierra) y la vibración sonora expansiva coinciden con sus orígenes y límites. Donde hay aire, hay sonido. Donde hay agua, hay sonido. Donde hay materia, hay sonido. Donde hay vida, hay sonido" (13).

Por lo tanto, queda claro que el sonido es una vibración física que produce una sensación fisiológica, y que no se da en el vacío.

La onda o vibración sonora es longitudinal, la cual mediante compresiones y rarefracciones propaga energía y cantidad de movimiento; es decir, las moléculas en general no viajan, se da por la influencia de unas a otras mediante energía.

La velocidad de propagación en el aire en condiciones estándar de temperatura y presión es de 340 m/seg. Esta velocidad es mayor en los líquidos y aún mayor en los sólidos conductores de sonido.

Los elementos físicos del sonido son: altura, intensidad, timbre e intervalo; cada uno se relaciona de diferente manera con el ser humano, de acuerdo con las características específicas que imprimen a la música.

1) Frecuencia o altura del sonido.

Se refiere al número de vibraciones sonoras por segundo. La altura es producida por el número de vibraciones del sonido, con frecuencia actúa sobre el hombre a nivel físico y de manera racional. Las vibraciones muy rápidas son un estímulo nervioso intenso y las lentas tienen un efecto relajador.

2) Intensidad.

La intensidad del sonido se refiere a la compresión máxima dada, a una magnitud física que posee su correspondiente magnitud psicológica (psicofísica) llamada sonoridad. Es la cantidad de energía que en cada segundo atraviesa la unidad de superficie de onda. Este concepto se relaciona con la sensación de sonoridad, es decir, la intensidad que percibe un observador. Esta depende de la amplitud de las vibraciones. lo que se manifiesta en su volumen y potencia. Todas las formas de volumen

o de la intensidad, provocan por sí mismas emociones simples. Generalmente la persona que lleva transmisores a alto volumen es una persona insegura que necesita protección contra el mundo externo. El volumen débil logra producir una sensación de intimidad, refleja quietud o serenidad.

3) Timbre o color tonal.

Es el sonido propio y característico de una voz humana o un instrumento musical. Se adquiere por la altura musical del sonido, medido por la frecuencia de las vibraciones de los cuerpos sonoros. Es un elemento no rítmico y puramente sensual, que produce en el oyente una impresión agradable y no intelectual, no estimula mecanismos defensivos. El timbre y el compás de una voz que canta sola o de un instrumento, pueden inducir cierta sensación de malestar o bien de comodidad y placer.

4) Intervalo.

Nombre dado a la relación existente entre dos sonidos -entre dos notas- según su entonación, número de vibraciones o longitud de las cuerdas vibratorias. Cuando la relación se establece atendiendo a la longitud de las cuerdas, la cifra más elevada representa el sonido más bajo; pero al tomar por base el número de vibraciones, el número más elevado representa el sonido más agudo. La relación entre dos sonidos musicales de una serie tiene como consecuencia la melodía y la armonía. La combinación de sonidos en serie de intervalos puede ser agradable o desagradable al oído, por tanto, al igual que el timbre, puede provocar sensaciones de agrado o malestar.

El intervalo es la pausa entre los sonidos, es el pequeño silencio que hace que se distinga un sonido de otro. Sin el intervalo, sin el silencio, sería imposible distinguir la melodía de la música. En nuestras vidas se da un fenómeno semejante, sin la pausa nos sería imposible disfrutar cualquier cosa que hagamos.

B) PROPIEDADES DE LA MUSICA RITMO, MELODIA, ARMONIA

Para el estudio de la música es indispensable familiarizarse con los principios del sonido y del silencio, es decir de la música. Las tres propiedades fundamentales de la música son RITMO, MELODIA y ARMONIA. (14) Partiendo de estos tres elementos,

14 Según el Diccionario Larousse de la Lengua Española, los significados de estos elementos son:

se pueden establecer diferentes aspectos de la validez musical y humana, así como del asunto formativo que nos concierne.

El ritmo, la melodía y la armonía, se relacionan entre sí y a la vez con la naturaleza y el ser humano de varias maneras, por ejemplo, con las razas, el arte, etc.

Edgar Willems propone once esquemas para explicar, tanto las relaciones de los elementos de la música entre sí, como la relación de éstos con otros aspectos importantes. (figura 1)

El autor nos aclara que para comprender cada uno de los esquemas, es necesario leer más allá de las palabras, que estos esquemas no pretenden ser limitadores sino que tienen la intención de proporcionar temas de reflexión ya que están sometidos a leyes de la unidad de la vida. Estas leyes aparecerán con claridad sólo si se apela a la intuición.

Queda claro que en los distintos esquemas las palabras no tienen valor sino como puntos de referencia para establecer un orden, en efecto cada palabra podría estar rodeada de varias palabras que ayudarían a ligarlas entre sí. "Existen por otra parte redes sutiles, complejas y armoniosas de correspondencia, de analogías y de interreacciones entre los tres planos. Como dijera un escritor suizo: «No hay sino una cosa absoluta: que todo es relativo»», es decir, desconfiemos de lo absoluto." (15)

Después de analizar cada uno de los esquemas que propone Willems, y de leer más allá de las palabras, nos damos cuenta de la íntima relación que existe entre la vida misma, las leyes de la naturaleza y los momentos más característicos de los tres elementos fundamentales de la música.

Si partimos de la idea de que la música se compone, en sus momentos característicos, de ritmo, melodía y armonía, podremos hablar de conciencia rítmica, melódica y armónica. Y como la música es el arte de los sonidos, y estos actúan en primer lugar sobre el órgano auditivo, le agregamos una conciencia sensorial. Que no es necesario que sea de carácter musical, sino general. Se trata de un "tocar" que es básico para la música. Existe además, una conciencia artística supramental.

RITMO.- (del gr. *rhythmos*, de *rhéo*, fluir) En general, estructura temporal de una serie de cambios, Proporción guardada entre los tiempos de los distintos movimientos musicales. Uno de los elementos de la música, junto con la melodía y la armonía.

MELODIA.- Sucesión de sonidos que forman una frase musical. Composición vocal o instrumental con acompañamiento o sin él. Sucesión de sonidos que halagan el oído.

ARMONIA.- Arte de formar los acordes musicales. Unión o combinación de sonidos agradables. Proporción y correspondencia de las partes de un todo.

15 WILLEMS E., El valor Humano de la Educación Musical.

Ed. Paidós Studio. Barcelona 1981. p.65

FIGURA 1.

**ESQUEMAS DE LA RELACION EXISTENTE ENTRE LA MUSICA,
LA NATURALEZA Y ASPECTOS PSICOLOGICOS DEL SER HUMANO.**

Esquema I: "Los tres elementos fundamentales"

RITMO	MELODIA	ARMONIA
-------	---------	---------

Esquema II: "Relaciones psicológicas"

RITMO Vida fisiológica Acción	MELODIA afectiva Sensibilidad	ARMONIA mental Conocimiento
-------------------------------------	-------------------------------------	-----------------------------------

Esquema III: "Los polos material y espiritual"

Polo material

Polo espiritual

Vibración sonora -- ritmo y sonido	-- melodía --	armonía --	arte
mundo inorgánico -- fisiológico	-- afectivo --	mental --	intuición, supramental

Esquema IV: "El triple valor de los elementos"

fisiológico - afectivo - mental

RITMO
MELODIA
ARMONIA

Esquema V: "Los reinos de la naturaleza"

Vibración sonora -- ritmo y sonido	-- melodía --	armonía --	arte
Reino mineral -- vegetal	-- animal --	humano --	supranumano

Esquema VI: "La audición"

Vida sensorial	--	afectiva	--	mental
Nervio auditivo nivel bulbar	--	diencefálico	--	cortical

Esquema VII: "La musicoterapia"

Sonido -- Ritmo	--	Melodía --	Armonía
Sonoterapia -- Ritmoterapia	--	Meloterapia --	Armonoterapia

Esquema VIII: "Las razas"

Vida fisiológica	--	MELODIA afectiva	--	ARMONIA mental
Raza Negros	--	Amarillos	--	Blancos

Esquema IX: "Las dimensiones"

Geometría:	línea	--	superficie	--	volumen	--	tesseract (**)
Vidas:	vegetal	--	animal	--	humana	--	suprahumana
Dimensiones vitales:	primera	--	segunda	--	tercera	--	cuarta

Esquema X: "Lo Bello, lo Bueno y lo Verdadero"

Vida	fisiológica	--	afectiva	--	intelectual
	Bello		Bueno		Verdadero

Esquema XI: "Las artes en general"

Vida	<u>UNIDIMENSIONAL</u>	<u>BIDIMENSIONAL</u>	<u>TRIDIMENSIONAL</u>
------	-----------------------	----------------------	-----------------------

Artes Líricas

<u>MUSICA</u>	<u>RITMO</u>	<u>MELODIA</u>	<u>ARMONIA</u>
Poesía	ritmo verbal	entonación (alteraciones y asonancias)	el tema (el sentido poético)
Danza	ritmo corporal	expresión afectiva	el sentido plástico

Artes Plásticas

Dibujo	línea (ritmo)	superficies (valores)	perspectiva el tema
Pintura	movimiento	colores	perspectiva del color el tema
Arquitectura	estructura lineal	superficies (valores, claroscuro)	el volumen la capacidad
Escultura	movimiento	superficies	el volumen el tema

Artes Dramáticas

Teatro	Unión de varias artes
Cine	Igual que el teatro.

**tesseract; término sin traducción literal, Willems lo utiliza para significar aquello que por su naturaleza trasciende al intelecto.

La conciencia sensorial:

"Mi profesor me enseñó a tocar los sonidos", decía una niña de ocho años. En realidad, no se trata de tocar en el sentido de apoderarse, sino más bien de dejarse tocar al recibir los sonidos. Ahora bien, se pueden recibir sin inconvenientes los sonidos sin tener la conciencia reflexiva de ellos. También se puede tomar conciencia y, llegado el caso, cuando se trata de ejercicios de carácter sensorial, es posible diferenciar de manera consciente dos sonidos y, a veces, hasta dos centésimas de tono, la sucesión de dos sonidos se percibe como ascendente o descendente.

La conciencia sensorial se puede desarrollar; la primera condición que se debe cumplir es la del acto justo receptivo, al que se puede agregar, luego, una conciencia afectiva y mental. Esta conciencia abarca todos los aspectos del sonido: duración, intensidad, altura y timbre. Reiteramos aquí el peligro de cerebralizar a los niños; la conciencia reflexiva debe venir más tarde, luego de haber fijado bien lo concreto en su propio plano; aquí, por tanto, se trata del plano puramente sensorial.

La conciencia rítmica:

La conciencia rítmica posee un carácter dinámico, motor; en música es la representación de fuerzas vitales que animan el reino vegetal: propulsión, crecimiento, respiración, pulsación de la savia, etc. Se puede decir que es unidimensional, como la melodía será bidimensional y la armonía tridimensional, como veremos en lo que sigue. Se trata, pues, de una conciencia biológica que, en otros campos que no sean el de la música, opera fuera del dominio de nuestra voluntad y de nuestra conciencia. Nuestra acción rítmica también debe poder participar de esta acción inconsciente. Se sabe hasta qué punto la conciencia reflexiva puede entorpecer el acto fisiológico puro. Se trata, pues, de ser prudente en educación rítmica, en particular si se quiere obtener la improvisación rítmica viva.

La conciencia rítmica puede ser afectiva, en el sentido de que un ritmo puede tener un valor sensible. Lo esencial es no confundir los planos. Una sucesión de valores bastante lentos, por ejemplo de blancas, que tienen su valor fisiológico determinado por un tempo metronómico, por ejemplo de sesenta golpes por minuto, puede expresar alternativamente lassitude, tristeza, reflexión, nobleza, orgullo. El valor efectivo no puede eclipsar el valor fisiológico del movimiento que es primordial pero que en la práctica, con frecuencia se olvida. "Los ethos griegos son un modelo de afectividad rítmica; por ejemplo: la majestad del dáctilo (-uu), la severidad y sobriedad del anapesto (uu-), la petulancia del troqueo (-u), la aspereza del yambot(-), etcétera".(16) Está claro que la música es expresiva por

autonomasia, pero el valor afectivo de los sentimientos no debe hacernos olvidar el valor plastico, fisiologico del ritmo sonoro.

En la práctica de la escritura y de la lectura rítmica, estamos obligados los que nos interesamos por el aspecto formativo de la música, a tomar conciencia intelectualmente de los valores rítmicos; no sólo de las formulas rítmicas, sino también del fraseo y de las construcciones arquitectónicas rítmicas. Por tanto el problema no es, en absoluto simple; sobretodo porque el ritmo está presente en la melodía y en la armonía. Tampoco es facil llegar a entender, más allá de la conciencia reflexiva y afectiva del ritmo, sus reales valores fisiológicos. Se trata, allí, de una conciencia vegetativa o, como dijera Paul Chauchard, de una bioconciencia.

La conciencia melódica :

El músico que retiene una melodía puede tener conciencia de ello sin apelar a lo cerebral, a lo mental, y quedarse en un campo puramente afectivo, emotivo. Está en juego la verdadera memoria melódica. La propia conciencia melódica es de naturaleza por completo diferente de la conciencia rítmica; agrega una nueva dimensión al ritmo, enriquecida con todo aquello que la vida afectiva posee de variedad anímica. Es bidimensional. El reino vegetal no posee elemento melódico alguno; en cambio se le encuentra en toda su pureza en el reino animal.

"El lenguaje premental de los animales posee una variedad ilimitada de elementos melódicos donde, además del ritmo, los sonidos revelan su vida sensorial, emotiva y pasional. Con respecto a los pájaros, nos brindan con sus cantos ejemplos de melodías en el estado más puro, es decir, no influenciado por el sentido tonal que es de orden armonico y, por tanto, mental, sintético y analítico"(17). Se trata aquí de una conciencia animal o zooconciencia.

La melodía contiene en si misma el ritmo; por otra parte, está hecha de materia sonora. Lleva en si la vida fisiológica de la que también podemos tomar conciencia. Pero su vida afectiva es de orden afectivo, como la memoria y la conciencia melódicas. Esta conciencia se elabora gracias a los nombres de las notas, a los grados, a los intervalos, y a las notas escritas en el pentagrama. Una vez más vemos la complejidad de la educación musical, donde cada elemento debe ocupar su lugar en la estructuración de la verdadera inteligencia musical.

En el campo melódico, la escala, los modos, los intervalos melódicos plantean verdaderos problemas a los educadores. Estamos en presencia de teorías a menudo contradictorias que, con frecuencia, pecan por exceso de intelectualismo. ¡Y pensar que en algunas tendencias modernas la melodía no fue sólo desconocida, sino suprimida! como si la melodía, elemento afectivo por

17 FREGTMAN, 1982, op.cit., pag.29.

excelencia, no fuera una manifestación directa del alma, del corazón. De hecho una buena melodía procede siempre de un estado de ánimo. Se la puede fabricar cerebralmente, puede, como se dice <<sostenerse>>, pero sin convencer. Podemos decir, en cierto sentido, que la melodía es el centro, el alma de la música; y tomar conciencia de esto es tarea nada fácil.

La conciencia armónica :

Sólo el ser humano puede cultivar la armonía. Esta depende de la posibilidad de vivir una síntesis de sonidos diferentes y, como complemento, efectuar el análisis auditivo consciente de los sonidos que constituyen un intervalo armónico, un acorde o una agregación de sonidos. Como la armonía contiene elementos rítmicos y melódicos y como tiene, además, un valor de volumen o de contenido, diremos que es tridimensional. Pertenece necesariamente al campo de la conciencia reflexiva. Es preciso poder dominar el mundo abstracto de la composición, de la construcción de grandes obras arquitectónicas, como las sinfonías.

La conciencia supramental:

Se pueden atestiguar a través de la actividad musical cuatro conciencias específicamente diferentes: la conciencia sensorial, material; la conciencia rítmica, unidimensional, dinámica, matriz, vegetativa, biológica y fisiológica; la conciencia melódica, bidimensional, afectiva, emotiva, animal; y la conciencia armónica, tridimensional, mental, reflexiva, humana.

A estas cuatro conciencias, que se encuentran en la vida musical corriente, y que se presentan en dosificaciones múltiples y variadas, hay que agregar una conciencia superior, intuitiva, más sintética, supramental, tetradimensional. Esta conciencia constituye el don de seres excepcionales que se encuentran no sólo en la música, sino también en la ciencia, en la filosofía, en la religión. En música se presenta, en general, como una visión instantánea y global de una obra, a veces no escrita todavía. Aquí nos encontramos con la intuición creadora de Bergson o Mozart y, entre otras, con las afirmaciones de los místicos. (18)

Por último, hablaremos de una CONCIENCIA HOLÍSTICA MUSICAL, que además de que sería el objetivo final de toda educación musical, la entendemos como la experiencia totalizadora, la consolidación de uno mismo mediante la unión de las conciencias sensorial, rítmica, melódica, armónica y hasta supramental.

La música por su carácter muy material en sus vibraciones, a la vez que espiritual en sus sentimientos elevados, representa una síntesis completa de la naturaleza humana. La música es por tanto un campo que permite observar con claridad el carácter de

las diferentes conciencias humanas. En seres muy dotados, en los verdaderos artistas, las diferentes conciencias se hallan automáticamente presentes y funcionan en armonía, interpretándose unas con otras, actuando cada una en su propio plano.

Seguramente no todos tenemos las mismas habilidades musicales, y se podría incluso pensar que sólo aquellos considerados genios han desarrollado la experiencia totalizadora de la CONCIENCIA HOLÍSTICA MUSICAL, pero nosotros nos atrevemos a afirmar que toda persona es capaz de desarrollar su propio nivel de Conciencia Musical, pues todos tenemos inherente a nuestra naturaleza humana, las potencialidades necesarias para ello. Así, la vida se encarga de poner cada cosa en su lugar.

A manera de conclusión, nos interesa dejar claro que la música se compone de Ritmo, Melodía y Armonía, y que cada uno de estos elementos en el ser humano implican desarrollar una conciencia determinada, conciencias que aunque hemos separado para su análisis, todas ellas forman la conciencia holística musical. Lograr esta conciencia es finalmente el objetivo del proceso formativo.

C) LA SONOSFERA

Así como existe una atmósfera que es conocida por todos, existe la sonosfera, que es el mundo de sonidos y silencios que nos rodea y al cual pertenecemos. VIVIMOS EN UNA SONOSFERA.

En mayor o menor grado, existe "un mundo general" constante a nuestro alrededor, un mundo sonoro que nos envuelve, rodea y acompaña, que percibimos en forma automática y pretendemos desterrar de nuestros oídos. Por supuesto, no lo logramos y nos sometemos a una lucha permanente con el mundo exterior.

De todas las experiencias que nos afectan, el olor y el ruido son las dos más difíciles de resistir y evitar. Podemos cerrar los ojos, negarnos a comer algo o a tocar una cosa, pero evitar los ruidos o cerrar la nariz a los olores nos costará mucho trabajo.

El oído es un órgano receptor asociado con la orientación general del cuerpo, el sentido del equilibrio, la orientación tiempo-espacial, el control de los movimientos y la acción corporal. Constituye una vía preponderante en el ajuste del organismo a su medio.

Es por esta razón que el vivir en este planeta, con todos los sonidos y silencios que implica, nos influye de una o de otra manera, y es algo que no podemos evitar. Aún las personas sordas, perciben vibraciones existentes en la sonosfera, y tanto su silencio como los sonidos que sean capaces de producir, forman parte de nuestra sonosfera.

Escuchar el entorno :

Pese a que no nos detenemos a escuchar, nuestra sonfera nos implica y afecta poderosamente. Nos conmueve por entero, física y mentalmente. Fuertes conexiones neuronales ligan al oído y los centros superiores del cerebro humano. Los estímulos que actúan sobre el oído se denominan fonones (19), las vibraciones sonoras nos afectan por entero; todo nuestro ser es un instrumento de resonancia.

"Escuchar el entorno es escucharse por dentro". Constituye un conocimiento vital y revelador: transforma la audición inconsciente en consciente. Si algún día pretendiéramos modificar los continuos y variados "ruidos" que nos circundan, previamente deberíamos conocer el ecosistema sonoro.

"Escuchar el entorno es una sencilla forma de meditación o toma de contacto con la realidad. Meditamos cuando permanecemos en un estado de pensamiento puro, diferenciado de las experiencias condicionadas anteriores. Fensemos cuántas veces nos silenciamos interiormente e interrumpimos el "parloteo" incesante que resuena en nuestras cabezas. Nos encontramos tan llenos de palabras, que los sonidos puros y reales no tienen espacio en nuestro ser, es por eso que tantos filósofos nos hablan de cierto estado de vacío -vacuidad-, como sinónimo de sabiduría y apertura. Con un vaso colmado, no pretendamos tomar agua de la fuente del conocimiento." (20).

C.Fregtman explica lo siguiente: El sentido de la audición se encuentra muy relacionado con el del tacto (21). Las moléculas de aire desplazadas por los sonidos tocan la membrana del tímpano y registramos un mensaje, que por decodificación cerebral convertiase en sonido. Simultáneamente, las ondas acústicas nos tocan en toda la superficie corporal, y en algunos casos sentimos la presión en una zona determinada: los registros graves vibran en la zona del vientre, y los agudos resuenan en la cabeza -en los huesos craneales-, como si fueran cuerpos sólidos cuyas texturas son sentidas por nuestra piel.

El grado de sensibilidad táctil a los sonidos varía según el estado emocional o la zona del cuerpo en que resuenen los mismos. Todos tenemos zonas más sensibles, zonas erógenas, zonas más defendidas o acorazadas, zonas más tensas o blandas.

Parte de la dificultad en contactarse con ciertos sonidos, es que estos actúan como sucedáneos del contacto corporal, y nuestro cuerpo habitualmente se resiste al mismo por inhibiciones generalizadas a la sensualidad. Construimos barreras que intentan paralizar los estímulos "externos". Transformamos el contacto

19 "fonones", del griego fonos, sonido.

20 FREGTMAN C.D., 1985 op.cit., pag. 52

21 Fregtman afirma que todos los sentidos derivan del tacto, que es el más primitivo.

-agradable o desagradable- en objeto de desconfianza y tenemos que nuestro espacio "privado" sea invadido.

La mayoría de nosotros creció en un medio hostil, en el que nuestros sentidos fueron congelados; mas aún se conservan intactos, sólo esperan que los animemos, los reconfortemos y los ayudemos a despertar a la vida. Todos de alguna manera lo buscamos; "Los conciertos de rock -como grandes y multitudinarias reuniones tribales- parecen brindar un contacto corporal y una comunión rítmica resonante, que los adolescentes necesitan. Este fenómeno tan común -no sólo en la juventud- se denomina "hambre de piel".

Volviendo a la audición sonora, nos resulta imposible debido a nuestra formación y educación, dejar total y rápidamente de ponerles nombres a los ruidos que nos circundan. Observando estos sonidos como uno mas de esta integral sonosférica, se puede globalizar y unificar el sonido exterior y el interior, hacia una percepción no-dual, es decir, tomar contacto con el espacio vibracional del sonido, poner en evidencia todos los sonidos que los engendran, que nos rodean:

"La melodía musical está construida por intervalos de notas que se perciben como una totalidad, los intervalos entre uno y otro ruido. El silencio también es música: Los sonidos del silencio".

Un solo fenómeno en vibración, los opuestos tienden a desaparecer en el plano musical. Se engendran mutuamente espacialmente. Todo fin implica un extremo, y existe sólo en relación al otro extremo. Cada etapa de nuestro camino es a la vez principio y fin: EXTERIOR-INTERIOR así como SONIDO-SILENCIO.

La meditación sonosférica no puede realizarse para una mejora posterior o para un logro futuro; se da en el momento presente, y si tenemos los sentidos puestos en un mañana, pues ya no estamos oyendo el hoy.

"Sin prisa ni preocupaciones por el futuro progreso que podamos hacer, sigamos el curso de la corriente de los sonidos que nos llegan, dejándolos acontecer, derivar, sin ulterior propósito o comentario. Los sucesos sonoros van y vienen, como centellantes reflejos en un espejo transparente, en su propio espacio, aquí y ahora. Sólo se refleja lo que es."(22) Esta conciencia borra la separación habitual del pensamiento y el pensador, el sujeto y los sonidos, el conocedor y lo conocido. Oyendo lo que hay que oír, sin pensar en lo oído, lo no oído, percibimos sonidos simplemente, sin palabras ni conceptos, "El que sabe no habla".

22 ROLAND VALLEE, Música, Terapia y comunicación. Revista de Musicoterapia No.1. "El espacio", Bilbao España, 1987, pag.9

Anthony de Mello, a través de un cuento explica la sabiduría: (23)

"EL MAESTRO NO SABE"

El 'indagador' se acercó respetuosamente al 'discipulo' y le preguntó "¿Cuál es el sentido de la vida humana?"

El 'discipulo' consultó las palabras escritas de su 'maestro' y, lleno de confianza, respondió con las palabras del propio 'maestro': "La vida humana no es sino la expresión de la exhuberancia de Dios".

Cuando el 'indagador' se encontró con el 'maestro' en persona, le hizo la misma pregunta; y el 'maestro' le dijo: "No lo sé".

El 'indagador' dice: "NO lo sé", lo cual exige honradez.
El 'maestro' dice: "No lo sé", lo cual requiere tener una mente mística capaz de saberlo todo a través del no-saber.
El 'discipulo' dice: "Yo lo sé", lo cual requiere ignorancia, disfrazada de conocimiento prestado.

En el aquí y el ahora seremos capaces de percibir sonidos, sin pretender saber y nombrar, solamente escuchar, es así como el sabio escucha, y como nosotros podemos aprender a escuchar nuestro entorno.

Conciencia del Ser-Sonido

Por un lado sabemos que nuestros pensamientos y ritos surgen por sí mismos, existen cuando los ruidos del ambiente. Basta observarlos para conscientizarlos y dejarlos ser. Sin embargo por otro lado, al considerarnos que toda experiencia es subjetiva, los sonidos son una creación nuestra, creemos lo que nos dicen nuestros sentidos, pero es nuestro cerebro el que "fabrica" la imagen que creemos percibir objetivamente.

La experiencia del exterior está mediada por órganos sensoriales y vías neurales; la imagen sonora que creo escuchar es creación mía y existe indivisiblemente ligada a mí. Los mensajes sonoros dejan de serlo cuando nadie puede leerlos o escucharlos. Así como yo soy mi organismo, también soy todo lo que me rodea, uno implica la existencia del otro y nos relacionamos con el medio en forma transaccional. Yo soy los sonidos que me circundan y mi presencia implica las vibraciones sonoras a mi alrededor.

23 ANTHONY DE MELLO, El canto del pájaro.

Ed. Sal Terrae, México 1982, pag. 63

Al tomar conciencia del clima emocional que rodea una situación, a través de la música que crea nuestro cerebro -como en las películas-, hay una música de fondo diferente para cada situación que se atraviesa a lo largo de toda la vida, estas músicas se funden, y se completan en la "sonosfera exterior", puedo entonces saber y sentir que "Soy sonido".

La actitud de escuchar permite transformarnos en alumnos de la naturaleza y aprender más acerca de nosotros mismos. "Las creencias estratificadas limitan la capacidad de encarar las cosas siempre de un modo nuevo, creativo, de momento a momento, sin la reacción condicionante de nuestro pasado, que opera como una barrera entre uno mismo y aquello que realmente es".(24)

Conciencia Holística :

Muchas veces por concentrarnos en algo, perdemos la totalidad de un suceso, aislamos a nuestro arbitrio y escuchamos sólo lo que creemos "importante", sólo una parcialidad de nuestra realidad cotidiana. Tememos confundirnos con formas y sonidos "imprecisos", queremos límites claros, blanco o negro, científico o artístico, izquierda o derecha, freudiano o skineriano, clásico o roquero. ¡Queremos definiciones rigurosas!

Las rígidas reglas de convención han implicado una pérdida de la natural espontaneidad, pero los límites son, en su mayoría, planificados por nosotros mismos. Escuchemos no tan convencionalmente, aprehendiendo el sonido directamente, en lugar de prestar solamente atención al pensamiento representativo.

Los medios de expresión que nos proporciona el lenguaje resultan insuficientes y apenas alcanzan a la descripción de los procesos sensoriales. Pero cuando tratamos de expresar el "sentir" o la "comprensión" de una pintura o audición musical, advertimos su pobreza y nuestra impotencia.

Nuestro estado habitual de conciencia no es óptimo, sino ilusorio y deformado por el continuo diálogo interior que diluye toda la percepción de la realidad. Podemos usar la analogía del sueño: vivimos habitualmente "dormidos" o soñando en la obscuridad; cuando erradicamos ese estado "despertamos" o iluminamos la conciencia. Recibimos y despertamos a una experiencia común y cotidiana, pero convertida en maravillosa por su completud y plenitud, a la percepción de la sonosfera, con conciencia.

Según Carl Sagan, poseemos notables facultades cognoscitivas, una percepción de datos, conciencia verbal y analítica, localizada en el hemisferio izquierdo del cuerpo; y otra que se relaciona con la visión tridimensional, el reconocimiento de formas y contornos, las facultades musicales y el razonamiento holístico. Toda la actividad creadora ha surgido

de la combinación y acción conjunta de ambos hemisferios, de lo racional con lo intuitivo. (25)

Nos hallamos íntimamente ligados y conectados al mundo de las vibraciones. A través de los sentidos se opera una profunda y continua mutación de ritmos. Percibimos simultáneamente un "paquete" sonoro, y poseemos la facultad de discriminación y separación auditiva. Escuchamos el "sonido del bosque" en un fondo giestáltico, pero si lo deseamos nos es dado focalizar nuestra percepción en el canto de un ave, el murmullo del arroyo o el crepitar de las hojas del viento.

Vehículos de expresión:

La música es una capacidad inherente al ser humano y todos podemos encontrar un vehículo de expresión sonora auténtico. Con nuestro cuerpo, nuestra voz o con un instrumento construido por nosotros mismos, producir sonidos -elegidos y ordenados en algún tipo de secuencia espontánea- puede proporcionar un placer inusitado.

"Hasta ahora no he encontrado a una sola persona que carezca de facultades musicales o capacidades de moldear o modelado de la materia sonora. Podemos considerarnos más como procesos en movimiento que como entidades fijas; como ritmos fluctuantes que como estructuras determinadas." (26)

Todos tenemos capacidades de expresarnos musicalmente, a pesar de las frases enigmáticas como "no puedo", "soy desentonada", "hare el ridículo", "no tengo oído", etc., sin embargo, a pesar de estos duros prejuicios, podemos hacerlo. Nadie nace desafinado o adocenado, y aunque no lleguemos a ser un Mozart o un Moncayo o un Plácido Domingo, o cualquier otro personaje musicalmente famoso, podemos recuperar el placer de producir sonidos y expresarnos por un medio no verbal.

A pesar de que exista una carencia de formación adecuada en este ámbito, todos podemos lograr desarrollar nuestras facultades musicales, recordemos que somos un proceso, no algo estático. La musicoterapia puede lograr el ir desencadenando nuestra propia confianza. Victor Muñoz, en los talleres de musicoterapia afirma constantemente: "Lo importante no es cantar bien, sino cantar con el corazón", y las personas, a veces con mucha timidez, comienzan a tararear, a cantar, a bailar, y a crear música.

25 SAGAN CARL, La conexión cósmica.
Ed. Plaza, Barcelona 1978, pp. 53-63.
26 FREGTMAN, 1982, op.cit. pag.63

D) LA PULSACION VITAL

Ritmo es la pulsación vital, el ritmo vital, el latido del corazón, el flujo de nuestra respiración. El ritmo se encuentra en el origen mismo de la vida, todo alcanza su manifestación mediante el ritmo; es ritmo el cuerpo humano, la danza es ritmo y el lenguaje tiene ritmo para ser expresión.

Ritmo tienen las fases de la Luna, las órbitas de los planetas y los movimientos estelares; con ritmos se suceden las obras más memorables de cada generación: una rueda es básicamente ritmo. Ritmo hay en el agua, en la campaña, en las montañas, en el canto de las aves y en el batir de las alas de una mariposa.

Cuando la materia alcanza su más ardiente pulsación se consume el acontecimiento de la belleza y de la vida. Ritmo es un vaivén paciente y sabio, lujurioso y creador. Lo más pequeño o lo más grande, en el aire, la tierra o los mares, posee una onda de pulsación.

Cuando el viento golpea la superficie del océano surgen las olas; sobre cada ola existen, como dibujadas, otras ondas más pequeñas, que se transforman en otras más pequeñas todavía; debajo de las gigantescas olas están los profundos ritmos periódicos de las corrientes, y debajo de todos esos latidos pulsantes compuestos, como dando la armonía, se encuentran los movimientos de las mareas. Toda existencia dinámica y variable está afectada por las periódicas ocurrencias y recurrencias oscilatorias.

Los árboles se balancean lentamente, mientras que sus hojas se agitan en un tempo más rápido; la hierba, bajo la copa del árbol, ondula más suavemente y la relación es similar al ritmo complejo de las ondas marinas. Todos los fenómenos cósmicos son cíclicos por naturaleza; la noche y el día, el ritmo de las estaciones del año, los años y las décadas, los siglos y los milenios, los milenios y ...

El ritmo de nuestro planeta es periódico, con sus giros y sus órbitas, en contrapunto con el resto del sistema solar, que a su vez posee otra trayectoria rítmica. La vida de los seres animados también es una expresión rítmica, con sus pulsaciones circulatorias, digestivas, y sus comportamientos alternados, los estados de tensión-distensión, atención-dispersión, actividad-pasividad. Los movimientos sociales son rítmicos, los períodos de esplendor y decadencia, los gobiernos y las tendencias económicas. La filosofía china nos habla de periodicidad cíclica y de alternancias rítmicas de las dos fuerzas, la centrífuga YIN y la centripeta YANG, que crecen y decrecen recíproca y rítmicamente.

Fregtman explica que todo posee un ritmo vital: "El Universo es una multiplicidad vibracional que posee en su conjunto una

armonía sistemática; las cosas individuales y los objetos naturales poseen pulsaciones que se irradian e interaccionan con las diferentes formas vibracionales, incluso a grandes distancias. El ritmo no es una configuración vibracional creada por el hombre, no es una energía "vital" privativa de los seres vivos, su naturaleza cósmica opera en todo lo existente"(27)

El ritmo percibido por nosotros es un pulso relativamente lento, enmarcado en nuestros sistemas perceptivos humanos, pero el ritmo es el fundamento de la materia viviente y las diferentes formas energéticas se componen de vibraciones infinitamente rápidas, no identificadas sensorialmente por el sistema de percepción que actualmente poseemos.

En este sentido, W.Reich explica que la Energía Cósmica Primaria está presente en todas partes, siendo el origen de la materia y de las formas secundarias de la energía: "...energía es vibración; toda vibración es una onda rítmica; la Energía Cósmica Primaria se disocia funcionalmente presentándose en un doble aspecto que es idéntico y antitético al mismo tiempo. Hay que aprender a rastrear las diferentes fuerzas duales para encontrar su raíz cósmica primaria"(28). Reich nos habla así de un principio rítmico de equilibrio energético, de una fuerza dinámica y una estática que componen la onda creadora.

La música recrea patrones universales. Dentro de todo el movimiento rítmico incesante se percibe un patrón u orden universal. Tratar de "con-sonar" y contrapuntear rítmicamente con ese flujo es una tarea ardua y cotidiana pero más natural y sencilla de la que muchos suponen. Los opuestos se atraen unos a otros para evitar falta de armonía.

Es por eso que son tan importantes los "antiguos" conceptos de polaridad, ya que en la actualidad es imposible comprender la física y las ciencias humanas sin un acercamiento a los mismos. No son leyendas ni mitos, son enfoques integradores del fenómeno de equilibrio rítmico universal, en relación indisoluble con el orden cosmológico.

La onda periódica recurrente es posiblemente el centro del ritmo. Pero un latido uniforme (como el tic-tac del reloj) no es suficiente para que el oído humano perciba un ritmo; para que suceda el ritmo es necesario que se agrupen en estructuras, determinadas habitualmente por el tiempo y la intensidad. vgr.
tic tac tic TAC tic tac tic TAC tic tac tic TAC tic tac tic TAC
tic tac tic TAC tic

27 FREGTMAN C.D., La pulsación Vital

Ed. Mutantia, Buenos Aires 1984, pag. 19

28 REICH W., en FREGTMAN, 1982, op.cit., pp. 51,52

Ritmo, elemento de conexión con el Universo:

Con el ritmo humano -en el arte, la ciencia- recreamos un patrón universal que nos suscita deleite y satisfacción. Cuando el oyente o el músico -ya sea un aborigen africano, un músico de rock o un asistente a un concierto sinfónico- se deja llevar por el ritmo y goza con la vivencia estética, este placer pleno está dado por la recreación de los patrones o pulsos de vibración universal. "Necesitamos oír música para acompañarnos con el pulso universal y percibir la pauta que nos conecta con ese todo. Es como una lección práctica de física moderna, teoría de los cuantos o epistemología, en donde descubrimos que definir algo es hacerlo mediante su relación con otras cosas y no mediante lo que supuestamente es en sí mismo." (29)

La Expansión-Contracción es un solo movimiento total. Existen tres tipos de conexiones en relación al pulso vital rítmico, tres niveles de orden (30):

1) Los pulsos -ritmos de crecimiento- de un hombre pueden compararse con otros pulsos del mismo hombre para obtener las conexiones de primer orden.

2) Los pulsos de los hombres pueden compararse con los pulsos de los monos, y se encontrarán similares relaciones entre los pulsos, obteniendo conexiones de segundo orden.

3) Se pueden estimar las relaciones, diferencias o semejanzas entre la comparación de los pulsos de hombres y monos, y otra comparación de pulsos (por ejemplo entre gallinas y dinosaurios) surgiendo conexiones de tercer orden.

Podríamos continuar indefinidamente estableciendo pautas de conexión, y por este método relacionar latidos pulsantes, evolucionando en un conocimiento amplio y sistémico de nosotros mismos y el mundo que nos rodea.

Ritmos de interacción.

Existen ritmos biológicos en todas las escalas de la evolución, desde la ameba al hombre, así como también en las plantas. Cada especie varía su ritmo, y dentro de cada especie, cada individuo tiene un pulso diferenciado. Dentro de cada uno de nosotros, los diferentes ritmos son regulares y característicos. "...si aislamos una célula detectaremos un pulso vital que evidencia que los factores biológicos que nos diferencian de otra persona comienzan muy tempranamente, más exactamente a nivel celular -con ritmos de interacción, multiplicación y diferenciación." (31)

29 FREGTMAN, 1985, op.cit. pag. 25

30 FREGTMAN, 1984, op.cit. pag.11

31 FREGTMAN, 1985, op.cit. pag.24

Todas las pautas rítmicas de un ser humano se condensan en un pulso vital individual, el cual representa una pauta de identidad única, estable y persistente, que conecta y "tíñe" de un color particular nuestras múltiples manifestaciones.

El lenguaje, los movimientos corporales, la memoria, el pensamiento, los gestos, los sonidos musicales que emitimos, nuestros gustos, la forma de mover las manos, las posturas, nuestras relaciones, los campos generados a nuestro alrededor - desde los cuantificables campos electromagnéticos hasta los diferentes campos etéricos, aurales, astrales o radiantes - y nuestros actos creativos, son todas manifestaciones diferentes del pulso vital interno. Comencemos a pensar en nuestros ritmos cotidianos y descubriremos que existe una pulsación que subyace a todos, que nos identifica y diferencia de los demás.

El cuerpo baila constantemente al compás de lo que hacemos, hablar, mover manos, dedos, etc. y creamos una polifonía resonante. Lo interesante es que el que nos escucha también se mueve al compás de nuestro relato. Esta "sincronía interaccional" se detecta también en silencio; se da en un código no verbalizado que expresa el modelo de una relación.

No podemos compartir un mismo ritmo con todas las personas; a mayor intimidad e inclusión del otro, mayor acompañamiento del pulso vital. Cuando esta armonía no es respetada, la desconexión rítmica generará patologías severas de la comunicación.

Muchas de nuestras dificultades tienen que ver con una arritmia vital: no estamos "ahora" en el momento presente, sino antes o después, "fuera de tiempo", viviendo en el pasado o pensando ansiosamente en el futuro. Es muy importante vincularnos con personas que posean ritmos de interacción complementarios a los nuestros; con ellas se dejará nacer el ritmo compartido. "No siempre es adecuada la relación con personas de ritmo simétrico -similar al nuestro- o abiertamente no complementario, ya que en el primer caso no hay enriquecimiento rítmico y en el segundo no se logra armonía o sincronía" (32). También aquí podemos pensar en los principios del Yin y Yang: los opuestos se atraen unos a otros para realizar la armonía, los similares se rechazan unos a otros para evitar la falta de armonía.

Nuestro comportamiento es una ondulación constante, porque estamos formados por corpúsculos ondulares. La materia no es "sólida", sin movimiento y vibración; todo vibra rítmicamente. Si miramos nuestra sólida piel en un microscopio electrónico, descubrimos que existe un mundo de apariencia acuática que se mueve rítmicamente en una inacabable danza de la vida. Cuanto más nos aproximamos dentro de las moléculas, descubrimos nuevas partículas dancantes y más pequeñas: protones, positrones, electrones, neutrones, quarks. Todo se disuelve en formas y vacíos, en pautas y estructuras.

No existe un único ritmo personal, este varía según la situación, la hora del día, los alimentos ingeridos, el estado emocional, la "música de fondo" circundante y muchos otros factores. Poseemos muchos subritmos diferentes e innumerables y finos contrapuntos simultáneos. Todo cuanto vive responde a cierto orden, y los desordenos aparentes no son sino cambios de equilibrio dentro del seno del medio viviente. Nuestro ritmo interactúa permanentemente con el concierto cósmico de batimientos o pulsaciones, estamos en sintonía con la música, con la música del Universo, con la pulsación vital universal.

Por último, a manera de conclusión afirmamos que tanto los sonidos, los silencios, la conciencia holística musical, la sonosfera, y la pulsación vital, son elementos que nos acercan a la comprensión del campo musical con la intención de aprender y de formar, es decir, a la formación integral del ser humano, y es este finalmente el tema de nuestro interés en esta tesis.

Ha sido necesario comprender las propiedades del sonido y de la música, ya que en el siguiente apartado analizaremos los efectos que éstos producen en el ser humano, biológica, psicológica y místicamente, pues sirven como fundamento a su utilización en la formación y desarrollo integral del hombre.

"Ellos saben que escuchamos música y que en ella percibimos ciertos secretos. Así es que tocan música y se sumergen en estados. Sabed que cada aprendizaje debe poseer todos sus requisitos, no solo música: pensamiento, reflexión, conciencia. Recordad: inútil es la maravillosa producción de leche de una vaca que derrama el balde".

Hadrat Muinudin Chishti

1.4. EFFECTOS DE LA MUSICA EN EL SER HUMANO

Existen una serie de experiencias biológicas, psicológicas y místico-transpersonales que fundamentan el porque de la utilización de los sonidos y de la música para el desarrollo del potencial humano y en los procesos terapéuticos. Son experiencias que en su mayoría ayudan a ampliar el campo de la musicoterapia, pero que no necesariamente pertenecen a ésta.

A) EFECTOS ORGANICOS DE LA MUSICA EN EL SER HUMANO

Retomaremos el concepto de complejo sonido ser-humano, y ampliaremos los aspectos que se señalan en la FIGURA 2.

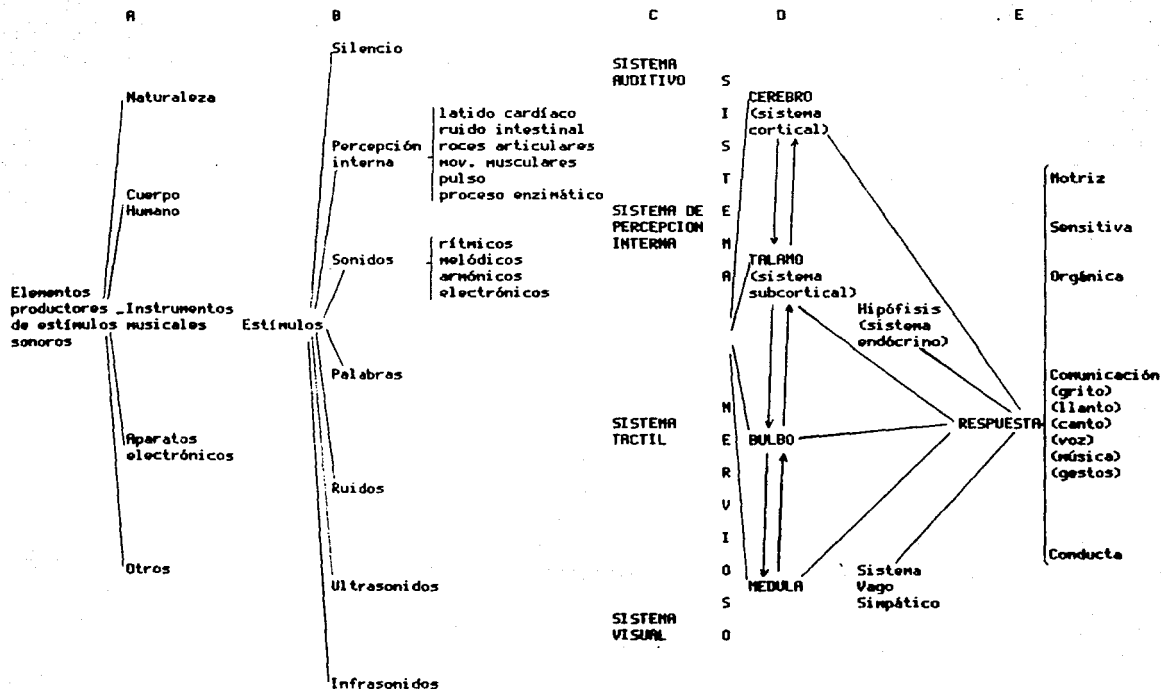
En la columna "A" observamos los elementos productores de estímulos sonoros. Posiblemente en el futuro, los aparatos electrónicos irán adquiriendo mayor facilidad de manejo, enorme importancia para el quehacer de la musicoterapia.

En la columna "B" observamos los estímulos sonoros que impresionan a nuestro sistema sensorial. El mundo sonoro que nos rodea es infinito, desde el silencio hasta los infrasonidos, -con todas las gamas intermedias-, que son de trascendencia significativa para la musicoterapia.

Los sonidos de percepción interna (latido cardíaco, respiración, etc.) integran la lista de los sonidos regresivo-genéticos.

En la columna "C" figuran todos los sistemas de percepción de esos estímulos sonoros, como el sistema auditivo, el sistema de percepción interna, el sistema táctil -de gran importancia en los sordos por la percepción vibratoria- y el sistema visual por donde penetraría el sonido como un símbolo que luego se convertiría en un sonido.

RELACION DEL SONIDO CON EL SER HUMANO



En la columna "D", aparecen el sistema nervioso y su interrelación con los otros sistemas, como el endocrino. El talamo -o sistema subcortical- es el sitio adonde llegan las sensaciones y las emociones, que quedarán allí en un plano no conciente, es decir que mediante un ritmo musical podemos condicionar una respuesta inconsciente automática. Solo a nivel cortical -cerebro- es posible apreciar conscientemente una música.

Por esta razón el ritmo y quizá la melodía son atributos del hombre, de los animales, puesto que ambos se desarrollan a nivel subcortical, pero la armonía, que ya es un producto intelectual, sólo se puede realizar a nivel cortical y es atributo exclusivo del hombre. Es allí en el pasaje del talamo a la corteza, donde los elementos musicales y sonoros pueden sufrir inhibiciones y desplazamientos que aún desconocemos.

La música está muy ligada a las funciones del lenguaje, por lo tanto, casi invariabilmente aparecen unidas incapacidades musicales a incapacidades de otras funciones psicomotoras, i.e. el discurso y la conversación. Con respecto a la interrelación neuro-endocrina, un ejemplo claro es el de las madres que al oír desde lejos el llanto de su hijo, inmediatamente tiene secreción láctea que no pueden contener. El llanto del niño suele favorecer también la homeostasia posparto, ya que produce la contracción uterina por reacción de la hormona occitócica (por supuesto esto seguiría la vía talamo-hipofisiaria).

Finalmente, en la columna "E" figuran las respuestas. Se han realizado experiencias en el campo humano y con los vegetales y animales.

En el campo de los vegetales, se comprobó que las plantas que reciben estímulos musicales durante las 24 horas del día, al cabo de un tiempo germinan con mayor rapidez, el resultado de calidad es superior y la fertilidad de la tierra se eleva. Sin embargo las plantas más cercanas al altavoz, se encontraron deterioradas por el efecto de las vibraciones. Actualmente en Canadá se utiliza exitosamente la música para grandes extensiones de producción agrícola.

En veterinaria se habla irónicamente, que las vacas gustan de Mozart, y que en cambio la música de Wagner o el Jazz inhiben la producción láctea. En Estados Unidos las estadísticas demuestran que la producción de leche de las vacas que se encuentran cercanas a los aeropuertos, disminuye a casi cero a consecuencia de los ruidos.

Se han realizado varias investigaciones sobre los efectos biológicos del sonido y de la música en el ser humano, lo que tiene que ver con el proceso de formación y desarrollo de todo ser humano, llegando a las siguientes conclusiones:

- a) Según el ritmo, se incrementa o disminuye la energía muscular.
- b) Acelera la respiración o altera su regularidad.
- c) Produce efecto marcado, pero variable, en el pulso, la presión sanguínea y la función endocrina.
- d) Disminuye el impacto de los estímulos sensoriales de diferentes modos.
- e) Tiende a reducir o a demorar la fatiga y, consecuentemente, incrementa el endurecimiento muscular.
- f) Aumenta la actividad voluntaria, como escribir a máquina, e incrementa la extensión de los reflejos musculares empleados en escribir, dibujar, etc.
- g) Es capaz de provocar cambios en los trazados eléctricos del organismo.
- h) Es capaz de provocar cambios en el metabolismo y en la biosíntesis de variados procesos enzimáticos.

B) EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA MÚSICA EN EL SER HUMANO

Desde las especies vivas más inferiores, encontramos como lenguaje de sus emociones el sonido, por ejemplo los pájaros, cuyas voces expresan sus emociones diversas tales como preocupación, miedo, triunfo, conquista, etc.. El postulado básico de la musicoterapia es la evidencia de la acción de la música en los seres vivos. Es fácil observar las vibraciones sonoras sobre los seres vivientes, por ejemplo, sobre los vegetales actúa en el crecimiento y la salud de las células vivas; en los animales actúa para calmar a las bestias, a producir más leche, etc.

La música en el ser humano es la expresión del espíritu del hombre, al igual que las palabras. Estos dos elementos traducen la interioridad del hombre, su interacción no es tan sólo psíquica, sino también física. "Paracelso, el gran médico del Renacimiento, utilizaba la música para actuar sobre el organismo por intermedio del alma"(33).

Recuperar nuestros sonidos es recuperar nuestros cuerpos, es recuperar fragmentos de conciencia. "La música traduce la intensidad de la vida psíquica, el dinamismo interior y general en todos sus grados. Deja a un lado las representaciones y los

33 BENCE y MEREÁUX op.cit. pag. 18

conceptos que acompañan el estado emotivo; solo extrae de él la energía. Es el dinamómetro de la vida sentimental. La música alcanza a la personalidad en su esencia" (34).

Las pulsaciones y el sonido afectan por sí mismos los procesos voluntarios del cuerpo humano. La cualidad fundamental de la música radica más en el sonido que en las relaciones estructurales o en el simbolismo connotativo. Los valores emotivos en los tonos musicales con un simple cambio en la estructura sonora-musical, pueden influir sobre el valor afectivo emotivo de una sencilla frase.

La fascinación se produce cuando se ha conmovido el inconsciente. El efecto producido por una serie de sonidos no puede explicarse totalmente por su forma audible. "Las reacciones que produce la música sobre el organismo, el sistema respiratorio, el sistema nervioso -las convulsiones, ataques histéricos, inhibiciones, palpitaciones del corazón, etc.- pueden ser atribuidos a las vibraciones que provocan una impresión física, un estremecimiento más o menos intenso" (35). No hay que suponer que toda la música conviene a todo el mundo, ya que cada uno reacciona diferente ante la música, según su propio temperamento.

Psicología del sonido :

La música juega con nosotros, ya que puede tener tonalidades emocionales diferentes según su composición, provocando tanto estados de tensión como de relajamiento, y así la música nos pone contentos, tristes, locos, pensativos, más ardientes, más profundos, más tiernos, más fuertes.

El hombre tiene tanta necesidad de música como de oxígeno, de alimento o de sol. El oído humano selecciona los sonidos en forma empírica y ordenada, de tal modo que las estructuras que nacen representan una copia fiel del propio estado del alma afectiva del oyente. La mayoría de las veces existe una relación entre el compositor y el oyente, donde el primero representa determinada tipología muy particular en su música escrita, y el segundo se identifica por sus propios estados de ánimo.

La música ocupa un lugar preponderante en la memoria de los hombres y cada melodía es a menudo memorizable al mismo tiempo que determinado acontecimiento, tanto que el recuerdo de uno entraña el de la otra. "La música es el arte más comunicativo, el único que permite traducir el dolor del cuerpo o del alma sin describirlo, pues es un lenguaje universal. La música traduce al hombre en su totalidad" (36).

34 FREGTMAN, op.cit. 1982, pag. 16

35 BENCE y MEREUX, op.cit. pag. 39

36 idem. pag. 24, cita a PATRICK L'ECHEVIN.

Existe una íntima relación entre la forma en como el ser humano adquiere y utiliza el lenguaje, con la forma en la que lo hace con la música. El orden psicológico del desarrollo del ser humano en relación al lenguaje y la música la hemos representado con un esquema. (FIGURA 3)

Los tres elementos de la música, RITMO, MELODIA y ARMONIA, corresponden a tres elementos de la naturaleza humana: a la vida fisiológica, afectiva y mental, respectivamente. La naturaleza afectiva se descubre al considerar el significado conciente que la música tiene para muchos de sus amantes.

Engrama mnémico :

Por engrama entendemos una marca o impresión persistente producido en el protoplasma celular por un estímulo exterior; y por mnémico lo referente a la memoria.

"El feto memoriza lo que escucha y así crea una envoltura prenatal. Esta memoria es contemporánea de la vida fetal en un medio nuticio y que brinda seguridad así como una sensación de ingravidez relajadora".(37) Los estímulos tanto internos como externos de la madre, pasarán a formar parte no sólo de la dinámica de los complejos no verbales del ser en gestación, sino también de su Engrama Mnémico.

En el ser por nacer, se encuentra un mosaico genético heredado donde se encontraría además de todo lo anterior, el acervo folklórico de sus antepasados, su raza, su medio cultural, etc.

Desarrollo Prenatal :

Desde que el ovulo se une al espermatozoide y anida en el útero materno, éste ya se encuentra en contacto con las pulsaciones del latido cardíaco y con innumerables sensaciones vibratorias, de movimiento y sonido dadas por el crujir de las paredes intrauterinas, por los ruidos intestinales de la madre, de la respiración, por los diferentes estados gravitacionales, etc. o sea en contacto con los elementos del complejo no verbal.

"Al principio sólo se percibirán fenómenos de vibración y gravitación, pero poco a poco serán percibidos como vitales y esenciales para la persecución de la vida" (38). A medida que el feto se desarrolla, va adquiriendo la importancia de ese latido que siente en todo su cuerpo y que de alguna manera percibe como útil para su vida, ya que su disminución acarrea la sensación de falta de oxígeno, de nutrición, de temperatura, en fin, de vida.

37 ALVIN JULIETTE, Musicoterapia.

Ed. Paidós, México 1984, pag. 18

38 THAYER GASTON, Tratado de musicoterapia.

Ed. Paidós, Barcelona 1982, pag. 52

FIGURA 3

RELACION DEL LENGUAJE Y LA MUSICA EN EL SER HUMANO

ACTIVIDAD	LENGUAJE	MUSICA
R) Actividad Sensorial	-Escuchar voces. -Eventualmente mirar la boca que habla	-Escuchar sonidos, ruidos y cantos. -Mirar las fuentes sonoras instrumentales o vocales.
B) Memoria Imaginación reactiva sensorial.	-Retener sin precisión elementos del lenguaje -Retener sílabas, luego palabras.	-Retener sonidos y sucesiones de sonido. -Retener sucesiones de sonidos y trozos de melodías.
C) Actividad Afectiva Imaginación reactiva afectiva. Imaginación reproductora	-Sentir el valor afectivo, expresivo del lenguaje. -Reproducir palabras aún sin comprenderlas.	-Volverse sensible al encanto de los sonidos de las melodías -Reproducir sonidos, ritmos, pequeñas canciones.
D) Actividad Mental Imaginación reactiva mental. Imaginación reproductora, improvisación. Conciencia mental reflexiva.	-Comprender el significado semántico de las palabras. -Hablar uno mismo, inteligentemente. -Aprender a leer y escribir las letras. -Escribir al dictado.	-Comprender el sentido de elementos musicales. -Inventar ritmos sucesivos de sílabas. -Aprender las notas, escribirlas, leerlas. -Escribir al dictado.
E) Actividad Inventiva Imaginación constructiva con elementos asociados.	-Hacer pequeñas redacciones, poesías.	-Inventar melodías, pequeñas canciones.
F) Actividad Inventiva Imaginación creadora.	-Llegar a ser escritor, poeta o Maestro. ²	-Llegar a ser compositor, Director de orquesta o Maestro.

Durante la vida embrionaria no se perciben los sonidos a través del sistema auditivo, más bien es la percepción vibracional, es un todo indiferenciado donde el factor más importante sería el movimiento. Desde el sexto mes de gestación, el oído funciona y el feto escucha los sonidos, en especial la voz de la madre. "Es frecuente observar que la madre a partir del sexto mes de gestación, debe evitar asistir a salas de concierto por las continuas sacudidas del feto." (39).

La hipótesis existente es que en la región umbilical se sentirán las primeras sensaciones rítmicas dadas por el latido de la arteria umbilical durante la estadía intrauterina. "Se ha experimentado que el latido cardíaco al igual que el agua o los abstractos, tiene una fuerza para la regresión. La música deriva del placer primario de escuchar las pulsaciones del cordón umbilical" (40).

Desarrollo Infantil :

El bebé tiene dos necesidades esenciales: la leche y la voz materna. Tomatis ha demostrado que después del nacimiento los bebés reconocen con especificidad la voz materna.

Los movimientos rítmicos de succión del recién nacido están en íntima relación con sus propios latidos cardíacos, es decir, que si se aceleran los latidos cardíacos de un bebé, se acelera su ritmo de succión y viceversa.

La base de la relación del ritmo y del ser humano debe buscarse en el contacto sonoro del feto intrauterino y la música, es la evocación de la madre, es reeditar la relación con ella y con la naturaleza.

En general el recién nacido tiene el oído medio lleno de tejido mesenquimatoso embrionario, que se vuelve gradualmente aerado en el primer o segundo día de vida, por lo tanto los estímulos auditivos se hacen raramente efectivos desde el punto de vista de la percepción auditiva. Sin embargo sabemos que hay otros sistemas de percepción que están funcionando y probablemente siguen funcionando en el momento del nacimiento.

"Los niños recién nacidos expuestos durante cuatro días a un ruido semejante al latido cardíaco, lloraban menos y ganaban más peso que los niños de control que no realizaban esta experiencia. Se observó que los niños de mayor edad que escuchaban 72 latidos apareados por minuto, se adormecían mejor que los que oían otros sonidos". (41)

39 idem., pag 95 *Se hace referencia a que es frecuente, más no en todos los casos tiene que suceder forzosamente.

40 FREGTMAN, op.cit. 1982, pag. 43

41 ALVIN J., op.cit., pag. 32

La música y la danza son intentos humanos inconscientes de recapturar las experiencias sensoriales similares a las que fueron recibidas durante la vida prenatal.

En los niños recién nacidos el reflejo de moro se manifiesta muy pronto en respuestas a un sonido fuerte. Un sonido agudo o fuerte puede ser experimentado como un ataque desagradable. (42)

Las reacciones del niño al sonido difiere significativamente de sus reacciones a otros estímulos, al nacer el niño ya posee y también adquiere paulatinamente mecanismos que le permiten protegerse por sí mismo frente a ciertos estímulos. Por ejemplo, el retiro coordinado de una extremidad ante un estímulo doloroso ocurre ya en la primera semana de vida. Un estímulo auditivo en temprana exposición, provoca asociación simbólica entre sonido y el mundo amenazador externo, como opuesto al silencio y a la seguridad.

Levarie considera que a medida que el niño crece física, emocional e intelectualmente, es amenazado por peligros que son específicos para los distintos periodos del desarrollo psicosexual (destete, control de esfínteres, etc.). Ruidos específicos provocan evocaciones de miedos específicos y la sensibilidad ante ellos puede dar una solución en cuanto al punto de fijación regresivo. (43)

El sonido desconocido en una atmósfera de continuo peligro produce invariablemente un efecto paralizante. No sólo los sonidos repentinos producen miedo, los sonidos monótonos repetidos aumentan la tensión y pueden, bajo circunstancias especiales llevar a sentimientos de pánico. Los guerreros usaban los ruidos para atemorizar al enemigo. Cuando se alivia la tensión psicológica o cuando ese alivio es anticipado un momento antes, se experimenta placer.

Si el ambiente es satisfactorio, muchos de los sonidos toman las tempranas simbólicas asociaciones como acontecimientos placenteros. Tempranos estados eróticos, quinésticos, anticipan el placer por la danza y pueden asociarse con modelos definitivos del ritmo.

"El pequeño anal exhibicionista puede más tarde, por identificación, disfrutar de los sonidos de los instrumentos cuya connotación le recuerda su primitivo placer durante la excreción; un placer que de otra forma no es conscientemente admisible" (44)

42 El reflejo de moro consiste en: cuando el niño yace de espaldas, extiende sus brazos hacia adelante, pone rígidas las extremidades, baja y contorsiona su cara en una mueca; después de un segundo o dos, junta los brazos lentamente en una especie de abrazo, emite un grito y luego gradualmente se relaja.

43 LEVARIE en BENENZON R.O., op.cit., pag. 54

44 idem., pag. 56

El silencio en etapas posteriores del desarrollo puede ser a su vez experimentado como amenazador porque después de descubrir el ambiente humano, el silencio impulsa a estar solo. La música como experiencia en grupo eleva al alivio de este miedo posterior, y uno de los factores del placer de la música es precisamente que es una experiencia de grupo.

La música representa una defensa ante situaciones paranoides y melancólicas. Todos conocemos por experiencia propia el hecho de silbar en la obscuridad, sobretodo cuando a esta la acompañan el silencio y la soledad, así se intenta mediante el sonido disipar la ansiedad paranoide, creando la ilusión de un grupo de apoyo.

"El recién nacido viene al mundo con la integración y suma de los ritmos de sus órganos en crecimiento, el tiempo biológico sumado a los ritmos percibidos auditivamente como provenientes del mundo externo. El primer ritmo que el debe comparar con el ritmo interno -tiempo interno- aparece con relación a la necesidad de su madre, del pecho"(45).

Se podría establecer una verdadera ecuación entre pecho materno -leche-, música y tiempo; siendo el tiempo una sustancia equiparable a la leche. "El bebé frustrado por la espera que significa soledad y muerte, vuelve a conectarse con el mundo-madre externo, utilizando un objeto intermediario: Ritmo musical, en donde se le devuelve el tiempo que no se le dió. El llanto, el canto y la palabra serían también formas cada vez más evolucionadas de expresión de una integración del mundo interno y una conexión y reparación de la madre"(46).

Efectos emocionales I

El canto instintivo, improvisado en particular, permite exteriorizar sentimientos a menudo reprimidos, incluso si las arias cantadas son reminiscencias. El ritmo y las vibraciones sonoras actúan sobre nuestros centros instintivos y nos incitan a expresar corporalmente nuestras sensaciones.

Algunos sonidos pueden ser desagradables por razones psicológicas; los sonidos irritan tanto más cuanto más agudos e intensos son. Los ruidos urbanos de fuerte intensidad son en parte responsables de trastornos circulatorios, pérdidas de audición, fatiga y trastornos emotivos. Las elecciones de obras musicales, debe ser en extrema personalizada, pues las reacciones a la audición son individuales.

La audición del sonido musical excede a la fisiología, en la medida en que no se limita a la percepción de un fenómeno físico, sino que para su interpretación, depende de factores psicológicos. "La percepción musical cuya elaboración se efectúa

45 idem. pag. 59

46 idem. pag. 60

a nivel cerebral, es en esencia un trabajo de análisis y síntesis de las percepciones sonoras. El fenómeno musical reside en la forma en como las frecuencias sonoras son dispuestas entre sí, es decir, en la combinación de intervalos melódicos y armónicos, en la rapidez del flujo sonoro y las variaciones de intensidad"(47).

La consonancia y la disonancia, los intervalos mayores o menores, los cambios de intensidad, los movimientos rápidos o lentos; cambian el ritmo del pulso y de la respiración. La tensión emocional suscitada por la música, está en relación con la rapidez pero también con la intensidad. "La aceleración del flujo sonoro y el aumento de la intensidad débil, engendran la melancolía y la depresión"(48).

Aún en su forma más simple, la música evoca sensaciones, estados de ánimo y emociones. Puede reflejar el sentimiento del momento o cambios con su mera presencia. También puede exaltar el estado de ánimo del momento y llevarlo hacia un clímax o aplacarlo.

La música tiene el poder de afectar el ánimo, porque contiene elementos sugestivos, persuasivos y aún obligantes. Cualquiera que sea el propósito, la música se relaciona siempre con experiencias propias del hombre, pues ha nacido de su mente, habla de sus emociones y expresa su gama perceptual. La música entra hasta los ventrículos más secretos del alma, y contra este efecto el hombre está relativamente indefenso.

Por último, debemos hablar también de los factores individuales de reacción a la música ligados al psiquismo particular de cada ser. En efecto la misma obra puede provocar en un auditorio, llantos en unos y alegría en otros. Es lógico pensar que el oyente que presenta cierta tipología aprecia en forma muy particular una música escrita por un compositor de su propio tipo, porque aquella corresponde a sus propios estados de alma.

C) LOS EFECTOS MÍSTICO-TRANSPERSONAL DE LA MÚSICA EN EL SER HUMANO

Los efectos místicos de la música, se refieren al vínculo sonoro entre el hombre y su YO transpersonal. Es aquí donde las fronteras entre el campo "científico" y el "místico", con más frecuencia de la que la sospechamos, se vinculan e invaden mutuamente.

En esta era, la CONCIENCIA del mundo está llegando a descubrimientos que están rompiendo nuestros esquemas "inmutables", lo que trae consigo una revolución científica de

47 BENCE y MEREAX, op.cit. pag. 46

48 idem. pag. 49

alcances insospechados. En esta revolución todos los conocimientos "intuitivos", "místicos", etc. tendrán mucho que decir.

Desde la óptica de algunos autores, como Carlos Daniel Fregtman, Carlos Castaneda, Ken Wilbur, que "la otra realidad", que coexiste con "esta realidad", toma sentido y vigencia para ampliar nuestra percepción que tiende a establecer fronteras y delimitaciones cognoscitivas.

Este enfoque permite investigar fenómenos artísticos, psicológicos y sociales; nos vincula con experiencias regresivas o de "arquetipos", nos ayuda en la búsqueda del "sí mismo" y de los demás, en fin, nos ayuda a vivir esa "totalidad" que significa nuestro mundo interno. Al enfrentarnos con nuestras limitaciones y romperlas, se generan efectos plausibles en las áreas afectiva, mental, y psicomotriz.

Seres más armónicos y equilibrados podrán constituirse con la aplicación de los conocimientos de musicoterapia y así mismo podrán prevenirse enfermedades y desarreglos funcionales con la práctica de ejercicios adecuados. Entonces se promoverá el nacimiento de una nueva humanidad, más libre y más creativa, que permita el desarrollo de sociedades más sanas.

La voz humana, medio de desarrollo transpersonal:

Si ubicamos el área de lo transpersonal como una dimensión donde la CONCIENCIA se desarrolla, donde las fronteras polares que rigen nuestro plano material se disuelven, donde lo abstracto se hace presente y donde el espíritu se manifiesta libremente; entonces encontramos que la música y la voz han sido constantemente utilizados como medios para acceder a esos planos más sutiles de conciencia.

Ya sea dentro de los ritos religiosos o fuera de ellos, la vibración sonora emitida por los humanos a través de la voz, en forma de cantos, mantras, plegarias o himnos, favorece el contacto con esa parte del yo que se vincula estrechamente con la FUENTE de donde emanan todos los seres.

La vibración como elemento esencial de todos los seres, es el factor común que los identifica, iguala, hermana. Todo en el Universo es vibración, movimiento permanente de energía, cuyas frecuencias oscilan en un continuo desde lo infinitamente grande hasta lo infinitamente pequeño; la velocidad de su oscilación corresponde a diversos grados de densidad, desde los planos de la materia, lo que vemos y tocamos, de lenta vibración, hasta lo más sutil, lo abstracto, las regiones del espíritu.

"Es el principio de vibración el que hace posible la resonancia, es decir, la inducción de una frecuencia determinada en un elemento afín. Así, por ejemplo, una cantante de ópera provoca el resquebrajamiento de cristales al cantar una nota

determinada que los haga vibrar con la frecuencia necesaria para desarticular su configuración molecular" (49).

Por otro lado, sabemos que los pensamientos, sentimientos, actitudes y conductas son vibraciones que producen vibraciones. Entre éstas sobresale la voz, por su importancia en el plano humano. Es la palabra el vehículo más elaborado, más específicamente humano que utilizamos para comunicarnos a nivel racional con nuestros congéneres; y es también la palabra el medio a través del cual nombramos los sujetos y seres animados, dándoles un sentido y un orden dentro de nuestro Universo.

Considerando la importancia que para el ser humano representa buscar su causa primera, el origen de su existencia, a quien ha llamado Dios, no es gratuito que haya utilizado la voz como el medio idóneo para acceder a la Gran Vibración.

En relación a la importancia que estamos mencionando, la tradición hindú establece: "...el sonido no sólo es el principio más alto que une el cielo y la tierra, sino el único elemento inmortal. Los dioses por temor a la muerte, se refugiaron en una triple ciencia....pero la muerte los vislumbró en el lenguaje, entonces los dioses se refugiaron en el sonido. El sonido es aquella sílaba OM, dicha sílaba constituye lo inmortal y lo intrépido. El sonido es también el aliento, el prana, el principio fundamental de la vida; todo cuanto vive tiene que sonar. Hasta el sol, cuya naturaleza es calorosa, como la del prana, es a la vez "svara" (sonido) y una canción de alabanza. Llegamos a la ecuación: sonido=aliento=viento=principio de vida=lenguaje=calor (fuego)=la sílaba mística OM" (50).

Y por lo que se refiere a la palabra, Benenson afirma: "El hombre ha creído que el sonido era una fuerza cósmica presente en el comienzo del mundo, y que tomó forma verbal. Según los hebreos: "En el comienzo fue el verbo y la palabra estaba en Dios y el verbo era Dios".

Los egipcios creyeron que Thot creó el mundo solamente con su voz; con el sonido de su boca produjo el nacimiento de cuatro dioses. Para los persas e hindúes, el universo fue creado por una sustancia acústica. El sonido emergido de las profundidades del abismo se convirtió en luz y esa luz se transformó en materia, pero esta materialización nunca fue total porque cada materia u objeto continúa reteniendo, en mayor o menor medida, parte de esa materia sonora originaria.

Para el hombre primitivo, el sonido fue un medio de comunicación con y desde el infinito, en las civilizaciones totémicas se cree que cada uno de los espíritus que habita en el mundo posee su propio sonido. El sonido personal podía

49 ZEBERIO TOMAS, La energía humana y los sonidos.

Ed. Marymar, Argentina 1980, pag. 41

50 idem, pp. 24

relacionarse con el timbre de la voz del hombre, que aún hoy sabemos es un factor individual universal.

"Es cierta la existencia inconsciente, de un sonido secreto personal, que confirma la vieja creencia de que cada hombre nace con su sonido interno propio al cual responde" (51).

Otros autores retoman la esencia "mágica" de la palabra, cuando afirman: "Tu palabra es tu fuego. Las palabras contienen energía en su entonación, tiempo de duración y emociones que las acompañan. Las palabras tienen poder de sanar, ayudar, crear, enojar, destruir. El uso cuidadoso del lenguaje es uno de los más importantes aspectos del desarrollo espiritual. Cuando aprendes a manifestar energía y poder, las palabras armónicas vendrán a tí" (52).

Y así mismo se enfatiza la trascendencia de la voz, cuando afirman: "La voz es el instrumento de medición del nivel evolutivo que el ser humano ha alcanzado. La voz es nuestro aliento, la esencia misma de nuestra vida, de nuestro ser, con sonido añadido. La voz es nuestro más fiel espejo de salud interior, estabilidad mental, involucramiento mental, grado espiritual".

La cualidad tonal de nuestro hablar dice más de nosotros, a nivel subconsciente, que las palabras que decimos. Si no modulamos la voz de una manera correcta, el oyente no nos escuchará.

Gran parte de nuestra personalidad se manifiesta a través de la voz. El sonido descubre nuestras intenciones verdaderas y el modo en que sentimos. La persona sana tiene una clara, rica y bien modulada voz, agradable en tono y palabra.

La voz demuestra cuán profundamente exploras la vida y que tan adecuadamente asimilas nuevos conceptos. El hablar construye el calor corporal y cuando una persona está oyendo para después constestar, su corazón acelera el ritmo. Hay afonía para equilibrar el exceso de hablar o la interacción social competitiva.

Además de indicar actitudes mentales y emocionales, las alteraciones en la voz indican presencia de enfermedades físicas. El indicador absoluto de la voz es el timbre, que permite reconocer al instante la voz humana de una persona específica. Si el timbre cambia, la persona sufrió un impacto negativo importante en su salud y bienestar.

"La enseñanza tibetana del Dzog Chen o Gran Perfección, considera al ser humano hecho de tres patrones de energía

51 BENENZON, op. cit., pp. 246-251

52 GARFIELD M. Sound medicine, Healing with music, voice and song. Ed. Celestial Arts, U.S.A. 1987, pag. 10

interrelacionados: cuerpo, voz (energía vital), y mente. Cuando uno de ellos se desequilibra, la persona enferma" (53).

El sonido, la espiritualidad y la trascendencia:

En las diversas tradiciones religiosas, antiguas y modernas, se utilizaba el sonido en forma de cantos, himnos, etc., para favorecer la creación de un ambiente propicio para el recogimiento, el contacto personal o grupal con la divinidad, la fraternidad, la paz, la caridad, o la comunión entre los feligreses. Condiciones que consideramos se pueden actualmente conseguir sólo practicando las diferentes modalidades aún sin pertenecer a tal o cual grupo religioso, y que son indudablemente ambientes que promueven la formación y desarrollo del ser humano, interés particular de nuestra tesis.

Entre las distintas modalidades musicales religiosas, hemos considerado básico nombrar a los cantos gregorianos, los mantras, los nadas o sonido interno, y el canto armónico.

Los cantos gregorianos:

Son hermosas, melódicas y poéticas formas de cantar; contienen "overtones" que reverberan como eco en la capilla y corredores del monasterio. Estos cantos sirven para limpiar los planos mentales y emocionales, permitiendo un amplio acceso a la FUENTE (Divinidad) y a la propia alma.

Estos "over o upertones" son tonos superiores que emanan de una nota musical, son sonidos de resonancia multidimensional; las características de estos son su frecuencia, intensidad y forma de onda. A mayor tono, más Hertz (número de vibraciones), mientras más bajo es el tono, mayor la amplitud de onda. (54) (FIGURA 4)

Los mantras:

En sentido estricto, los mantras corresponden a la tradición hindú, actualmente, por extensión se define como un himno poético, plegaria, encantamiento y el más absoluto de los sonidos sagrados.

Los mantras son parte integral de todas las religiones y ceremonias espirituales o rituales. En occidente se le llaman "himnos"; los salmos del antiguo testamento son mantras, así como algunos cantos religiosos.

53 *idem*, pp. 16-17

54 Los overtone de distintos instrumentos varían entre 16-16000 hertz audibles, pero otros overtone ya no son escuchados por el oído humano, y viajan en "silencio" o "sonido subliminal". El primer overtone tiene dos veces más frecuencia que el tono fundamental, el segundo tres veces más; el tercero cuatro veces...etc.

Aunque se cree que son más efectivos los mantras dichos en voz alta, también pueden practicarse en silencio. Uno de los principales mantras de la India es el sonido primigenio OM o AUM, que representa sonoramente el ABSOLUTO.

Otros ejemplos de mantras son:

Hindúes... Shree Krishna Govinda Hare Murare
Hay Natha Narayana Vasudeva

Tibetano... OM AH HUM

Estadounidense... We are the daughters of the earth
Born from the place where the sun comes up

Hebreo... Baruch Atan Adonai Elenainu Meloch Ha'olom

Cada chakra corresponde a un órgano o glándula del organismo humano, y a cada uno corresponde a su vez un mantra, un color, una nota musical, un planeta y el sonido de algún instrumento musical; todo ello por vibración y ley de correspondencia. (FIGURA 4) Algunos mantras para abrir los chakras son: (55)

CHAKRA	MANTRA
1o. Muladara chakra,	lum
2o. Swuadistana chakra,	vom
3o. Manipura chakra,	ram
4o. Anahata chakra,	hum/eyam
5o. Vishuda chakra,	ah/hum
6o. Agna chakra,	aum
7o. Saharara padma chakra,	silencio

Existen también los "Ajapa, Hamsa, Hangsa o Sohax", que designan a una forma silenciosa involuntaria de meditación mántrica la cual ocurre con cada respiración.

55 Según la tradición hindú, el Chakra es un centro neurofluidico localizado en ciertas partes del organismo, existen siete chakras principales, que tienen una relación directa con las glándulas endócrinas y los plexos nerviosos:

- 1o. Muladara chakra, en la base de la columna, glándulas sexuales;
- 2o. Swuadistana chakra, en la pelvis, glándulas suprarrenales;
- 3o. Manipura chakra, en el plexo solar, glándula del timo;
- 4o. Anahata chakra, en el plexo cardíaco, corazón;
- 5o. Vishuda chakra, en la garganta, glándula tiroidea;
- 6o. Agna chakra, en el entrecejo, pituitaria;
- 7o. Saharara padma chakra, cabeza parte superior, glándula hipófisis o pineal.

FIGURA 4

CORRESPONDENCIA DE LAS VIBRACIONES SONORAS CON
LAS PARTES DEL CUERPO Y ALGUNOS ELEMENTOS DEL COSMOS

NOTA	COLOR	PLANETA	INSTRUMENTO MUSICAL	HERTZ	CUERPO HUMANO
SI	VIOLETA	SATURNO	CASCABELES	16 000 Htz.	CORONILLA DE LA CABEZA
			FLAUTAS		ENTRECEJO
LA	INDIGO	LUNA	VIOLINES		GARGANTA
SOL	AZUL	MERCURIO	PIANO		CORAZON
FA	VERDE	VENUS	CHELO		PLEXO SOLAR
MI	AMARILLO	SOL	CONTRABAJO		
RE	NARANJA	VENUS	BAJO		SUPRARRENALES
DO	ROJO	JUPITER	TAMBOR	16 Htz.	SEXO

No podemos negar que la meditación es parte de la formación en la cultura oriental, y que en esta era, en occidente esta siendo ya parte de la formación de algunas personas.

Los nadas o sonido interno:

Hasta hace pocos años, cualquier científico respetable hubiera negado que en la oreja y oído surgieran o se reflejaran sonidos. Sólo se presentaba este hecho en estados patológicos llamados "tinnitus", en los que la persona detectaba zumbidos o sonido de campanas, música, motores, etc., dentro de su cabeza u oídos. No se creía en la existencia de sonidos emanados de los oídos de personas sanas. Sin embargo, investigadores británicos colocaron una especie de micrófonos en el canal auditivo y se sorprendieron al escuchar sonidos provenientes del oído, que tenían ahí su fuente sonora.

Ante su confusión, encontraron explicaciones en oriente, donde la tradición mística hindú conoce desde tiempo inmemorial que esos sonidos provienen del interior del organismo, del yo superior, y son mensajes indicando un aspecto de su desarrollo que debe ser atendido por el individuo.

Los Nadas o sonido interno, se relacionan con los chakras. La intensidad, frecuencia, volumen, tono y cadencia del sonido son totalmente idiosincráticos, e indican el paso de la energía "kundalini" (56) que despierta y se traslada de una rueda de energía a otra a lo largo de los 7 chakras principales.

Después de mucho tiempo, se hizo la siguiente relación de sonidos con su correspondiente chakra:

- 1o. Muladara chakra: sonidos zumbantes y de insectos, grillos y sonidos electrónicos, de motores.
- 2o. Svadhastana chakra: timbres, caída de agua o agua corriente.
- 3o. Manipura chakra: flauta.
- 4o. Anahata chakra: cantos, campanas, caracoles, coro de ángeles, corno de carnero.
- 5o. Vishuda chakra: océano, viento.
- 6o. Agha chakra: latido del corazón.
- 7o. Sahasrara padma chakra: silencio.

56 Kundalini es la energía serpentina que sube por dos canales, ida y pingala, para iluminar o despertar los 7 chakras principales. Existen diversos métodos según la tradición hindú, para despertar kundalini, como el yoga por ejemplo, y el uso del sonido.

Estos sonidos pueden ser mensajes del YO superior tratando de hacer contacto con la conciencia. Permitir que sea percibido respirando lenta y rítmicamente puede ser un modo de encontrar información de nuestro propio ser. El estrés del siglo XX y su vivir acelerado nos roba la oportunidad de escuchar, o a veces de creer lo que estamos escuchando.

El canto armónico:

El canto es una meditación vocalizada que concentra toda la atención en el momento. La mente es forzada a dirigirse al sonido. El canto utiliza "overtone", vocalizaciones y repeticiones para alterar las cualidades mentales, emocionales y espirituales del individuo. Invocan o atraen aspectos benéficos incluyendo la unidad con el cosmos. Sirve también para importantes propósitos de mantener la receptividad y el balance necesarios para la labor espiritual.

En general el canto armónico, así como los mantras, son utilizados por todas las religiones y sectas. El canto es realizado en monasterios, principalmente en aquellos donde el silencio y la abstinencia son obligatorios para que la fuerza vital del renunciante no sea destruida por falta de ejercicio vocal.

El cantar se relaciona con los canales sexuales, creativos y artísticos de la vida física. Si se es enteramente célibe, posiblemente no se podrá ser capaz de liberar esas energías, llegando a la autodestrucción, a menos que se cante.

Los individuos seculares cantan para liberar la energía física y fisiológica "estacionada" en lugares gobernados por el quinto chakra y para permitirse más espontaneidad. Para mejorar el oído, vista, gusto, olfato, y mejorar el habla, utilizan el canto.

El canto armónico limpia y clarifica todos los chakras, crea una atmósfera relajante, sustituye la ansiedad, remueve miedos y energías negativas, da lucidez mental y paz interior. Especialmente el canto armónico abre el quinto chakra.

"Crear en la música es creer en la posible armonía entre los hombres".

A. Watts.

1.5. PRINCIPIOS DE LA MUSICOTERAPIA

La musicoterapia como metodología se basa en dos principios, que son el principio de ISO y el objeto intermediario e integrador. Estos dos principios no son exclusivos de la musicoterapia, sino que también pueden integrar las bases de aplicación clínicas, no verbales y formativas. Sin embargo, en musicoterapia adquieren características muy especiales que los distinguen, y que son de aplicación específica para la musicoterapia como proceso formativo.

Por otro lado las técnicas específicas de la musicoterapia se clasifican en activa-expresiva y receptiva-pasiva, ambas aplicables en la musicoterapia centrada en la persona.

A) EL PRINCIPIO DE ISO

El principio de ISO es un fenómeno de sonido y movimiento interno que resume nuestros arquetipos sonoros, nuestras vivencias sonoras gestacionales intrauterinas y nuestras vivencias sonoras de nacimiento e infantiles hasta nuestros días.

Benenzon elaboró el concepto de ISO a partir de reflexiones como ésta. ISO quiere decir igual, y resume la noción de la existencia de un sonido o un conjunto de sonidos o fenómenos sonoros internos que nos caracteriza y nos individualiza.

"Es un sonido estructurado dentro de un mosaico sonoro, que a su vez se estructura con el tiempo y que fundamentalmente se encuentra en perpetuo movimiento. En términos muy simples se puede ejemplificar al ISO, diciendo que para producir un canal de comunicación entre terapeuta y paciente debe coincidir el tiempo mental del paciente con el tiempo sonoro-musical ejecutado por el terapeuta" (57).

Altshuler en sus observaciones de la aplicación de la musicoterapia, constató que las personas deprimidas pueden ser estimuladas con mayor prontitud con música triste que con música alegre. Los pacientes maniacos cuyo tiempo mental es más rápido,

pueden ser estimulados más rápidamente con un "allegro" que con un "andante".

El ISO es un elemento dinámico que posee, potencializado, toda la fuerza de percepción pasada y presente. Es por eso que en el contexto terapéutico, educacional, y cualquier relación de ayuda, el verdadero canal queda ampliamente abierto cuando se logra la coincidencia del descubrimiento del ISO del paciente con la comprensión del ISO del facilitador.

"Algunos autores hablan del cuerpo humano como de un resonador, pero eso no está relacionado con el principio de ISO, a pesar de que entrar en resonancia con un paciente, puede facilitar la comunicación, pero también puede entorpecerla. En cambio el descubrimiento del ISO, jamás entorpece." (58)

Benenson distingue varios tipos de ISO: un ISO guesáltico, un ISO complementario, un ISO grupal-cultural y un ISO universal.

EL ISO GUESTÁLTICO, es el mosaico dinámico que se ha descrito en primer término y que caracteriza al individuo. Es el ISO que nos permite descubrir el canal de comunicación por excelencia del sujeto con quien pretendemos tener una relación de ayuda.

EL ISO COMPLEMENTARIO son los pequeños cambios que se operan cada día o en cada sesión de musicoterapia, por efecto de las circunstancias ambientales y dinámicas. Es decir, el ISO complementario es la fluctuación momentánea del ISO guesáltico motivada por circunstancias ambientales específicas.

EL ISO GRUPAL-CULTURAL está íntimamente ligado al esquema social en que el individuo se integra. Necesita cierto tiempo para establecerse y estructurarse, dependerá muchas veces de la buena elección del grupo y del conocimiento del musicoterapeuta acerca de los ISOS individuales o guesálticos de cada persona. El ISO grupal es fundamentalmente para conseguir una unidad de integración del grupo en un contexto no-verbal. Es una dinámica grupal que fluye en el grupo como la síntesis en sí misma de cada identidad sonora, de cada individuo.

"...la noción de ISO grupal apunta directamente al concepto de identidad étnica; una nación o pueblo de cultura compleja aglutina en sí una suma heterogénea de grupos culturales, subculturas o minorías étnicas. Aunque dichas agrupaciones comparten variaciones regionales ellos se distinguen básicamente por indicadores biológicos <raza>, culturales <lenguaje> y geográficos <región>, caracterizándose cada uno de sus individuos integrantes por una identidad étnica o autoidentificación afectiva con los integrantes del grupo y, en consecuencia, por una hostilidad relativamente frecuente hacia extraños al grupo. Por consiguiente la identidad cultural o étnica es inseparable de la identidad sonora <ISO> y depende tanto de los procesos

dinámicos de aprendizaje de la propia cultura como de la estabilidad o cambio de las pautas culturales"(59).

Los ISOS grupal y cultural operan en niveles colectivos, dependiendo de factores socioculturales. Al ISO grupal se le debe agregar para su comprensión definitiva la idiosincrasia o las sumas de las idiosincrasias de los individuos que componen ese determinado grupo, pero que depende del individuo en su propia historia infantil y gnestáltica.

El ISO UNIVERSAL, es una identidad sonora que caracteriza o identifica a todos los seres humanos, independiente de sus contextos sociales, culturales, históricos y psicofisiológicos particulares. Dentro de este ISO universal, figurarían las características particulares del latido cardiaco, de los sonidos de la respiración, de la voz de la madre en los primeros momentos del nacimiento y días del nuevo ser.

Parecería que el "ISO" es igual al "engrama mnémico"(60) o "Imprinting". La diferencia fundamental es que el ISO es fenómeno dinámico por excelencia, en constante ebullición, en cambio el engrama mnémico es estático. En los mecanismos de formación de un imprinting, estaría involucrada la evolución de un ISO gnestáltico.

Por correspondencia, las investigaciones realizadas acerca del engrama mnémico, e incluso del aprendizaje temprano, abrirían posibilidades de conocimientos más profundos respecto al ISO gnestáltico.

B) OBJETO INTERMEDIARIO Y OBJETO INTEGRADOR

EL OBJETO INTERMEDIARIO:

Un objeto intermediario es un instrumento de comunicación capaz de lograr el desarrollo del potencial humano mediante la relación, sin desencadenar estados catárticos de alarma intensos.

En psicodrama este término es utilizado por J.G. Rojas Bermúdez. Utilizando títeres descubrió que a través de ellos podían establecerse vínculos que sacaban al paciente de su aislamiento y que le permitían, posteriormente, relacionarse, por ejemplo, con los yo-auxiliares. Observó, asimismo, que los mensajes emitidos por el títere recibían una respuesta que no lograba directamente el terapeuta. Es decir, que por

59 GREBE MA. ESTER, Revista musical chilena No. XXI.

"Aspectos culturales y relaciones entre antropología, etnomusicología y musicoterapia", Santiago de Chile, pp.139-140.

60 Este concepto es tratado más ampliamente en "Efectos psicológicos de la música" (Capítulo 1.4.)

circunstancias especiales los pacientes respondían cuando la fuente emisora no era humana. Este fenómeno se presentaba en todas aquellas circunstancias donde el paciente estaba en estado de alarma intenso o con alteraciones del esquema corporal.

En todos los casos el denominador común era el temor a ser invadido o penetrado por la fuente emisora cuando ella poseía las características humanas. Es decir que el títere como fuente emisora, al no poseerlas pasaba a ser un objeto inocuo para el paciente y por lo tanto, utilizable terapéuticamente.

Basándose en su calidad de objeto-cosa y en su función de intermediario, Rojas Bermúdez lo denominó OBJETO INTERMEDIARIO, definiéndolo como un instrumento de comunicación que permite actuar terapéuticamente sobre el paciente sin desencadenar estados de alarma intensos, siendo sus características las siguientes: (61)

- a) Existencia real y concreta.
- b) Inocuidad, que no desencadene <<per se>> reacciones de alarma.
- c) Maleabilidad, que pueda utilizarse a voluntad entre cualquier juego de roles complementarios.
- d) Transmisor, que permita la comunicación por su intermedio, sustituyendo al vínculo y manteniendo la distancia.
- e) Adaptabilidad, que se adecúa a las necesidades del sujeto.
- f) Asimilabilidad, que permita una relación tan íntima, como para que el sujeto pueda identificarlo consigo mismo.
- g) Instrumentabilidad, que pueda ser utilizado como prolongación del sujeto.
- h) Identificabilidad, que pueda ser reconocido inmediatamente.

Benenson utiliza el concepto de objeto intermediario de Rojas Bermúdez y lo adapta a la musicoterapia, considera a los instrumentos musicales y a sus respectivos sonidos, como objeto intermediario.

Existe una diferencia entre el títere y el instrumento musical como objetos intermediarios; consiste en que el títere

61 ROJAS BERMUDEZ J.G., Títeres y psicodrama, Ed. Genitor, Buenos Aires, 1970, pp. 64-71

utiliza la voz del psicodramista, por lo que su conexión con la fuente humana es más íntima. El instrumento musical tiene una emisión sonora que lo caracteriza, que le es propia y peculiar e independiente del musicoterapeuta.

El títere es un objeto sin vida que cobrará vida en el momento que el terapeuta lo decida, en cambio un instrumento musical tiene una identidad propia y una situación vital. El instrumento si es tocado por terapeuta o paciente, inmediatamente dará su identidad sonora, pero aún no tocándolo esta en vibración o entrará fácilmente en ella frente a cualquier emisión sonora de ambos.

Esta mayor distancia que hay entre el objeto intermediario (instrumento musical) y el musicoterapeuta, permite su vinculación tan íntima con el ISO del paciente y del musicoterapeuta. Por lo tanto la correcta elección de un objeto intermediario en la relación terapéutica, dependerá de la habilidad del musicoterapeuta en descubrir la identidad sonora de su paciente o el ISO gúestáltico. El objeto intermediario esta ligado especialmente con el ISO gúestáltico, y en menor grado con el ISO universal y complementario. (62)

EL OBJETO INTEGRADOR :

El objeto integrador en musicoterapia se refiere a los instrumentos utilizados en los grupos, que se convierten rápidamente en guía de los otros instrumentos, y por otro lado, suelen aglutinar alrededor del mismo al resto del grupo.

"...he observado con frecuencia que los pacientes líderes de grupo tienden a elegir instrumentos que fácilmente se convierten, ellos también, en instrumentos líderes; estos instrumentos suelen ser de fácil manejo, de gran volumen, de gran tamaño y de una emisión rítmica y potente. Generalmente, pertenecen a la clase de los membranófonos y son de percusión. (63)"

Por estas dos razones, Benenzon denominó a este tipo de instrumento, OBJETO INTEGRADOR; al cual define como aquel instrumento musical que en un grupo musicoterapéutico, lidera sobre los demás instrumentos y absorbe, en sí mismo, la dinámica de un vínculo entre los pacientes de un grupo y el musicoterapeuta. Este objeto integrador está ligado íntimamente al ISO grupal y en segundo grado al ISO cultural.

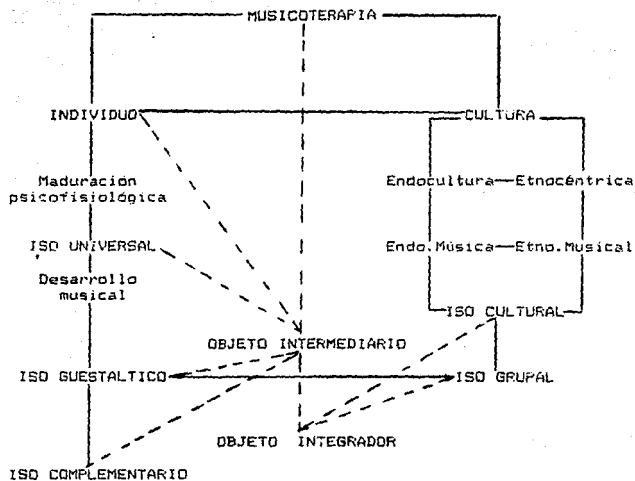
El objeto intermediario y el objeto integrador están ligados a todo el proceso y son parte esencial del mismo. El objeto intermediario recibe la jerarquización del desarrollo del individuo y por lo tanto del ISO universal, gúestáltico,

62 BENENZON, op.cit. pag. 73

63 idem. pag. 72

FIGURA 5.

ESQUEMA GREBE-BENENZON



complementario y en menor grado el ISO cultural; y el objeto integrador recibe del ISO grupal, cultural, complementario y en menor grado del gúestáltico. (FIGURA 5).

C) FORMAS DE APLICACION DE LA MUSICOTERAPIA

Toda disciplina para su aplicación recurre a bases técnicas, las cuales en la musicoterapia pueden clasificarse en dos grupos: a) las de la musicoterapia activa o expresiva y b) las de la musicoterapia receptiva, llamada también pasiva por oposición a la precedente.

LA MUSICOTERAPIA ACTIVA O EXPRESIVA :

Se practica sobretodo en establecimientos especializados, que toman a su cargo a sujetos infradotados cerebrales o motores cerebrales, que padecen de trastornos de la comunicación. Se trata de una terapéutica de grupo que favorece, gracias a un mediador sonoro -objeto intermediario-, el diálogo y el intercambio comunicativo. El autismo infantil es la indicación más importante; el alcoholismo o las toxicomanías, son otra gran indicación.

Los métodos son numerosos, el más conocido es el que ha desarrollado Karl Orff. Tiene por principio esencial la creación de la armonía en el seno del grupo, mediante la acción de interacciones sonoras y rítmicas. De modo que tiene por meta la creación de una comunicación y de una socialización entre el conjunto de los participantes.

Por ello se utilizan instrumentos simples: flautas, xilofonos, percusiones, etc., que son medios expresivos fáciles y permiten una actividad creadora al alcance de los discapacitados. Las actuaciones rítmicas son primordiales, pues permiten un diálogo constructivo. La puesta de un conjunto de muchas voces, de improvisaciones melódicas colectivas, asociaciones corporales (ejem. la ronda), etc., tienen una importancia no menos despreciable.

Otros métodos existentes son los de Willems y de Liliana Azinalá, que tiene el mismo fin. Estos métodos requieren de especialistas.

A pesar de que la génesis de este tipo de musicoterapia es con el fin de tratar a niños o adultos con problemas psicomotores, no quiere decir que sea su única aplicación, ya que se puede realizar musicoterapia activa o expresiva con personas sanas, con el fin de desarrollar sus potencialidades, por ejemplo el canto, el baile y tocar instrumentos musicales.

El canto :

El canto es propio del hombre y corresponde a la expresión de una necesidad, desde la más tierna edad. El canto instintivo, improvisado, en particular, permite exteriorizar sentimientos reprimidos... Los niños canturrean antes de saber hablar y a menudo lo hacen antes de dormirse, por instinto de seguridad.

El canto es también uno de los mejores medios de sentirse bien después del despertar, de comenzar bien el día. Tiene virtudes efectivas: airea los pulmones, estimula el cerebro y la hipófisis y produce inspiraciones más intensas, pone en ejercicio a todo el cuerpo y crea una sensación de bienestar.

El canto coral es una fuente de enriquecimiento de la personalidad, se experimenta un sentimiento de integración social y una nueva facilidad para relacionarse con los demás.

La danza :

El ritmo y las vibraciones sonoras actúan sobre nuestros centros instintivos y nos incitan a expresar corporalmente nuestras sensaciones. Los niños tienen un gusto innato por el ritmo, se improvisan gestos, movimientos de danza, saltos y manifestaciones corporales de alegría.

Esta forma de expresión corporal se practica en grupos, sin embargo la práctica individual resulta más personalizada y mejor adaptada a los propios gustos, en la medida en que se tiene la opción de elegir la música. Habrá quienes preferirán moverse con arias de varieté o danzas de moda, otros preferirán obras de grandes compositores, como Stravinsky, Bartok, Messiaen, Milhaud, que en sus composiciones se acercan al ritmo físico.

Práctica de un instrumento musical :

El estudio de un instrumento musical puede emprenderse a cualquier edad. Es, por cierto evidente, que en forma excepcional se alcanzará un virtuosismo si se comienza el estudio a una edad adulta, sin embargo se logra obtener una fuente de satisfacciones y sobretodo de equilibrio y expansión. El compositor Daniel Lesur cita: "Quien no ha practicado jamás música de conjunto, ignorará siempre ese descubrimiento de sí mismo a través de los otros, esa alegría trascendente..." (64)

Tocar un instrumento requiere una concentración y un dominio de los gestos que redonda siempre en una repercusión beneficiosa sobre la psicología, el comportamiento y la capacidad de atención. La adquisición progresiva de la destreza manual corresponde a una educación psico-sensorio-motriz.

Creemos que el estudio de un instrumento musical, aunque sea la flauta de pan, debería formar parte de la educación infantil, dentro de un ámbito escolarizado.

LA MUSICOTERAPIA RECEPTIVA O "PASIVA" :

Puede ser definida como un método terapéutico que utiliza la audición de obras musicales compuestas de antemano. En las más simples indicaciones, no requiere de la intervención de un mediador o un especialista y puede practicarse en soledad.

Es importante para la práctica de esta musicoterapia, respetar y considerar la organización del material sonoro, la individualidad de cada persona, el ISO gestáltico, grupal y cultural, así como las condiciones del lugar donde se llevará a cabo, y de la vestimenta a utilizar. "Los beneficios de la música sólo pueden experimentarse observando un método riguroso, ¡Una musicoterapia "salvaje" crea el peligro de hacer más mal que bien!". (65)

Es así que desde la perspectiva formativa, la musicoterapia a través de la aplicación expresiva y receptiva y con la utilización de los principios de ISO y del objeto intermediario e integrador, se propone como acción práctica para el desarrollo integral del individuo y de sus potencialidades.

Todo ser humano tiene el potencial de desarrollarse integral y plenamente, abarcando tanto el aspecto intelectual y analítico, como el intuitivo y artístico, cada uno gobernado por el hemisferio izquierdo y derecho de nuestro cerebro respectivamente. Es por esta razón que en nuestro próximo apartado nos avocamos al estudio del funcionamiento de nuestro cerebro y sus hemisferios.

"La música es el lenguaje del corazón"

Musset.

1.6. EL SONIDO Y LOS PROCESOS CREATIVOS

La música es una experiencia de carácter no verbal, absolutamente inaccesible por medios puramente literarios o eruditos. Hablar de música es hablar de arte, filosofía, lógica, ciencia, semántica, educación, etc. En la medida en que la música es ciencia y arte, racionalidad e intuición, el ser humano a través de la música desarrolla estos dos modos de percepción y conocimiento, en forma integral.

En este apartado presentamos las funciones y características básicas de los hemisferios cerebrales, de los diversos modos de conciencia y conocimiento pertenecientes a la naturaleza humana, así como la correlación existente entre la creatividad, la música y el aprendizaje, con la finalidad de comprender la forma en la que el individuo puede abordar la música y de esta manera proponer un enfoque de la musicoterapia acorde al desarrollo integral, es decir, que desarrolle tanto el aspecto analítico-intelectual como el intuitivo-artístico.

A) HEMISFERIOS CEREBRALES Y APRENDIZAJE;

El ser humano percibe y conoce al mundo que le rodea de distintas maneras : a) la cognitiva o intelectual, que involucra la acción del hemisferio cerebral izquierdo; b) la intuitiva o creativa, que corresponde a las funciones del hemisferio cerebral derecho y; c) la integral o significativa que abarca a la totalidad de la persona al unir y armonizar la acción de ambos hemisferios cerebrales. (66)

El avance de la ciencia y la tecnología han permitido esclarecer, a través de un gran número de investigaciones experimentales, las funciones correspondientes a cada uno de los hemisferios cerebrales. Estos estudios han permitido que hoy en día se pueda fundamentar científicamente la existencia de los

66 WATZLAWICK PAUL, El lenguaje del cambio
Ed. Herder, Barcelona 1980, pag. 23

modos de conocimiento, así como de los distintos niveles y modos de conciencia pertenecientes a la naturaleza humana.

Con el fin de comprender la importancia que tienen los modos del cerebro y, consecuentemente, los modos de conocimiento que se dan naturalmente en el individuo para el logro del aprendizaje significativo, vamos a mencionar brevemente las funciones y características más sobresalientes de cada uno de ellos.

EL HEMISFERIO IZQUIERDO del cerebro se rige por la conciencia ordinaria, verbal-línea y sus funciones características son: lo objetivo, lo racional, lo concreto, lo intelectual, lo temporal, lo secuencial, lo estructurado y lo propositivo. Ha sido contemplado como la parte masculina, clara, racional y rígida de la personalidad. Este hemisferio lleva a cabo una acción analítica, funciones de juicio-control-valoración y procesos de pensamiento cognoscitivos a través de los cuales se percibe al mundo. Está formado por objetos, situaciones y personas que existen en el tiempo y viven en un mundo regido por la causalidad.

El modo lineal-ordinario de conciencia es esencial para el individuo ya que le permite cronometrar, ordenar, planear, controlar, coordinar, analizar, verbalizar y evaluar las distintas dimensiones de la experiencia lineal. Este modo de conocimiento es la forma en que la conciencia ordinaria permite lograr una visión concreta y una vida estable y ordenada, necesaria no solo para sobrevivir, sino para obtener conocimientos e integrarlos al organismo.

EL HEMISFERIO DERECHO a diferencia del hemisferio izquierdo, se rige por la intuición, por la conciencia no lineal, holística, integral, total, unificada. Sus modos característicos son: lo intuitivo, lo subjetivo, lo creativo, lo artístico, lo estético, lo misterioso, lo atemporal, lo espacial, lo integral y lo simultáneo. Se le ha contemplado como el aspecto femenino, cálido y flexible de la personalidad. Este hemisferio, al no contar con elementos lingüísticos, se expresa a través de metáforas y no se rige por procesos mentales establecidos, ideas prejuicios o creencias, sino por las experiencias que se suceden de manera espontánea y simultánea.

El modo de conciencia holístico es la experiencia integradora, totalizante y subjetiva por medio de la cual se percibe al mundo. Se centra en el presente, en el aquí y el ahora, lo cual permite el contacto inmediato con la realidad continuamente cambiante del mundo en que vivimos.

Experimentar directamente aquello que deseamos conocer, contemplarlo y maravillarse de su esencia, es posible únicamente a través del modo de conciencia holístico, al tratarse de una respuesta hacia adentro y no de una observación desde el exterior.

LOS MODOS DEL CONOCIMIENTO :

La integración de estos dos modos de conocimiento es indispensable para llegar a la autorrealización. Cuando la educación se enfoca hacia el desarrollo del modo cognitivo sin contemplar al individuo como unidad integral, se limita y reduce a tan solo una dimensión: la intelectual. Si la balanza se inclina hacia el desarrollo del hemisferio intuitivo, se da igualmente el desequilibrio. Es necesario promover una educación que se avoque a la integración y favorezca el desarrollo equilibrado y dinámico de los dos modos del cerebro. El aprendizaje significativo será factible en la medida en que se promueva la complementación de las funciones de cada hemisferio cerebral.

Cada uno de los métodos de enseñanza-aprendizaje, el intelectual y el intuitivo, parten de plataformas psicofilosóficas distintas, provocando lo que podríamos llamar un choque de paradigmas. Los conjuntos de hipótesis y teorías que formulan estos paradigmas en colisión se comienzan a contemplar como limitantes. Surge con ello la necesidad de que estas disciplinas aparentemente contradictorias encuentren puntos de convergencia, así como datos que provengan tanto de las tradiciones holísticas como de las racionales y analíticas.

La situación que ahora se nos presenta es que, si bien el intelecto es un sustento epistemológico adecuado para la comprensión de la realidad, existe otra forma de conocimientos que no se somete a la codificación y al análisis, ni utiliza las formas habituales del razonamiento. Einstein sostiene que el pensamiento lógico puro no puede extraer ningún conocimiento del mundo empírico y de todo conocimiento de la realidad parte de la experiencia y termina en ella. Los proposiciones a que se llega por medios puramente lógicos están completamente vacías. En otro momento expresa: "el factor verdaderamente valioso es la INTUICION" (67)

Según Carl Sagan, poseemos notables facultades cognoscitivas, una percepción de datos que supera la conciencia verbal y analítica, localizada en el hemisferio izquierdo del cerebro. El hemisferio derecho se relaciona con la visión tridimensional, el reconocimiento de formas y contornos, las facultades musicales y el razonamiento holístico. Las funciones racionales se encuentran principalmente en el hemisferio izquierdo y las intuitivas en el derecho. Toda la actividad creadora notable ha surgido de la combinación y acción conjunta de ambos hemisferios.

67 R. ORNSTEIN, cita a EINSTEIN
Psicología de la Conciencia,
Ed. Manual moderno, México 1979, pp. 56, 59, 71.

La física moderna sostiene que el científico no puede quedarse en el papel de observador, sino que necesita convertirse en participante, ya que solamente una participación plena y comprometida con el mundo que observa, le permite la comprensión de la totalidad.

A pesar de estos descubrimientos de la física moderna, es un hecho que el pragmatismo, el positivismo, así como el consumismo generado por la Revolución Industrial, apoyan y fomentan la conciencia ordinaria negando, devalorando, y aún considerando patológicas las funciones de la conciencia holística y su modo de conocimiento. Esto ha conducido a la sociedad actual a promover una educación que enfatiza el desarrollo del hemisferio izquierdo del cerebro y utiliza recursos didácticos encaminados a la memorización, a la acumulación de información, a la descomposición del todo en infinitud de partes con el fin de analizar sus componentes. De esta manera se ha convertido al alumno en una especie de computadora a la cual basta apretar un botón para que dé la respuesta deseada. Al conocer los componentes y las partes de los objetos y no su esencia, se pierde el conocimiento del todo. Por ver el árbol no vemos el bosque, por conocer la nota nos perdemos de la sinfonía, por conocer el átomo nos perdemos del Cosmos.

Aprovechamos el momento para hacer una crítica al sistema educativo que promueve el método científico de investigación, ya que sólo fomenta el conocimiento intelectual, el cual generalmente se queda en la superficie y hace del objeto de estudio algo externo a sí mismo, en lugar de un conocimiento que, al ser asimilado en su esencia, comprendido en su profundidad, llegue a formar parte del organismo integral.

Esta asimilación de lo aprendido permite que lo conocido no se olvide o se deseché, sino que permanezca en el organismo como un recurso al cual se puede recurrir en cualquier momento que se necesite. Aprender significativamente implica poner en juego, estimular y motivar las funciones correspondientes al hemisferio izquierdo, pero siempre complementado con el derecho, por ser la unión de ambos lo que permite la integración tanto de las funciones cerebrales como de la personalidad del individuo.

De acuerdo con Carlos Castaneda, la consolidación de la totalidad de uno mismo se efectúa mediante la unión de la "racionalidad" y la "intuición", unión de los "lados" izquierdo y derecho, a partir de la reconciliación de esas dos formas distintas de percepción en un todo unificado.

LOS HEMISFERIOS CEREBRALES Y EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO :

Después de haber analizado brevemente las funciones de ambos hemisferios cerebrales, analizaremos algunas de las características del aprendizaje significativo con el fin de comprender como éste es imposible de lograr si no se abarca la

totalidad de la persona, ya que nuestro principal interés es el aspecto formativo y la forma de conocer y aprender significativamente lo musical.

Entre las características del aprendizaje significativo encontramos: (68)

1. Se asimila al plano del ser, no del tener. Quien aprende significativamente no sólo tiene más en su haber, sino que es más él mismo. No es lo mismo poseer conocimientos que ser sabio. Los conocimientos se adquieren a través de los libros, la sabiduría a través de la experiencia.
2. Se integra a conocimientos anteriores así como a experiencias previas, formando con ellas un bloque unitario. Los conocimientos y experiencias adquiridas a lo largo de la vida son posibles gracias a la interrelación de los dos modos de conocimiento y de conciencia.
3. Se puede aplicar de manera práctica a la vida, por lo que se aprende no para pasar un examen sino para enriquecer la existencia. La aplicación práctica de lo aprendido requiere de comprensión profunda y creatividad, espontaneidad e intuición. Esto no es posible si lo aprendido queda en el nivel de la conciencia ordinaria o lineal.
4. Se encuentra motivado por intereses personales. Lo aprendido por obligación queda a niveles intelectuales, mientras que lo aprendido integralmente, por curiosidad y con profundidad, se asimila al organismo integral. La sensación de comprender la esencia de las cosas que mueven al ser humano a aprender, proviene del hemisferio holístico.
5. Es un aprendizaje integral y penetrante que se integra a la totalidad del organismo. La totalidad organizativa no admite dicotomías de ningún tipo, por lo que la integración de los hemisferios es un hecho.
6. Solamente puede ser evaluado por la persona que aprende. Si habláramos de conocimientos a nivel intelectual exclusivamente podríamos contentarnos con la evaluación externa que mide conocimientos. Sin embargo, lo significativo del aprendizaje, que comprende aspectos subjetivos y misteriosos, característicos del modo holístico, únicamente pueden ser valorados por la misma persona que los vive y experimenta.

Al respecto Rogers afirma "Al decir aprendizaje significativo pienso en una forma de aprender que señala una diferencia en la conducta, las actividades, las actitudes y la

68 GONZALEZ G. A.M., DIDAC, Boletín del Centro de Didáctica no.47
"Los modos del cerebro y el aprendizaje significativo"
Universidad Iberoamericana, México 1987, pag. 4

personalidad-; es un aprendizaje penetrante, que no consiste en un simple aumento del caudal de conocimientos, sino que se entreteje con cada aspecto de la existencia"(69), más tarde añade: "...cuando aprendemos de esta manera, somos una totalidad, y utilizamos todas nuestras capacidades masculinas y femeninas"(70).

Ante estas definiciones sobre lo que implica aprender significativamente, podemos concluir que el caudal de conocimientos adquiridos a través del modo lineal de conciencia podrá ser entretejido con la existencia sólo a través del modo holístico de conciencia, al ser este el responsable de la experiencia integradora por medio de la cual se percibe al mundo.

Al hablar Rogers de este aprendizaje como un elemento que permite a la persona utilizar sus capacidades masculinas y femeninas se refiere a la interrelación de los hemisferios cerebrales y, con ello, a la conjunción de los opuestos.

Desde esta perspectiva, podríamos aventurarnos a decir que el aprendizaje significativo permite la aceptación y comprensión de los dos modos de conocimiento, así como la afirmación de que el desarrollo integral y la autorrealización no son posibles sin la interrelación dinámica de ambos hemisferios naturales en el ser humano. Cada uno de ellos contempla una porción distinta de la realidad, por lo que al unirse se amplía la percepción de la misma. Estas aproximaciones distintas para llegar al conocimiento son únicas, y no puede estar una comprendida en la otra. Corresponden a funciones propias de cada hemisferio, por lo que su interrelación dinámica es la que permite al aprendizaje significativo, al lograr con su complementación la expansión de la conciencia.

Parafraseando un antiguo aforismo chino, F.Capra expresa:

"los místicos entienden de las raíces del TAO, pero no de sus ramas, los hombres de ciencia entienden de las ramas pero no de las raíces. La ciencia no necesita del misticismo y el misticismo no necesita de la ciencia; pero el hombre necesita de ambos. La experiencia mística es necesaria para entender la naturaleza más profunda de las cosas y la ciencia es esencial para la vida moderna. Lo que necesitamos, por consiguiente, no es una síntesis sino una interrelación dinámica entre la intuición mística y el análisis científico". (71)

69 ROGERS C., Freedom to learn

Ed. E.Marrill Co., USA 1969, pag. 12

70 ROGERS C., Libertad y creatividad en la educación en los 80s.

Ed. Paidós, Barcelona 1978, pag. 53

71 *por científico en este caso entendemos lo referente a la parte analítica y racional del hemisferio izquierdo.

Después de estas reflexiones concluimos que una educación integral es, la que promueve el aprendizaje significativo, es aquella que contempla al intelecto como sustento epistemológico para captar la realidad, pero a la vez incluye y enfatiza la importancia de otra forma de conocimiento que no se somete a la codificación y al análisis, ni utiliza formas habituales de razonamiento para percibir al mundo.

Bajo esta premisa podemos concluir que el individuo social tiene que ver más con la búsqueda de una formación entendida como integral, totalizadora, y no tan sólo con una parte separada, es decir, no sólo con lo analítico o sólo con lo intuitivo, sino con la interacción dinámica de ambos.

B) LA CREATIVIDAD, LOS SONIDOS Y LOS MODOS DEL CONOCIMIENTO

Después de conocer las funciones de ambos hemisferios cerebrales, y de la relación de ambos con el aprendizaje significativo, analizaremos la correlación existente entre los modos de conocimiento y los sonidos; el aspecto analítico-intelectual trabajado por el hemisferio izquierdo y el aspecto intuitivo-artístico por el derecho.

La integración de estos dos modos de conocimiento, intelectual e intuitivo, son indispensables para que el ser humano logre procesos creativos. Los hemisferios son como las dos caras de una moneda: distintas, opuestas, pero sin las cuales la moneda no pueda existir. La ciencia ha encontrado una respuesta para resolver esta dicotomía con el fin de promover el aprendizaje significativo: los hemisferios se encuentran comunicados por el cuerpo calloso que une automáticamente ambos lados, creando el puente que permite la interacción y, con ello, el conocimiento integral. La creatividad como un proceso natural e inherente al hombre, es imposible de lograr si no se abarca la totalidad de la persona.

Rogers comenta: "Los pensamientos y acciones creativos son como los bebés: insignificantes, débiles, fáciles de derribar. Una idea nueva siempre resulta inadecuada en comparación con una noción establecida. Los niños están llenos de pensamientos y percepciones extravagantes e insolitas, pero muchos de ellos son destrozados por la rutina de la vida escolar. Existe una diferencia entre los estudiantes que son muy inteligentes y aquellos que son inteligentes y creativos. Estos últimos tienden a ser más profundos, menos previsibles y más problemáticos.

Por cierto que la enseñanza, sea elemental, universitaria o de entrenamiento profesional, no registra buenos antecedentes en

favorecer la creatividad. Así es como a Tomás Edison se lo catalogó de lento y tonto. La aviación surgió solo porque dos mecánicos tenían tal ignorancia de los conocimientos especializados que ensayaron la idea alocada y tonta de hacer volar a una máquina mas pesada que el aire; los profesionales instruidos no habrían perdido tiempo en semejante tontería. En las clases se debería crear una atmosfera de mutuo respeto y mutua libertad de expresión -tarea a la que suelen temer los profesores-. Esto podría permitir al individuo creativo escribir poesía, pintar cuadros, inventar cosas, ensayar nuevas iniciativas, sin el temor de ser aplastado. Me gustaria ser capaz de hacerlo." (72)

La persona que ha logrado el desarrollo integral de ambos modos de conocimiento, de lo cognitivo y lo intuitivo, ha trabajado por el funcionamiento pleno de sí mismo y podrá ser una persona autorrealizada, y por tanto una persona creativa.

"Este tipo de individuo abierto a sus experiencias, confiado en su capacidad para establecer nuevas relaciones con su medio, no es raro que elabore productos creativos ni que lleve una existencia de creación. No necesitará estar "adaptado" a su cultura y ciertamente no será un conformista. Vivirá de manera constructiva, en algunas situaciones culturales quizá se sienta infeliz, pero seguirá siendo el mismo y comportándose de modo de satisfacer, en el mayor grado posible, las necesidades más profundas que siente. Será capaz de producir, de modo creativo, una adaptación solida a condiciones nuevas o antiguas. Será la vanguardia adecuada de la evolución humana" (73)

"¿Como concebimos las estructuras musicales, como retenemos temas sinfónicos extensos, y sobretodo, como se explica la intensidad, profundidad y claridad de sentimientos de las imágenes del pasado que suscite forma poco menos que física unas determinadas melodías? En la China de los emperadores, con su insistencia en un orden reglamentado, la música era asunto del Estado que, por tanto, se sustraía a los individuos concretos" (74).

Los estudios demuestran, afirma Watzlawick, que la música es asumida y elaborada casi exclusivamente por el hemisferio cerebral derecho, cuando se trata de experiencias musicales por así decirlo inmediatas. En las personas musicalmente cultivadas, por el contrario, que además del simple escuchar, prestan atención a los detalles, como la tonalidad, la armonía, la orquestación, etc., tiene también una amplia participación el hemisferio cerebral izquierdo.

De lo dicho se desprende que la musicoterapia puede ser considerada desde los ámbitos de lo científico y desde lo

72 ROGERS 1978, op.cit. pp. 168, 169

73 idem. pag. 336

74 WATZLAWICK, op.cit. pag. 29

artístico, que requiere los dos modos de conocimiento; lo lineal-ordinario, analítico y numérico, para la parte racional, cronometrada, lingüística, etc.; así como de la parte holística, intuitiva, para la parte artística, no-verbal, emotivo-afectiva, etc. De esta manera, la musicoterapia promueve el desarrollo de potencialidades, promoviendo así la formación y el desarrollo de una persona plena, autorrealizada, y por tanto creativa.

Hasta aquí, con el fin de comprender la función de la musicoterapia, hemos considerado necesario explicar en este primer capítulo los conceptos y principios básicos de esta; no sin antes exponer las definiciones y los objetivos que la musicoterapia pretende alcanzar.

El uso de la música como agente curativo es casi tan antiguo como la música misma; el poder de los sonidos sobre el comportamiento de los seres vivos es conocido desde los orígenes de la humanidad, y se acerca al campo de la formación integral.

La música y el sonido-ser humano se relacionan íntimamente. Puede decirse que el primer postulado de la musicoterapia es la acción de la música sobre los seres vivos. La musicoterapia consiste en un conjunto de técnicas puestas a punto en forma rigurosa, para permitir la utilización de la música con fines terapéuticos.

Es de nuestro interés, mostrar con este trabajo, lo específico de la contribución de la musicoterapia al desarrollo integral del ser humano, por tanto al campo de la formación. Nuestro objetivo final es señalar el puente que hace de la musicoterapia una tarea común de la formación para el desarrollo pleno de una persona.

La música es una experiencia totalizadora que rescata la historia del individuo y de la sociedad, y busca su vinculación con lo ancestral, lo compartido. Integrar la música a la terapia es integrar el cuerpo, porque la música se hace, dice, toca y canta como manifestación corporal. Es ir en busca del cuerpo, de sus gestos, posturas y estilos como engarce del proceso de formación de un individuo, es decir, de la historia de un individuo, que es decir la historia de su familia, sector social, cultura, etc.

Trabajar con el cuerpo lleva necesariamente a la relación del cuerpo con el cuerpo del otro, y desarrolla un plano de encuentro. Un encuentro de dos seres, que en su momento juegan roles de facilitador y paciente, pero donde se favorece el crecimiento de ambos.

La musicoterapia se utiliza actualmente con mucha más frecuencia en el campo médico con pacientes psicóticos, para llevar de la locura a la cura. Recordamos que el método de María Montessori fue creado para niños con problemas, y que al ser adaptado para niños sanos ha sido un método con resultados

excelentes. Así también, nuestra propuesta se refiere a que la musicoterapia puede ser aplicada con personas sanas, como un camino más, como parte de un proceso de formación del hombre.

La musicoterapia no es un método educativo musical, pero sí es una forma en la que la persona puede desarrollar potencialidades creativas y probablemente musicales, además de encontrar una forma de expresión y autoconocimiento. Una sesión de musicoterapia, pretende que la persona pueda conocer y vencer sus limitaciones, creadas en más de una vez, por la educación escolar-analítica recibida.

Para lograr esto, proponemos que se utilice el Enfoque Centrado en la Persona que propone Rogers, principalmente en cuanto a las características del facilitador, ya que consideramos que sólo a través de las actitudes de empatía, congruencia y aceptación se puede promover el aprendizaje significativo, la creatividad y el desarrollo pleno de la persona.

En resumen, la musicoterapia es una terapia para el complejo sonido-ser humano, que abarca tanto el ámbito personal como grupal, que a través de actitudes adecuadas por parte del facilitador, dejaría de ser una disciplina meramente médica, para convertirse en una de tipo formativo, que promueva aprendizajes significativos, autoconocimiento, desarrollo de potencialidades en el ser humano y la autorrealización.

Es por esta razón, que en el próximo capítulo se conceptualizarán las características del Enfoque Centrado en la Persona que aporta Carl Rogers, para posteriormente plantear nuestra propuesta de "Una Musicoterapia Centrada en la Persona, como proceso de formación y de autorrealización".

CAPITULO II

EDUCACION CENTRADA EN LA PERSONA

2.1. Educación Musical

2.2. Marco Histórico del Enfoque Centrado en la Persona

2.3 Aprendizaje Significativo

2.4. Características del facilitador

2.5. Papel que desempeñan el educador y el estudiante

2.6. Autoestima y autorrealización

"Lo más difícil es la capacidad de ver, ver simplemente, con sinceridad, sin engañarse, porque ver significa cambio"

Anthony de Mello.

2.1 EDUCACION MUSICAL

La musicoterapia no es un método educativo musical, pero sí es una forma en la que la persona puede desarrollar potencialidades creativas y probablemente musicales, además de encontrar una forma de expresión y auto-conocimiento. Todo proceso terapéutico al que se someta una persona, facilita en ésta obtener aprendizajes significativos.

A través de la musicoterapia una persona puede conocer y vencer las limitaciones que su educación le pudiera haber creado, y es así como la musicoterapia se convierte en parte de un proceso educativo individual, entendiendo este como un proceso continuo y espiral. La musicoterapia es un medio por el cual se puede llenar el hueco o vacío que pudiera haber dejado la "educación musical", pero no solamente trabaja con personas "enfermas", también ofrece resultados excelentes con personas sanas.

La educación musical que recibimos en la vida, principalmente en la infancia, debiera ser integral, abarcando aspectos físicos, intelectuales, afectivos e incluso intuitivos, con el fin de facilitar el desarrollo pleno de la persona.

LA EDUCACION MUSICAL:

Existe en este momento, fin de siglo XX, una gran corriente, hasta podemos decir una corriente mundial, a favor de la educación musical.

Entendemos por educación musical el hecho de que ésta es, por naturaleza, humana en esencia, y sirve para despertar y desarrollar las facultades humanas. Porque la música no está fuera del hombre, sino en el hombre.

Es necesario diferenciar a la educación musical de la instrucción y de la enseñanza musical, estas pueden por cierto colaborar con la educación.

La gran diferencia de instrucción y enseñanza por un lado, y educación por otro, consiste en que en la educación todos los elementos, sean de carácter global o analítico, son considerados no sólo desde el punto de vista artístico, sino desde el punto de vista humano. La educación permite entablar los lazos que existen entre los elementos fundamentales de la música y los de la naturaleza humana.

En el proceso educativo, el aprendizaje significativo de experiencias musicales se logra a lo largo de toda nuestra vida, incluyendo educación formal y no formal. Es de suponerse que la educación musical es parte de un proceso de educación integral, ya que el medio ambiente que rodee al sujeto, así como la mucha o poca instrucción musical que se da en las escuelas, forman parte de la educación musical.

La educación musical llevaba un evidente atraso respecto de otras disciplinas: dibujo, pintura, modelado, lenguaje, poesía, matemáticas, etc.; la razón, afirma Willems, debe buscarse en el hecho de que la música se relaciona, más que otras disciplinas, con la vida interior, a través del canal auditivo, mientras que otras actividades se relacionan con el tacto o la vista, que son otros tantos medios de desarrollar el intelecto y la sensorialidad.

"La música, cuyo centro vital es la melodía (o sea las relaciones sonoras), es de naturaleza esencialmente afectiva. Así pues, desarrollar la sensibilidad afectiva, las emociones y los sentimientos exige una avanzada madurez pedagógica"(75). El problema de la educación musical es por lo tanto muy arduo, sobretodo es una necesidad- si distinguimos entre educación e instrucción o enseñanza.

Se comprende que una enseñanza racional de la música puede servir de ayuda para brindar bases técnicas a la educación musical, pero en este caso es indispensable superar el intelectualismo que pretende ser demasiado racional. El arte supera la pura razón. En resumen se puede decir: mediante la instrucción se informa, con la enseñanza se imparten conocimientos, con la educación se forma.

EDUCACION MUSICAL INFANTIL:

A pesar de la poca educación musical que se recibe, todos y cada uno de nosotros tenemos una "historia musical".

75 WILLEMS E., op.cit. 1981, pag.25

La educación musical comienza aún antes de nacer, así también la historia musical personal. Cuando estamos en período de gestación por ejemplo, sentimos el sonido del corazón de la madre o los sonidos del medio ambiente exterior; y durante los primeros años de vida, hemos escuchado cierto tipo de música más que otra y por lo tanto, no es de extrañarse que esta música nos provoque algunas reacciones que probablemente otro tipo de música no logre.

En un artículo hace alrededor de dieciséis años, la Unesco organizó una conferencia sobre la educación musical y ante la pregunta: ¿Cuándo conviene comenzar el estudio de la música?, el gran educador húngaro Kodaly expresó: «Hace tiempo hubiera afirmado: "Nueve meses antes del nacimiento", hoy respondería: "Nueve meses antes del nacimiento de la madre"» (76). Entendemos entonces que la educación musical debería comenzar no sólo desde la etapa preescolar, sino que aún desde antes, desde el seno familiar.

El comienzo de la expresión libre del niño es la preparación para la improvisación, propia de todo verdadero músico. Los primeros pasos escolares en cuanto a este respecto es determinante, dado que las nociones adquiridas en la primera infancia, perduran a menudo durante toda la vida y serán quizá, si no son correctas, una traba para el desarrollo futuro. Los primeros pasos pueden ser peligrosos si el profesor no se da cuenta de lo que provoca en la estructuración de los procesos de desarrollo.

El fenómeno musical es en efecto un fenómeno humano, para el que hay que desarrollar una sensibilidad, sobretudo entre los cuatro y los cinco años.

La afectividad debe ser la clave de la educación musical de los niños. La audición es por lo menos triple: sensorial, afectiva y mental. En las clases de iniciación musical, los niños de tres a seis años están exactamente en el período de desarrollo de la afectividad sensorial y emotiva, todo "educador" debe tenerlo en cuenta, sobretudo si quiere educar y no simplemente instruir o enseñar. Se trata de emociones de placer, de alegría, el niño que es atraído se puede auto-interesar.

La música por su carácter humano total, se encuentra en mejor situación que cualquier otra disciplina educativa para realizar simultáneamente los principios esenciales como los innovadores. Las tendencias actuales en la educación musical infantil, educación que nos interesa dado el proceso formativo que sigue, son:

- a) Pretender que todo es juego.
- b) Dejar al niño en libertad.

76 WILLEMS E., op.cit. cita a KODALY, pag.18

c) Creer realmente que el niño es creador.

d) Utilizar medios audiovisuales.

La educación musical es un fenómeno reciente, que bien empleado permite el acceso a un mundo nuevo, suprasensible, aún cuando casi por completo depende de medios materiales e instrumentales.

RELACION ENTRE MUSICA Y EDUCACION :

Tanto la psicología y la pedagogía brindan a la música valiosas aportaciones en el sentido de la educación musical y los efectos de ésta. También la música puede ofrecerlas en el orden global y el analítico. La música, en efecto, por su carácter muy material en sus vibraciones, a la vez que espiritual en sus sentimientos elevados, representa una síntesis completa de la naturaleza humana.

En la música se reúnen la ciencia matemática y la sensibilidad emotiva. "Se puede encontrar mediante la sensibilidad, con los ojos cerrados y en un sonómetro graduado, el número exacto de vibraciones necesarias para dar un intervalo de octava, de quinta o cualquier otro"(77). La música es, por tanto, un campo que permite observar con claridad el carácter de las diferentes conciencias humanas.

En seres que la sociedad considera como superdotados, en los verdaderos artistas, las diferentes conciencias se hallan innata y automáticamente presentes y funcionan en armonía, interpretándose unas con otras, actuando cada una en su propio plano. Esto no quiere decir, como ya hemos mencionado anteriormente, que no podamos alcanzar el desarrollo de nuestra conciencia holística, sólo que los genios artistas nacen con ello.

La educación musical, tiene como fin hacer aprovechar a cada ser humano, de acuerdo con sus posibilidades, los beneficios de la música, profundizando la compleja naturaleza de ésta. La música tiene un alto valor social, por tanto la educación musical puede comenzar desde la más tierna edad, desde el vientre materno incluso.

77 FREGTHAN C.D., *op.cit.* 1985, pag.62

LA EDUCACION MUSICAL Y LOS DOS HEMISFERIOS:

Para explicar que podamos concebir las estructuras musicales, retener temas sinfónicos extensos, y sobretodo, la intensidad, profundidad y claridad de sentimientos de las imágenes del pasado que suscitan determinadas melodías; lo logramos solo a través de la comprensión del funcionamiento de los dos cerebros que poseemos. Es decir, el hemisferio derecho y el hemisferio izquierdo, que hemos explicado ampliamente en el capítulo anterior.

En el hemisferio cerebral derecho se da la función evocadora pars pro toto de la música, la cual se refiere a la percepción de la totalidad basada solo en una de sus partes, es decir, evocar el todo a través de una pequeña parte de éste.

El principio de pars pro toto sería vano esfuerzo intentar traducirlo al lenguaje analítico del hemisferio izquierdo. "Los experimentos demuestran que la música es asumida y elaborada casi exclusivamente por el hemisferio derecho, cuando se trata de experiencias musicales inmediatas. En las personas musicalmente cultivadas, que además del simple escuchar, prestan atención a los detalles, como la tonalidad, la armonía, la orquestación, etc., tiene también una amplia participación el hemisferio izquierdo" (78).

De lo expuesto hasta aquí, deducimos que del hemisferio derecho dependen la apreciación musical y otras habilidades afines, y del izquierdo la conceptualización analítica y lógica de la música, como sería su escritura por ejemplo.

"Cuando un músico profesional sufre una apoplejía que lesiona el hemisferio derecho, suele deteriorarse su habilidad musical; cuando el daño es en el hemisferio izquierdo, es menos frecuente el deterioro. Esta diferencia no es la única prueba del papel que desempeña la mitad derecha del cerebro en la capacidad musical. Los apoplejicos afectados del hemisferio izquierdo -que controla el lenguaje- muchas veces pierden la capacidad de hablar, pero pueden articular palabras si las cantan" (79).

Es necesario tomar en cuenta la función de los dos cerebros, de la comprensión de ello partir hacia una educación integral, que definitivamente incluya la educación musical.

Para lograr una educación como la que hemos planteado, es indispensable considerar al profesor o facilitador, quien debe de poseer en sí mismo una serie de características particulares, que Rogers resume en tres actitudes: comprensión empática, autenticidad y aceptación, las cuales considera necesarias y

78 WATZLAWICK P., op.cit. pag.28

79 Los porqués del cuerpo humano.

Selecciones del Reader's Digest, México 1987. pag.55

suficientes para crear una atmosfera y una relación interpersonal que promuevan el cambio y el proceso de desarrollo del potencial humano, así como el aprendizaje significativo.

La musicoterapia, como ya hemos mencionado, no es un método de enseñanza musical, pero trabaja con el sonido ser-humano y pretende que la persona logre desarrollar sus potencialidades, por tanto, se le puede considerar parte del proceso educativo musical, es decir, que el punto de encuentro entre la musicoterapia y la educación es el desarrollo pleno de la persona.

Así como en la educación son importantes las actitudes del facilitador, nuestro planteamiento es que el musicoterapeuta sea empático, aceptante y congruente, es decir, pensamos que la musicoterapia tiene una accesibilidad importante para la formación y desarrollo integral del individuo.

Con todo lo anterior, queremos ahora precisar un tipo de enfoque que Rogers ha llamado Centrado en la Persona, el cual tiene como premisa principal promover un ambiente de confianza para lograr el desarrollo del potencial del individuo a través de las actitudes del facilitador o educador ante los alumnos; y que será motivo de trabajo del siguiente apartado.

ESTA TESIS NO DEBE
SALIR DE LA BIBLIOTECA

La vida, en su Optima expresi3n, es un proceso dinámico y cambiante, en el que nada esta congelado. En los demas y en mi mismo descubro que los momentos más enriquecedores y gratificantes de la vida no son sino aspectos de un proceso cambiante"

Carl Rogers.

2.2. MARCO HISTORICO DEL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA

Carl Rogers es el iniciador de la revolucion educativa denominada educaci3n centrada en la persona, la cual sucedi3 en Estados Unidos. Enfoque que Rogers concibe como tal despues de años de estudio, investigaci3n y experiencia en la pr3ctica como terapeuta y educador. Por esta raz3n consideramos necesario primeramente proporcionar una breve biografía del autor, para despues abarcar los aspectos te3ricos y filos3ficos del Enfoque Centrado en la Persona, así como sus antecedentes en México.

A) DATOS BIOGRÁFICOS DE CARL ROGERS

Carl Rogers nace el 8 de enero de 1900 en Estados Unidos, en el seno de una familia de tradici3n religiosa. Decide estudiar la carrera de agronomía en la Universidad de Wisconsin, dos años más tarde, influido por la educaci3n religiosa que recibi3, entra a la facultad de historia, a fin de ingresar posteriormente en el seminario. En 1922, como representante de su Universidad, Rogers reside 6 meses en China, lo cual causa un fuerte impacto en su vida. Gracias a que conoce personas de diferentes credos, y comprende que a pesar de sus creencias eran personas valiosas, buenas, y comprometidas con sus semejantes, puede liberarse de la rigidez religiosa de su familia y, como el mismo lo dice, empieza a "ser el mismo". A su regreso se casa con una joven que conocía desde la infancia.

En 1924 ingresa al seminario teol3gico, donde permanece 2 años solamente, e ingresa a la facultad de psicología, convencido de que uno de sus mayores intereses es ayudar a los seres humanos. Estos estudios, además de los de filosofía, los realiza en la Universidad de Colombia, en donde empieza poco despues, a

trabajar en psicoterapia infantil bajo la supervisión de Leta Stetter Hollingworth.

A partir de 1926, durante 12 años, Rogers trabaja en el departamento de prevención contra la crueldad infantil en Rochester, como terapeuta dedicado a la clínica, la diagnosis y la investigación con jóvenes y niños delincuentes. Con base en este trabajo y su experiencia, inicia lo que más tarde llamará la terapia centrada en el cliente, o terapia autodirectiva. En la década de los 40 y principios de los 50, se dedica a la psicoterapia, que ya podemos llamar rogeriana, a la docencia y a escribir sobre su teoría y experiencia. Aparece su libro 'Counseling and Psychotherapy', el cual a la vez que sienta las bases de la psicoterapia centrada en el cliente o autodirectiva, revoluciona el tratamiento psicoterapéutico y ofrece una aportación de gran valor a la corriente de la psicología humanista. Su teoría fue muy bien aceptada, por profesionales del ramo, científicos y público en general, aún cuando recibió muchas críticas, en especial por parte de psicoanalistas ortodoxos y conductistas.

B) BASES TEORICAS Y FILOSOFICAS DEL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA

El Enfoque Centrado en la Persona, se basa teóricamente en la psicología humanista, la cual a su vez surge a raíz de la corriente filosófica existencial humanista.

Surge en Europa el psicoanálisis existencial como primer antecedente, que toma los problemas de la existencia del hombre en este siglo XX. Debido a las guerras que han azotado al mundo, el individuo se ve inmerso en una serie de conflictos tanto sociales como individuales. El hombre se da a la búsqueda del reconocimiento de valores y costumbres, y surge la preocupación de encontrar su verdadera naturaleza.

Por otro lado, la ciencia y la tecnología han repercutido en el individuo, éste se ve minimizado por los adelantos de la máquina, pierde su individualidad, y se ve en la necesidad de "correr" en la vida, y pierde por tanto el valor de su propia identidad.

Los teóricos existencialistas están de acuerdo que las raíces filosóficas del existencial-humanista tiene sus bases fundamentales en la obra de Søren Kierkegaard (1813-1855), filósofo danés cuya obra es muy poco conocida hasta principios del siglo XX. Al que se ha considerado padre del análisis existencial es a Martin Heidegger (1894-1974). Ludwig Binswager, es el primero que se interesa por aplicar las ideas de Heidegger

a la psiquiatría. Otros trabajos que reconocemos en este sentido son los de G.Marcel y J.F.Sartre entre otros.

Victor Frankl comenta "Cada época tiene sus neurosis y cada tiempo necesita su psicoterapia. Hoy no nos enfrentamos, como en los tiempos de Freud, con una frustración sexual, sino con una frustración existencial. El paciente típico de nuestros días no sufre tanto bajo un complejo de inferioridad, sino bajo un abismal complejo de falta de sentido acompañado de un sentimiento de vacío existencial" (80).

La meta del enfoque existencial humanista es que la persona se responsabilice de su propia existencia, es decir, que reconozca que a pesar de todas las experiencias y limitaciones físicas, condiciones que se le han impuesto, existe un grado de libertad de elección que lo hace responsable de sí mismo. Entre algunos teóricos contemporáneos en esta corriente tenemos a Maslow, Allport, Rogers, Rollo May, y Frankl.

El humanismo se relaciona con el existencialismo en sus bases filosóficas y antropológicas, en el cuestionamiento que se hacen y en la visión del ser humano. Considera al hombre como un ser que posee un potencial innato, que lo faculta para un desarrollo pleno de sí mismo, que nace libre y que busca ser libre, y que por tanto puede alcanzar autorrealizarse.

La psicología humanista en la actualidad :

La psicología humanista, en la actualidad tiene como finalidad obtener una descripción completa de lo que significa estar vivo como ser humano. Una descripción tan completa requeriría un inventario de la dotación innata del hombre, sus potencialidades de sentimiento, pensamiento y acción; su crecimiento, evolución y declive; su interacción con diversas condiciones circundantes; el rango y la variedad de experiencias posibles para él, y su ubicación precisa en el universo.

Debido a que tal descripción es una meta y no un logro, el psicólogo humanista se interesa por los aspectos de la experiencia humana que tienen importancia en la vida diaria, por lo cual estudia y pretende acrecentar nuestro conocimiento sobre experiencias tan comunes, como el amor, el dolor, la voluntad, el temor, la esperanza, etc.

Los psicólogos humanistas han desarrollado métodos que enriquezcan la experiencia humana; la psicología humanista está involucrada en la tarea de ayudar a que las personas crezcan y evolucionen más plenamente en la realización de su potencial.

80 FRANKL VICTOR, El hombre en busca de sentido
Ed. Herder, Barcelona 1979, pag. 124

A la psicología humanista también se le puede describir por medio de los desafíos que se le presentan, y que son:

1. Desarrollar criterios y métodos adecuados para una verdadera ciencia humanamente orientada.
2. Demostrar que su concepción del hombre es factible y es más válida y enriquecedora para la vida de éste, que la concepción mecanomorfica o psicoanalítica.
3. Establecer mayor relación con las ciencias físicas, a fin que el hombre pueda sobrevivir con dignidad.
4. Contrabalancear las influencias despersonalizantes que consideran al hombre como un objeto esclavo de la sociedad masiva, de manera que éste pueda conservar y ampliar el dominio de su subjetividad.
5. Explorar del 75 al 90% del potencial humano que actualmente está latente.

Diferencias entre la psicología humanista y otras corrientes:

El contraste entre las psicologías humanistas y la corriente conductista, expresa James Bugental, "se manifiesta en sus respectivos puntos de vista sobre la naturaleza del hombre y la finalidad de cada una de ellas. La psicología mecanomorfica (psiconomía para utilizar un término más nuevo), considera al hombre como un objeto sobre el cual actúan desde fuera varias fuerzas, o un objeto que es dirigido desde dentro por otras fuerzas que se caracterizan principalmente por sus relaciones con el exterior (por ejemplo la sed, el hambre y el apetito sexual), entonces esta psicología tiene interés por lo regular en el hombre: los instintos, los reflejos, las respuestas condicionadas, los hábitos, el aprendizaje, etc. Intenta mostrar que todos los fenómenos humanos no son nada más que un número mínimo de procesos de respuesta, que el contraste entre las psicologías mecanomorfica y humanista está implícito al considerar la naturaleza moral del hombre como uno de sus aspectos más distintivos" (81).

La psicología humanista y el psicoanálisis también tienen sus grandes diferencias, Ana María González explica: "la teoría del comportamiento y la psicología freudiana, con su concepción mecanicista y determinista del hombre, no permite que éste adquiera responsabilidad ni libertad de elección. Otro punto de discrepancia que encontramos entre estos dos enfoques, es que

81 LAFARGA y GOMEZ DEL CAMPO, Desarrollo del potencial humano vol.III, Ed. Trillas, México 1986, pag.18

mientras el psicoanálisis le da al principio del placer una posición predominante, el humanismo lo contempla como la simple consecuencia de la realización de las aspiraciones del ser humano" (82).

La psicología humanista tiene la ventaja de estudiar problemas naturalistas por lo general en lenguaje ordinario y con resultados de aplicación inmediata. Esto garantiza una comunicación más directa con la sociedad, que a fin de cuentas influye en el desarrollo del ser humano.

En resumen, el conductismo y el psicoanálisis contemplan al hombre como un ser sin libertad propia de ser en el aquí y el ahora, el primero como un robot al que se debe programar, y el segundo como un ser que está determinado por sus experiencias previas de vida. Explicado de otra manera, el conductismo dice que el hombre se encuentra determinado por las características circunstanciales que lo controlan y dirigen, y el psicoanálisis por la carga genética e historia personal que lo determinan. Por su lado la psicología humanista pretende definir a los hombres, de tal modo que sean más capaces de predecir y controlar sus propias experiencias, y así implícitamente resistir al control de los demás.

La idea que el teórico tiene del concepto del hombre y su naturaleza, influye significativamente las teorías que este desarrolla. Rogers al ser humanista, cree que el hombre tiende siempre al desarrollo y crecimiento, que todo ser humano nace con potencialidades a desarrollar por sí mismo, y que lo logrará mejor si el ambiente es propicio para ello, es decir un ambiente de confianza y aceptación. Estas son en general las bases teórico-filosóficas del enfoque centrado en la persona.

C) ANTECEDENTES DEL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA EN MEXICO

Alrededor de los años 50s, Rogelio Diaz Guerrero había hecho una introducción a la obra de Rogers en el Colegio de Psicología de la UNAM, así mismo, Ernesto Meneses había presentado los elementos esenciales de este enfoque en la Universidad Iberoamericana (UIA). Sin embargo dicho sistema no se había puesto en práctica, y menos aún había generado programas de entrenamiento.

Después de librar algunas dificultades de tipo ideológico, Juan Lafarga logra institucionalizar el programa de 'counseling', en el Departamento de Desarrollo Humano de la UIA, con la

82 GONZALEZ A.M., El enfoque centrado en la persona
Ed. Trillas, México 1987, pag. 48

maestría en Educación y la maestría en Orientación y Desarrollo Humano.

Esta nueva perspectiva en la psicología, que no era psicoanálisis ni conductismo, en México hizo que muchos de los estudiantes y profesionistas, observaran un giro en sus criterios. El Dr. Juan Lafarga ha incursionado poco a poco en los riesgos evidentes, pero con la calidad y confianza merecidas. El término acuñado "counseling", fue utilizado como estrategia para evitar tensiones, pues para la psicología institucional significaba orientación o consejo psicológico, para Lafarga y sus colaboradores, psicoterapia centrada en la persona.

Cuando Lafarga presenta por segunda ocasión las aportaciones de Carl Rogers a los estudiantes de psicología en la UIA, pudo encontrar en ellos los síntomas que él había experimentado en Chicago, a través de Charly Curran, descubriendo que había otras formas de entender al hombre, diversas técnicas y otras experiencias diferentes de las del psicoanálisis y de las del conductismo.

Al reconocer que existía otra forma de entender la práctica psicológica, hacían de esto un nuevo modelo de hombre, según Rogers, "un hombre movido por un impulso hacia el crecimiento, impulso que no puede ser aprendido ni tampoco extinguido, que se responsabiliza de sus sentimientos, significados y conductas, bajo un proceso de aprendizaje continuo y un desarrollo del sí mismo" (83).

Algunos de los integrantes pioneros de esta corriente en México, Lafarga los cita como estudiantes y amigos y son: José Gómez del Campo, Teresa Latirque, Dolores Villa, Catalina Harroch, Antonieta Torres, Isabel Rodríguez, Humberto Cabre, María Isabel Chávez y muchos otros, que gracias a su interés y debido a sus perspectivas, han abierto nuevos horizontes a la psicología humanista en México.

En 1980, el Enfoque Centrado en la Persona surge con cinco plataformas universitarias en México, entre las más conocidas la UIA, con el Departamento de Desarrollo Humano, el ITESO en Guadalajara con programas similares y en Tijuana, la Escuela de Psicología del CETIS; además de otros programas de Desarrollo Personal y Servicio Social y comunitario. También existen programas de grupos de encuentro para profesores y alumnos de la UIA y la ITESO, y actualmente grupos de encuentro para todo aquel que desee vivir la experiencia, como son Grupo Ser y Grupo Germinación entre muchos otros.

Aplicación de la Educación Centrada en la Persona en México:

En México, cuando se empezaron a utilizar las hipótesis de Rogers respecto a la educación y la psicoterapia, se verificaba su enorme utilidad, tanto en las escuelas como en la relación de ayuda, cuyo objeto era promover y facilitar el cambio en la dirección del crecimiento.

Rogers no diseñó un 'método' ni una 'técnica', sólo reveló su propia práctica y experiencia, que de alguna manera ya existía, aunque no fuera tan clara y sistemáticamente formulada. Incluso Rogers a sus discípulos les pidió que a diferencia del enfoque psicoanalítico que es estructurado y metódico, y que por tanto han formado la Asociación de psicoanalisis; en este nuevo enfoque, nunca se hiciera semejante cierre de criterio, es decir, que no se formara ninguna asociación rogeriana, porque Rogers creía en que todo saber es un proceso, y que el único rogeriano podría ser el mismo, que cada quien debía experimentar sus éxitos y fracasos y ponerlos en práctica, y compartirlos con los demás si era propicio hacerlo.

Hay todavía quienes rechazan la teoría que propone Rogers, por considerarla simplista, fácil y al alcance de todos. Pero realmente no es fácil asumir una práctica de vivir auténticamente la congruencia, la aceptación positiva incondicional del otro y de uno mismo, y la comprensión empática en sentido profundo; difícilmente se adquiere todas estas actitudes plenamente en una vida de preparación y entrenamiento. Rogers no propone técnicas mágicas, sólo propone que si queremos el cambio, para lograr facilitarlos en los demás, debemos empezar por nosotros mismo.

Por otro lado, varios investigadores, entre ellos el mismo Dr. Lafarga, expresan que la educación en México es paternalista. Esta tendencia paternalista puede ser sustituida por el Enfoque Centrado en la Persona, que da mayor importancia a la actividad autónoma e independiente del estudiante; por supuesto que resulta amenazante para muchos educadores que utilizan los métodos tradicionales basados en la imposición, una forma de enseñanza acorde a sus intereses y limitaciones.

Como pedagogos sabemos que estas limitaciones además de las personales de cada educador, incluyen las del sistema mismo, por ejemplo el número de alumnos por grupo, la extensión de los programas y el tiempo para cubrirlos, las condiciones de trabajo de los maestros, etc. Aquí podríamos extendernos muchísimo más, tanto que podría ser tema de otra investigación, por lo pronto nos limitamos a mencionar el problema, conocido de sobra por todos.

Existen instituciones educativas en México que actualmente llevan a la práctica el enfoque centrado en la persona, con resultados obviamente positivos (desde esta perspectiva), por

ejemplo el Centro de Integración Educativa (CIE).⁽⁸⁴⁾ Se busca una educación integral y armónica de la persona, desde un punto de vista más amplio de lo que tradicionalmente se practica, en donde se perfila que el educando se da cuenta de un cambio opcional cuyo valor cultural y social es de renovación para un mejor crecimiento en todos los ámbitos del individuo. Es ante todo un cambio frente a actitudes más responsables, respetuosas e igualitarias, desde el ámbito escolar hasta los ámbitos familiar y de relaciones interpersonales.

Lo que la educación humanista ha pretendido, por su parte, es analizar el aprendizaje desde el mejor modo posible para su mejor asimilación, se habla de las emociones como una de las formas para su aplicación. "Para que la persona aprenda bien, debe sentirse bien, además se interesa por el hombre total, no tan sólo ve por lo creativo, sino se interesa por todo su proceso de convertirse en persona"⁽⁸⁵⁾.

Rogers explica la educación como una forma de lograr "aprendizajes significativos", donde se considere a la persona como una unidad, al cual se tiene que proporcionar una educación integral, en un ambiente propicio, de confianza.

En nuestro caso como pedagogos, consideramos el Enfoque Centrado en la Persona y el concepto de aprendizaje significativo, como puntos merecedores de nuestro estudio y aplicación en el campo formativo, ya que el educando como persona es el objeto central de nuestra tarea educativa. Razon por la cual en los siguientes apartados desarrollaremos los aspectos principales que contemplan este enfoque.

⁸⁴ Ver figura 6: "IDEARIO DEL CIE"
⁸⁵ LAFARGA Y GOMEZ, op.cit., vol.II, pag.264

IDEARIO DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA
CENTRO DE INTEGRACION EDUCATIVA A.C.

1. La comunidad no reducirá a la persona, sino que propiciará el germinar de lo mejor de sus potencialidades (ex-ducere).
2. La comunidad favorecera la libertad y la responsabilidad.
3. En la comunidad aprovecharemos los adelantos científicos y técnicos para servicio de todos los hombres.
4. La comunidad promoverá al hombre dentro de los valores de servicio y participación; y dejara de servir al espíritu competitivo y de dominio y a los intereses individualistas.
5. La comunidad apreciará el ser, mas que el tener.
6. La comunidad no será causa de distanciamiento social, sino de integración y de nivelación.
7. La comunidad transmitirá una cultura abierta y coherente con el total de nuestro medio cultural.
8. La comunidad se encaminara a las tareas adultas en el contexto de nuestras carencias, problemas y posibilidades, percibiendo al mundo real como existe, de manera que forme parte de nuestra conciencia y pueda ser finalidad de nuestra capacidad creadora.
9. La comunidad conferirá el sentido del deber (valores) y apuntará con firmeza a las tareas mas urgentes de nuestra sociedad y a las exigencias y austeridades que de ella se derivan.
10. La comunidad buscará incondicionalmente la verdad y en el compromiso con ella, buscar liberar al hombre de fanatismos y prejuicios.
11. La comunidad buscará transformar al hombre de su egoísmo y llevarlo a la justicia y al amor.
12. La comunidad será especialmente universalista, con una vocación clara y abierta de servicio a los necesitados.
13. Creemos en la necesidad del cambio por la conciencia, por la conciencia de que todo es provisional, con la confianza de que nuestro esfuerzo repercutirá en la transformación del mundo.

"Mi experiencia es mi máxima autoridad, es la piedra de toque de la validez. Nadie tiene tanta autoridad como ella, ni siquiera las ideas ajenas ni mis propias ideas. Ella es la fuente a la que retorno una y otra vez, para descubrir la verdad tal como surge en mí"

Carl Rogers.

2.3. APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO

El aprendizaje significativo es la piedra angular de la educación centrada en la persona. Este aprendizaje consiste en asimilar uno mismo lo aprendido, hacerlo propio. Cuando el aprendizaje tiene significado para la persona, se integra a ella, por lo tanto, no se olvida y puede aplicarse prácticamente en la vida diaria. Este tipo de aprendizaje siempre implica un contenido afectivo, ya que como hemos afirmado, el ser humano es una unidad indivisible que debe funcionar en forma integral.

Los factores más importantes en el aprendizaje significativo son: (86)

1. Los contenidos que son la información, las conductas o habilidades que hay que aprender.
2. El funcionamiento de la persona en sus dimensiones biológica, psicológica, espiritual y social.
3. Las necesidades actuales y los problemas que el individuo este confrontando en ese momento de su vida, como importantes para él.
4. El medio ambiente en el que se da el aprendizaje.

Para que se dé este tipo de aprendizaje, es necesario tomar en cuenta no solo el contenido, que por lo general es lo único importante en el aprendizaje tradicional no significativo, sino también el funcionamiento de la persona considerada integralmente; las necesidades, los intereses, las inquietudes y los conflictos que la persona viva en ese momento o etapa de su vida, y desde luego, el medio ambiente favorable.

De acuerdo con Rogers, algunas de las características básicas del aprendizaje significativo son: (87)

1. Incluye a toda la persona, con sus pensamientos, sentimientos y acciones en la experiencia misma del aprendizaje.
2. La búsqueda y la curiosidad brotan naturalmente en la persona.
3. La comprensión y el descubrimiento son experiencias internas de la persona que aprende.
4. El cambio que supone el aprendizaje es un cambio en la percepción y puede incluir modificaciones en actitudes, valores, conductas e incluso personalidad de quien aprende.
5. La persona pretende hacer parte de sí misma lo aprendido, para que quede dentro como energía disponible; es decir, como un recurso del cual puede disponerse en cualquier momento.
6. La persona es la única que puede evaluar lo significativo de su aprendizaje.

Para obtener el aprendizaje significativo, se requiere como es lógico suponer, algunas condiciones y actitudes tanto de parte del educador, como de los educandos. Con base en la hipótesis de que no se puede enseñar a nadie directamente, sino solo facilitar el aprendizaje.

Rogers plantea ciertas condiciones y actitudes generales para que se produzca el aprendizaje, y a reserva de que en el inciso siguiente se explicarán estos conceptos ampliamente, los describiremos a continuación:

Contacto real con problemas importantes:

De acuerdo con la hipótesis de Rogers de que no se aprende significativamente más que aquellas cosas que la persona percibe como vinculadas a su propia supervivencia y desarrollo, la primera condición básica para que se dé el aprendizaje es que la persona esté en contacto real con los intereses, las inquietudes y los problemas importantes de su existencia, de tal forma que perciba todo aquello que resuelva su problema existencial. Cuando el aprendizaje está vinculado a la vida y los intereses de la persona, ésta participa, opina y aplica a su vida diaria lo que aprende. "El aprendizaje significativo o trascendente se produce

con mayor facilidad cuando el individuo se enfrenta a situaciones problemáticas" (88).

Autenticidad o genuinidad:

Cuando el facilitador es una persona real y se relaciona con el estudiante sin máscaras, es mucho más efectivo como facilitador del aprendizaje.

Aceptación positiva incondicional:

La aceptación positiva incondicional es una de las condiciones más importantes del aprendizaje significativo, y consiste en poder aceptar a la persona sin tomar en cuenta sus condiciones de valor.

Esta condición está basada en aceptar y valorar al ser humano por su dignidad y valores intrínsecos, y requiere un clima de permisividad y libertad que no implica la ausencia total de límites, sino como lo plantea Rogers, lo importante no es que haya limitaciones, sino la actitud de permisividad, es decir, cierta flexibilidad. El aceptar incondicionalmente no significa la aprobación de una conducta. Se puede aceptar a la persona pero estar en desacuerdo y desaprobar la conducta que le hace daño a sí misma, a sus semejantes o a ambos.

Comprensión empática.

Cuando el facilitador del aprendizaje tiene la habilidad de comprender las reacciones del estudiante desde dentro, cuando tiene una conciencia sensitiva de la forma como el proceso educativo del aprendizaje aparece al estudiante, entonces se aumentan las probabilidades de un aprendizaje significativo. (89) Es sentir el mundo interno del educando. Es poder mirar a través del marco de referencia de la otra persona, preguntarse por qué el mundo del otro es así, y poder comunicar al otro algunos fragmentos significativos de este entendimiento.

Provisión de recursos.

La materia prima del aprendizaje significativo está constituida por una gran variedad de recursos que pueden ofrecerse al estudiante: conocimientos, técnicas, teorías, libros, viajes, bibliotecas, por supuesto música e instrumentos musicales, etc. Estos recursos tienen gran importancia, pero es de mayor trascendencia que los alumnos tengan libertad para

88 ROGERS, op.cit. 1978, pag.153

89 ROGERS CARL. El proceso de convertirse en persona.
Ed. Paidós, México 1972, pag.47

elegir libremente los recursos que deseen utilizar y que éstos no les sean impuestos.

En resumen, el aprendizaje significativo se dará cuando exista una atención real a la persona, a su individualidad, a su propio proceso y desarrollo. El trabajo en equipo es una herramienta importante, ya que en él se da la libertad para participar y comprometerse en la elaboración de las normas, los objetivos, las estructuras y las actividades, debido a que estas serán significativas si están basadas en los intereses y las necesidades de los miembros del grupo. En el aprendizaje significativo el respeto, la aceptación y el afecto juegan un papel trascendente, ya que mediante estos se promueve el espíritu comunitario.

Los objetivos del aprendizaje significativo propuesto en el enfoque centrado en la persona son: (90)

1. Ayudar al individuo a convertirse en persona capaz de tener iniciativas propias y de ser responsable de sus acciones.
2. Facilitar la independencia y autonomía de la persona. Que ésta desarrolle la capacidad de elegir, tomar decisiones y de autodirigirse inteligentemente.
3. Que la persona aprenda a aprender.
4. Que los individuos aprendan a buscar nuevas soluciones a los problemas de su vida diaria, utilizando sus experiencias en forma libre y creadora.
5. Que las personas sean capaces de adaptarse flexible e inteligentemente a situaciones y problemas nuevos.
6. Que los individuos aprendan a vivir en armonía y colaboren con los demás en forma eficaz.
7. Que las personas desarrollen un juicio crítico que les permita evaluar objetivamente las contribuciones de los demás.
8. Que todos trabajen no con el fin de lograr la aprobación de los demás, sino en términos de sus propios objetivos socializados.

Nos referimos a una situación educativa, en la cual el propósito de ésta debe ser la facilitación de cambio y el aprendizaje. Sólo son educadas las personas que han aprendido como aprender, que han aprendido a adaptarse y a cambiar, que advirtieron que sólo el proceso del conocimiento da una base para

90 GONZALEZ A.M., op.cit. pp. 69-70

la seguridad. El único proceso válido para la educación es el cambio y la confianza en el proceso y no en el conocimiento estático. Rogers lo expresa de la siguiente manera "...Cuando he sido capaz de transformar un grupo -en el cual me incluyo- en una comunidad de aprendizaje, mi entusiasmo no conoce límites. Liberar la curiosidad, permitir que las personas evolucionen según sus propios intereses, desatar el sentido de indagación, abrir todo a la pregunta y a la exploración, reconocer que todo está en proceso de cambio, aunque nunca lo logre de manera total, constituye una experiencia inolvidable..."(91)

La facilitación del aprendizaje significativo, formar al hombre de modo que aprenda a vivir como individuo en evolución, como persona plena, son los objetivos de la educación integral.

De esta forma recordamos la tesis que con respecto a la musicoterapia se planteó en el capítulo anterior, que se refiere a la formación del individuo con el fin de fomentar el desarrollo pleno de sus potencialidades en forma integral. Es a través de aprendizajes significativos como se logra este objetivo en musicoterapia, y de las actitudes del facilitador, que abordaremos en nuestro siguiente apartado.

91 ROGERS, *op.cit.* 1972, pag.90

"Si yo quiero cambiarme a mi mismo, tendra que ser en base a la comprension, intuicion, conciencia, tolerancia, sin violencia"

Anthony de Mello.

2.4. CARACTERISTICAS ESENCIALES DEL FACILITADOR.

Debido a la importancia del facilitador en el proceso enseñanza-aprendizaje, es indispensable que este desarrolle ciertas características y actitudes con el fin de lograr promover aprendizajes significativos.

Las actitudes de comprensión empática, aceptación positiva incondicional y la congruencia o genuinidad del facilitador en el enfoque centrado en la persona de Carl Rogers, son necesarias y suficientes para crear una atmósfera y una relación interpersonal que promuevan el cambio y el proceso de desarrollo del potencial humano.

Las condiciones actitudinales que plantea Rogers, pueden ser aplicadas no solamente en nuestra labor educativa o terapéutica, sino en toda interacción diaria con las personas con quienes nos relacionamos.

A) EMPATIA

El término empatía surge del concepto alemán "einführung", traducido al español como empatía, significa sentir dentro, sentir como si estuviéramos dentro del otro. El término es utilizado especialmente en lo relacionado con las experiencias estéticas; es ejemplo más ilustrativo es el caso del actor que al representar un papel lo siente suyo. En forma similar, en otras ramas del arte la persona puede, por una especie de introspección, sentirse parte de lo que observa o contempla. En la empatía propiamente dicha, el observador se asimila a sí mismo al objeto estético y asimila al objeto inanimado a sí mismo.

Para la psicología, en general, se entiende por empatía la vivencia por la cual alguien se siente dentro de una situación ajena: la naturaleza, el arte o el prójimo. En este último sentido, el prójimo puede asimilarse a la percepción del prójimo de Max Sheler, filósofo alemán representante de la escuela fenomenológica. El fenomenalismo es una escuela filosófica que versa sobre la percepción y el mundo externo; sostiene que los

objetos materiales son reducibles a proposiciones acerca de las sensaciones o apariencias.

Las escuelas psicoanalíticas suelen utilizar el término empatía como sinónimo de identificación. Según Freud, la empatía es el proceso mediante el cual tratamos de percibir lo que es esencialmente extraño a nuestro yo. Intentar comprender por medio de la mímica o la inferencia lo que no es inmediatamente inteligible, es una tentativa de identificación; nos proporciona hipótesis respecto a la naturaleza del otro. (92)

En este apartado nos interesa básicamente el estudio de la empatía desde el enfoque humanista existencialista, encaminado a la orientación autodirectiva.

La empatía es una de las condiciones esenciales para entablar una relación interpersonal. De acuerdo con Carl Rogers, la experiencia de un adecuado entendimiento empático del orientador sobre el mundo interno de su cliente y la habilidad de comunicar algunos fragmentos significativos de este entendimiento, es uno de los aspectos más importantes en la orientación. La empatía consiste en poder sentir el mundo interno del cliente, el propio mundo privado, "como si fuera propio", pero sin perder nunca de vista el "como si", es decir, sentir los sentimientos de coraje, tristeza, confusión, injusticia, etc., pero sin involucrarse al grado de hacer suyos esos sentimientos sino solamente como si lo fueran, permite al orientador clarificar el mundo de su cliente, moverse en el libremente y poder comunicarle ese entendimiento que le llevará a tomar conciencia de su propio mundo interior. Este tipo de empatía altamente sensible es de gran importancia, pues hace posible que la persona se acerque a sí misma y aprenda a cambiar y a desarrollarse.

Según Egan, la empatía es poder discriminar o meterse en la otra persona, mirar el mundo a través del marco de referencia de la otra persona, preguntarse por qué el mundo del otro es así, y poder comunicar al otro su entendimiento en una forma que le muestre que el orientador ha captado tanto sus sentimientos como la conducta y la experiencia implícitas en estos sentimientos. (93)

Al respecto Mayeroff afirma: "Para preocuparme por otra persona, debo ser capaz de entender a él y a su mundo como si fuera yo mismo y ese mundo me perteneciera, de ver, si fuera posible, con sus ojos lo que su mundo le parece a él y cómo él se ve a sí mismo. En lugar de solo mirarlo a él desde fuera como si fuera un espécimen, debo ser capaz de estar con él en su mundo, ir a su mundo con objeto de sentir desde dentro lo que la vida es

92 FREUD S., Psicología colectiva y análisis del yo.

Ed. Herder, Barcelona 1966, pag. 623

93 EGAN GERARD, El Orientador experto.

Ed. Iberoamérica, México 1981, pag. 72

para él, lo que está luchando por ser y lo que requiere para crecer. (94)

El entendimiento al que estamos acostumbrados en la vida diaria es muy diferente a la empatía. Es común escuchar "Entiendo lo que te está pasando, entiendo lo que está mal contigo, entiendo lo que te está sucediendo y por ello actúas en tal o cual forma". Este tipo de entendimiento es evaluativo, viene desde el exterior. Cuando el entendimiento es empático se está dispuesto a hacer propio el mundo de la otra persona, se corre el riesgo de mirar la vida desde su punto de vista, y por lo tanto, se admite la posibilidad de cambiar uno mismo, aun cuando, por lo general, esto es amenazante para uno mismo. Debido a ello tendemos a mirar el mundo desde nuestro punto de vista, por lo cual analizamos, evaluamos y juzgamos desde fuera. Este es el entendimiento común y corriente al que estamos acostumbrados, al que nos enfrentamos en nuestra vida cotidiana, pero no es suficiente para establecer una relación interpersonal comprometida y profunda.

"Cuando alguien entiende lo que se siente ser yo, sin desear analizarme o juzgarme, entonces puedo florecer y crecer en ese clima. Me siento seguro y no me siento solo con esos sentimientos. Cuando un orientador puede captar momento a momento lo que ocurre en el mundo interior de su cliente, tal como el cliente lo vive, sin perder la propia identidad, el sentido de individualidad en este proceso empático, el cambio ocurre" (95)

Aunque la precisión de este entendimiento es muy importante, también lo es poder decir al otro en forma verbal o no verbal que es digno de ser escuchado y entendido, de esta forma la persona -el cliente- se sentirá atendido y escuchado.

Empatizar es una destreza que puede adquirirse, para lo cual es necesario sensibilizarse, aprender a escuchar realmente en forma más sensible, lo que el otro expresa, siente, dice; atender a todo lo que la persona experimenta, vive, siente. Este entendimiento sensible y preciso de lo que la persona es, representa una de las principales tareas en la orientación.

El entendimiento empático permite al cliente sentirse más seguro en la relación con el facilitador, penetrar más su propio mundo y comprenderlo al experimentar sus sentimientos cada vez con mayor profundidad, claridad e intensidad, para reconocerse y desear resolver la incongruencia que pueda existir dentro de él mismo.

El orientador ayuda al cliente a expandir la conciencia de sus sentimientos, en especial de aquellos que reconoce

94 MAYEROFF, On Caring.

Ed. Harper & Row, U.S.A., 1971, pag. 41-42

95 ROGERS CARL, Persona a persona.

Ed. Amorrotu, 1967, pag. 93

parcialmente. En este sentido, es importante señalar que empatizar va más allá del simple reconocimiento de los sentimientos que son obvios, hay que ir hacia aquellos sentimientos menos obvios, menos claramente experimentados y sentidos por el cliente. Empatizar es más que reflejar un sentimiento.

El primer acercamiento a las relaciones interpersonales requiere reconocer al individuo como distinto, único y autónomo. Lo que se denomina entendimiento o comprensión empática, no implica un deseo de control o manipulación.

Rogers explica lo que significa empatía en la orientación: "Cuando el orientador se relaciona con el cliente en forma empática y comprensiva, la respuesta actitudinal del cliente es positiva y le lleva a profundizar más en su trabajo; pero cuando la empatía es declarativa y dogmática, se convierte en una valoración, en un juicio del orientador que trata de decirle al cliente no lo que entiende de sus sentimientos sino como sus sentimientos y la respuesta será defensiva y entorpecerá el proceso. Para no caer en este error, Rogers sugiere que la función del consejero consiste en asumir, en la medida de lo posible, el marco de referencia interno del cliente, a fin de percibir sus concepciones del mundo y de sí mismo, dejar de lado todas las percepciones según un marco de referencia externo y comunicar algo de esta comprensión empática al cliente. (96)

Es importante hacer notar que la identificación empática no es lo mismo que una identificación emocional. La empatía es la habilidad por la cual el facilitador percibe odios, esperanzas, temores, alegrías, etc., del cliente por medio de la inmersión en un proceso empático, pero sin que él mismo, como facilitador, experimente esos odios, esperanzas, temores, alegrías, etc.

Raskin afirma: "...la comprensión no es espontánea, sino que debe ser adquirida mediante la atención más intensa, continua y activa a los sentimientos del otro, hasta el punto de excluir todo otro tipo de atención. El hecho de "centrarse en la persona", es más eficaz cuanto más completamente el facilitador se concentra en el intento de comprender al cliente tal como él se ve a sí mismo. Si podemos proporcionar al cliente la comprensión de la manera como se ve a sí mismo en este momento, el mismo puede hacer el resto." (97)

El facilitador debe dejar de lado su preocupación por el diagnóstico y descartar su tendencia a hacer evaluaciones profesionales, abandonar sus intentos de formular un pronóstico exacto, renunciar a la tentación de guiar al individuo; sino que debe proporcionar una profunda comprensión y aceptación de las actitudes del cliente, a medida que él mismo explora paso a paso sus propios sentimientos.

96 ROGERS, op.cit. 1972, pp.160-164

97 GONZALEZ A.M., op.cit. cita a RASKIN, pag.76

Tipos de empatía :

Egan en su modelo de desarrollo de ayuda, maneja dos niveles de empatía: empatía adecuada a nivel primario y a nivel avanzado. En la empatía adecuada a nivel primario, el orientador solo pretende que el cliente sepa que él entiende lo que el cliente explícitamente ha expresado acerca de sí mismo. El orientador comunica este entendimiento al cliente en sus propias palabras y en su propio estilo.

Algunos problemas que puedan surgir en este nivel de empatía primaria, cuando el orientador desconoce lo que está implicando, son la inexactitud, aparentar entendimiento, permitir al cliente divagar, prematura 'empatía avanzada' (confrontamiento demasiado pronto o muy fuerte), pasar mucho tiempo en este nivel, pasar rápidamente de una a otra empatía, utilizar un lenguaje que no está a tono con el del cliente y ser aburrido por repetir como loro exactamente lo que el cliente expresa.

El objetivo de la empatía adecuada a nivel primario es crear el ambiente adecuado para que se dé la seguridad y la confianza al cliente, a fin de facilitar su autodescubrimiento.

La empatía adecuada a nivel avanzado significa que el orientador, aparte de entender el mundo del cliente, considera las implicaciones de lo que él entiende, y comunica este entendimiento adicional al cliente. El orientador utiliza una gran variedad de técnicas para comunicar este entendimiento más profundo al cliente: expresa lo que el cliente sólo implica; usa sumarios de lo que el cliente ha dicho; conecta 'islas' de sentimientos, experiencias y conductas que el cliente deja desconectadas; le ayuda a obtener conclusiones lógicamente derivadas de las premisas, y le presenta marcos de referencia alternos para entender su propia conducta y la de los demás.

En esta etapa de la empatía es importante el autodescubrimiento del orientador, para afirmar la relación interpersonal y dejar de ser un desconocido para su cliente; el orientador comunica a éste sus propios sentimientos y experiencias, siempre y cuando éstos sean de ayuda al individuo, nunca cuando lo distraigan de su proceso, o cuando pueda ser amenazante que el orientador comparta con él algo de sí mismo.

Egan menciona que la confrontación es otro elemento importante dentro de la empatía avanzada. Por medio de ella se invita al cliente a examinar algunos aspectos de su conducta que le impiden entenderse a sí mismo o avanzar hacia un cambio constructivo en su proceso de crecimiento. Los aspectos que de acuerdo con Egan necesitan ser confrontados son: discrepancias, juegos, distorsiones, trucos y evasiones.

La confrontación es una forma de atender cuidadosamente al cliente, involucrandose con él. No es una forma de castigo, sino de proximidad, que es otra habilidad necesaria. La proximidad es la habilidad de discutir abierta y directamente con el cliente lo que sucede en la relación interpersonal. El orientador puede utilizar la proximidad para tratar cualquier tema con el cliente, en especial los temas relacionados con las diferencias entre ambos. Sin la empatía esta proximidad no se realiza y le impide al cliente el entendimiento objetivo de sí mismo, de sus problemas y de su mundo, que es lo que finalmente lo conducirá a una acción efectiva en su proceso de crecimiento.

Estar en contacto consigo mismo es indispensable para poder lograr una comprensión empática con el otro, a fin de entablar la relación interpersonal que es la condición fundamental de la terapia rogeriana.

Cuando el cliente no ofrece verbalización alguna, el terapeuta puede al menos participarle, tentativamente y sin imposiciones, su propio flujo de sentimientos, su propio interés por la persona, su esperanza de poder establecer una relación y sus suposiciones relativas a la que acontecía en el cliente en ese momento. Rogers lo expresa de la siguiente manera: "...pero cuando el cliente está en silencio, el facilitador puede hacer una referencia directa a su propia experiencia y comunicar los significados encontrados en ella; entonces, una vez más, si se es totalmente sensible, estos significados comprenderán al paciente y a la relación. (98)

Conclusiones relacionadas con la comprensión empática:

Conclusiones a las que Rogers llega después de años de estudio, investigación y experiencia en la práctica clínica:

1. La empatía está correlacionada con la autoexploración y el proceso dinámico. Se ha comprobado que un alto grado de empatía en la relación terapéutica está asociada con varios aspectos del proceso y el progreso en la terapia.

2. El terapeuta (facilitador) ideal es ante todo empático. Uno de los elementos de mayor importancia es tratar de ser tan sensitivo y preciso como sea posible, para entender al cliente desde su punto de vista.

3. La empatía en las primeras etapas de la relación predice un éxito posterior. El grado de empatía que exista en la relación puede ser establecido muy pronto, en la quinta o aun en la primera entrevista. Este grado de empatía se puede medir en relaciones con éxito o fracaso del proceso terapéutico.

4. En los casos exitosos, el cliente percibe mayor empatía. En los casos en que se logra éxito, la percepción del cliente en relación con la calidad de la relación empática se incrementa con el tiempo.

5. El entendimiento o la comprensión empática es libremente ofrecido por el terapeuta, no obligado o promovido por un tipo especial del cliente. Generalmente, un clima empático se debe a que el terapeuta lo ha creado y no a que se trate de un cliente seductor o de alguno que promueve esta atmósfera de empatía.

6. A mayor experiencia del terapeuta, mayores probabilidades de empatía.

7. A mayor integridad del terapeuta, mayor grado de empatía. Los terapeutas libres de conflictos o molestias que confían en las relaciones interpersonales son quienes pueden con mayor facilidad ofrecer una comprensión al cliente.

8. La empatía en una cualidad especial en una relación y los terapeutas la ofrecen definitivamente en mayor grado que cualquier buen amigo.

9. Los terapeutas experimentados muchas veces no pueden ser totalmente empáticos. En las investigaciones de Raskin se demuestra que la característica más relevante en los terapeutas centrados en el cliente es la de ser empáticos; sin embargo, terapeutas de otros enfoques tenían como característica relevante su calidad cognoscitiva y su orientación directiva en el proceso. Por lo tanto, aunque el terapeuta ideal debe tener como característica esencial la de ser empático, en la práctica muchas veces no se le da a esta actitud la importancia que merece.

10. Los clientes son los mejores jueces para medir el grado de empatía que existe en la relación. Quizás, dice Rogers, si deseáramos ser mejores terapeutas, deberíamos preguntar a los clientes hasta qué punto los comprendemos y hasta dónde somos precisos en esta comprensión.

11. Poseer una percepción brillante para el diagnóstico no está relacionado con la capacidad de comprensión empática. La creación del clima empático no está relacionada con la capacidad intelectual, o profesional del facilitador. Tampoco se puede relacionar con la precisión de la percepción de los individuos con fines diagnósticos. La empatía pertenece a un reino diferente al del pensamiento clínico, psicológico y psiquiátrico.

12. Una forma de aprender a ser empático es aprenderlo de personas que lo son. La empatía puede desarrollarse por medio del entrenamiento, o una actitud que se desarrolla

durante la vida con base en el aprendizaje significativo. En este aspecto, el terapeuta puede hacer que el cliente aprenda a ser empático por la influencia social que ejerce sobre él.

Las consecuencias de la interacción empática son:

1. Quizás uno de los descubrimientos del estudio de la psicoterapia con esquizofrénicos ha sido que los pacientes que reciben la comprensión empática por parte del terapeuta han mostrado una considerable reducción de su patología, lo cual ha sido medido por el Minnesota Multiphasic Personality Inventory. Carl Jung afirma que la esquizofrenia parece desaparecer cuando el enfermo se encuentra con personas que lo comprenden.
2. La persona que reciba la comprensión empática se siente valorada, aceptada, querida y esto lo conduce a valorarse, aceptarse y quererse como persona en quien se puede confiar.
3. Por su calidad no enjuiciatoria, la empatía permite que el individuo no se sienta un ser enfermo, malo o anormal. La posibilidad de autoaceptación se incrementa gradualmente cuando el individuo percibe que no es objeto de evaluaciones y diagnósticos.
4. La comprensión empática produce que el individuo se sienta persona con identidad propia. La empatía satisface la necesidad de reconocimiento y reafirma en la persona su existencia como un ser distinto y valioso.
5. La empatía promueve la autoexploración y el autoconcepto. Una vez que este último cambia, el comportamiento cambia a su vez para estar de acuerdo con la nueva percepción que de sí mismo logra la persona.
6. La empatía no sólo produce cambios en la terapia, sino también en el salón de clases cuando el maestro es una persona capacitada para comprender empáticamente a sus alumnos. La actitud empática del maestro es esencial para lograr el aprendizaje significativo de los estudiantes.
7. Cuando son comprendidas empáticamente las personas, éstas están más en contacto con una extensa gama de experiencias, lo cual expande su conciencia y les permite la autodirección.

8. El clima empático en el proceso terapéutico ayuda al cliente a desarrollar su experiencia y a aprender a resolver su propia problemática cotidiana.

Consideramos que una de las aportaciones de mayor relevancia y significativas de Rogers, es la llamada comprensión empática, esa presencia intuitiva que nos lleva a centrarnos en el otro y no en nosotros mismos, pero sin dejar jamás de ser nosotros mismos. Asimismo consideramos que la empatía es una actitud que todo ser humano puede desarrollar y que no solamente es aplicable al proceso terapéutico, sino a todos los campos relacionados con el ser humano: la educación, la psicología, las relaciones humanas, la orientación, la musicoterapia, en una palabra a todas las ciencias humanas, y en toda interacción diaria con las personas con las que nos relacionamos.

Ana María González afirma: "He comprobado que aquellos individuos cuyas actitudes hacia ellos mismos son de aceptación, autoestima y valoración, están abiertos a vivir experiencias que les conducen a un mayor y más claro autoconcepto; es decir, viven realmente un proceso de convertirse en personas, pueden ser empáticos, comprensivos, reales y congruentes. Esto se logra cuando han recibido de alguna o varias personas una comprensión empática que los ha convertido en agentes de cambio"(99)

Consideramos que la actitud empática no se experimenta en la vida cotidiana, presentarlas únicamente en el ámbito de la orientación o la educación carecería en cierta forma, de autenticidad. No se puede usar la empatía como técnica aislada, como un ropaje que se pone y se quita, sino que se tiene que ser uno mismo, lo que por consecuencia se manifestará en relaciones impregnadas de compromiso, de autenticidad, de satisfacción.

Entendemos la empatía como una cualidad que debería ser desarrollada por toda persona que desee ampliar y mejorar sus relaciones interpersonales, hacerlas más significativas y plenas, así como todo ser humano que pretende su propio desarrollo y autorrealización, principalmente nosotros pedagogos, avocados al quehacer de la educación y la formación, tenemos aquí un espacio donde crecer, tanto como personas como profesionales.

B) ACEPTACION

Aceptar, según el diccionario, es recibir alguien voluntariamente lo que se le da, ofrece o encarga; admitir ciertas condiciones y comprometerse a cumplirlas; aprobar, dar por bueno.

99 GONZALEZ A.M., op.cit. pag. 87

En la psicología humanista, el término aceptación significa recepción cálida y libre de cada uno de los elementos que constituyen la experiencia del otro; acoger a la persona como es realmente en ese preciso momento de su proceso, lo cual implica la aceptación de sus sentimientos positivos y negativos, de sus formas de ser congruentes o incongruentes; un interés real por el otro, contemplándolo como un ser único, diferente, con sus propios sentimientos, experiencias, pensamientos, deseos y necesidades; recibir o acoger al individuo no en forma posesiva o con el fin de satisfacer las propias necesidades, sino por el simple hecho de ser él mismo; valorar a la persona con todas sus características, limitaciones, realidades y cambios.

En resumen, aceptar quiere decir apreciar, valorar, acoger, recibir, considerar al individuo sin condiciones, sin evaluaciones, sin prejuicios ni contaminaciones.

Desde la óptica de la tarea pedagógica, a pesar de que la aceptación incondicional es la actitud más difícil de lograr por nuestra condición humana, es hacia donde creemos que se debe tender, si queremos promover un ambiente de confianza que facilite el proceso de desarrollo de la persona.

"La aceptación positiva incondicional se da en grados o niveles distintos, en los cuales el sentimiento positivo y cálido del orientador puede graduarse como bajo cuando éste se da con las condiciones de valor del orientador, o como alto cuando este sentimiento es una aceptación total de la persona con sus potencialidades humanas"(100).

Un alto nivel de aceptación no implica solamente acoger de una manera cálida y no posesiva a la persona como un ser aparte, sino también un deseo auténtico de compartir con ella tanto su gozo y sus aspiraciones, como su dolor, su depresión y sus fracasos.

"La consideración positiva incondicional es una dimensión unitaria que va desde un alto nivel en el cual el terapeuta experimenta una aceptación cálida de la experiencia del paciente como parte de esa persona, sin poner condiciones a esa aceptación y calidez, hasta un nivel bajo en el cual el terapeuta evalúa al paciente o a sus sentimientos, expresa disgusto o desacuerdo o, expresa esta consideración positiva incondicional en forma selectiva y evaluativa(101).

Charles B. Truax ha desarrollado una escala en la que se definen cinco grados o niveles de consideración positiva incondicional. Aunque Truax aplica esta escala al proceso terapéutico, consideramos que es totalmente válida para el proceso educativo, con la modificación de algunos términos a fin

100 BONZALEZ A.M., op.cit. pag.89

101 ROGERS, op.cit. 1972, pag.47

de aplicarlos a los procesos educativos que en este trabajo nos interesan.

Grados o niveles de aceptación :

1. El maestro tiene el papel activo y asume la responsabilidad del otro; no acepta al educando, le ofrece consejos, le dice lo que es bueno o malo para él, aprueba y desaprueba lo que éste hace, dice o es. El maestro se convierte en el centro único de valoración. El alumno no cuenta en absoluto.
2. El maestro pone muy poco interés en el alumno, le responde mecánicamente con frialdad o desatención ignorando sus sentimientos. Las respuestas positivas de aceptación son casi inexistentes.
3. El maestro muestra aceptación positiva incondicional por el alumno, pero con ciertos matices de posesividad. El maestro se siente responsable por el alumno y le comunica su interés al aconsejarle lo que es conveniente para él: "Lo que quiero es que trabajes mejor", "Me gustaría que fueras un niño obediente", "Esto no es bueno para ti", etc.
4. El maestro expresa y siente un verdadero interés por el alumno y su bienestar. Le comunica su aceptación positiva y no evaluativa, prácticamente en todas las áreas de funcionamiento. Sin embargo, aún quedan áreas muy personales y privadas en las que existen ciertas condiciones de valor por parte del maestro. El alumno es aceptado y querido como es, y se le da libertad para ser él mismo, aunque se envían mensajes tales como: "Puedes ser como lo deseas, pero yo quisiera que fueras un poco más estudioso". El maestro se siente responsable hacia el alumno, no por el alumno.
5. El maestro siente y comunica una aceptación positiva incondicional sin restricciones. Existe un respeto absoluto por el alumno, a quien se contempla como una persona digna, valiosa, con derecho a ser un individuo libre. El alumno puede ser el mismo, sin temor a ser rechazado, castigado o no valorado por su maestro, quien confía en él y en su potencial humano. Este nivel representa una aceptación genuina de la persona con sus sentimientos, pensamientos y actitudes.

Cuando hablamos de la aceptación, aprecio o consideración positiva incondicional del maestro al alumno, surgen varias preguntas:

¿Como puedo aceptar las conductas destructivas del niño, ya sean hacia sí mismo o hacia los demás?, ¿Como permitir a un niño asomarse a la ventana, jugar con una navaja, romper los trabajos de sus compañeros o tomarse las medicinas del botiquín?, ¿Como aceptar situaciones de fraude en un examen, de faltas de respeto, de deshonestidad?, etc..

La respuesta, dice Ana María González, es que se acepta totalmente a la persona, independientemente de sus sentimientos, emociones, actitudes, pensamientos y comportamientos. "Existe un hecho popular que puede ilustrarnos: "No debemos tirar al niño con todo y el agua sucia". La persona no es sus sentimientos, sus pensamientos o conductas, estos son partes de él, pero no él mismo. Por ejemplo, cuando un maestro cansado por el comportamiento de uno de sus alumnos le dice: "Ya no te soporto, eres un elemento nocivo para tus compañeros, no quiero verte más, eres una vergüenza para el grupo", el maestro tira al niño con todo y agua sucia, rechaza a la persona en lugar de retroalimentarla constructivamente y confrontarla, por el bien de esta, con las actitudes o conductas que son destructivas para sí mismo y los demás"(102).

Toda actitud, conducta o comportamiento puede ser retroalimentado y confrontado, sin que ello signifique rechazo o no aceptación de la persona. "Las actitudes del maestro, así como las formas en que estas se comunican representan las pautas de una consideración positiva incondicional. El maestro del ejemplo anterior, se siente absolutamente responsable por el niño; lo acusa, lo desaprueba, lo castiga, lo encasilla y evalúa negativamente. Ese mismo maestro si se sintiera responsable hacia el alumno, si lo respetara como persona que es y confiará en su potencial, describiría al niño los comportamientos que son destructivos; le enviaría mensajes verbales y no verbales de comprensión empática, de aceptación de él como persona, de interés y preocupación por él; le permitiría que descubriera por sí mismo el daño que se hace y hace a los demás, y dejaría en sus manos la posibilidad de modificar esos comportamientos"(103).

La congruencia del maestro juega un papel importante en la confrontación y en la retroalimentación constructiva, ya que nadie puede dar aquello que no tiene. El maestro no podrá ser empático si no puede aceptar el marco de referencia del alumno; no podrá comunicar aceptación si lo que siente es un enorme coraje y deseo de castigar y vengarse; no podrá ayudar al estudiante a tomar la responsabilidad en sus manos si él se siente responsable de lo que este dice, piensa, siente o hace.

C) CONGRUENCIA

La congruencia es una actitud indispensable para facilitar el proceso de desarrollo del potencial humano y el aprendizaje significativo. Rogers se refiere a la congruencia en los términos de "genuinidad", o "autenticidad", como parte de las condiciones de la terapia. La teoría psicoterapéutica de Rogers se extiende al

102 GONZALEZ A.M., op.cit. pag.91

103 idem. pag. 92

campo de la educación, en la cual la congruencia del maestro se considera como una actitud básica para facilitar el aprendizaje significativo.

"El aprendizaje -dice Rogers- parece ser facilitado si el maestro es congruente"(104). Es decir, si el maestro se presenta tal como es, sin caretas ni disfraces, posee un amplio conocimiento y aceptación de sus sentimientos y de sus actitudes y es capaz de entablar una relación interpersonal igualitaria con sus alumnos.

Ser realmente lo que se es, ser auténtico, Rogers lo describe de la siguiente manera: "Saber ser la complejidad de los propios sentimientos sin temor"(105) Esto implica que la persona se sienta a gusto consigo misma y tenga una actitud de apertura que le permita presentarse de manera natural y genuina en su relación con el otro.

Esta actitud necesariamente requiere de valor para ser uno mismo y presentarse ante el otro como uno es. Por supuesto que la congruencia no puede ser en todo momento perfecta y constante. El mismo Rogers comenta "Normalmente y sin lugar a dudas, yo, como todo el mundo, manifiesto un grado de incongruencia"(106) Por lo tanto, la congruencia es una actitud de búsqueda continua que se orienta hacia la propia lucha por el crecimiento y la integración personal. A medida que la persona mantiene una relación de congruencia consigo misma, podrá presentarse como un ser real en su relación con los demás.

Ser congruente implica tener conciencia de que vivimos rodeados e inmersos en un contorno social con el cual interactuamos. Esto supone que no siempre es conveniente ni necesario expresar todo lo que sentimos, pensamos y vivimos. La autenticidad vivida como una aceptación plena de sí mismo y del otro, como el placer de ser uno mismo, lleva a expresar los sentimientos de manera espontánea, sin desbordamientos de impulsos, sin presiones, sin características reactivas. La persistencia de estos sentimientos pueden ser el motivo que lleve a la persona a comunicarlos. Cuando la persona es consciente de la complejidad de sus sentimientos en un momento dado, cuando se escucha a sí misma y se acepta con tales sentimientos, puede elegir expresarlos o no. Por lo tanto, ser congruente no consiste en la manifestación total de lo que se vive en determinado momento, sino en la capacidad de elegir expresar o no mis sentimientos. Sin embargo, es necesario tener una adecuada percepción de sí mismo, una aceptación plena de sí mismo, y de lo que en ese momento se vive, una capacidad de libre elección entre expresarlo o no, misma que proviene de lo que orgánicamente se vive como conveniente. Cuando Rogers se refiere a la congruencia del terapeuta, comenta que si bien éste "no debe ocultar

104 ROGERS, op.cit. 1972, pag.287

105 ROGERS, op.cit. 1978, pag.56

106 idem. pag. 172

sistemáticamente al cliente sus vivencias, tampoco debe cargar a su cliente con la expresión abierta de sus sentimientos" (107).

Ana María González explica que en el campo de la educación, la congruencia del educador requiere de dos elementos básicos:

1. El reconocimiento y la aceptación de todos sus sentimientos y experiencias durante la relación.
2. La disposición de comunicar estos sentimientos y experiencias, a fin de establecer con sus alumnos o educandos una relación real y auténtica.

Para satisfacer estos requisitos, es necesario que el educador tenga un interés genuino por el otro y sea consciente de que su misión es establecer una relación que sirva de apoyo al desarrollo del potencial humano y al crecimiento direccional del educando; una relación que no se centra sobre sí misma o sobre las propias necesidades; en la que el educador no impone sus sentimientos o sus juicios al otro; aun cuando en ella se toma en cuenta el maestro a sí mismo, éste no pierde de vista la responsabilidad que tiene hacia la persona.

El facilitador o maestro no necesita tener una comprensión absoluta de todos los aspectos personales de su vida, como tampoco referirse a todas las áreas de su experiencia personal, sino sólo a aquellos aspectos, sentimientos y experiencias de su relación específica con sus alumnos. Es dentro de los confines de esta relación en donde el maestro ha de ser una persona íntegra, congruente y genuina.

Como lo manifiesta Rogers, "No es necesario, ni tampoco posible, que el facilitador sea un dechado de integración y plenitud en todos los aspectos de su vida. Es suficiente con que sea exactamente él mismo en el momento de la relación, basta con que en este sentido fundamental sea lo que es verdaderamente en ese momento" (108).

Los sentimientos positivos y negativos que aparecen en la relación maestro-alumno, no sólo necesitan ser vivenciados por el maestro, sino que este debe estar dispuesto a comunicarlos. Esta disposición no significa necesariamente hablar de los sentimientos, sino que el maestro esté abierto a expresarlos como algo personal y subjetivo. Sin embargo, es conveniente hablar de los sentimientos cuando éstos son persistentes; es decir, cuando son tan fuertes y constantes que no permitan al maestro centrarse en el alumno, cuando de alguna manera afectan la relación, la posibilidad de empatizar o aceptar positiva e incondicionalmente al alumno. Rogers dice:

107 ROGERS, op.cit. 1967, pag.185

108 ROGERS, op.cit. 1972, pag.229

"No me refiero a que es necesario vocear compulsivamente todo sentimiento y acusación transitoria, como la agradable impresion de que se es genuino. Ser real comprende la dificil tarea de familiarizarse con el flujo interior de experiencias, flujo caracterizado especialmente por la complejidad y cambio continuo. De este modo, cuando siento que los contactos con un estudiante comienzan a fastidiarme, y cuando este sentimiento es persistente, creo que es mi deber para con él y para con la situación compartir este sentimiento. Pero, de nuevo desearé estar en contacto constante con lo que fluye dentro de mi, si lo hago, reconozcere que lo que estoy expresando es mi propio sentimiento de fastidio, y no un pretendido hecho referente a el como persona que fastidia. cuando lo expreso como mi propia reacción, tiene la virtud de llevarnos a una relación mas profunda, pero este sentimiento existe dentro del contexto de un flujo complejo y cambiante que tambien tiene que comunicarse. Quisiera compartir mi disgusto con el estudiante cuando me siento disgustado, y mi incomodidad de tener que manifestar este aspecto de mi mismo. Cuando le participo estas actitudes encuentro que mis sentimientos de fastidio brotan de otro sentimiento de lejanía con respecto al otro, y noto que quisiera estar en contacto mas íntimo con él. Cuando trato de expresar estos sentimientos, siento incluso un cambio en los mismos. Lo cierto es que no siento fastidio al intentar comunicarme de esta manera, y que estoy muy lejos del aburrimiento cuando espero su respuesta con ansiedad y quizás con algo de aprehensión. Tambien siento una nueva sensibilidad hacia él, ahora que hemos compartido aquel sentimiento que constituía una barrera entre los dos. De este modo tengo mucha mas capacidad para escuchar la sorpresa o quizás el sobresalto de su voz cuando, despues de haber tenido la audacia de ser real con él, él descubre que ahora habla de un modo más auténtico"(109).

La congruencia es la actitud que favorece el encuentro, es decir, el expresar lo que uno vive, siente y es en la relación; es lo que permite salir al encuentro del otro. Sin esta actitud, son prácticamente imposibles la comprensión empática y la aceptación positiva incondicional, ya que estas actitudes no pueden existir de manera significativa si el educador no es auténtico.

¿Cómo poder empatizar con un alumno al que se rechaza?, ¿cómo aceptarlo si mis sentimientos hacia él son de molestia, o me siento harto con sus actitudes?, Nuevamente Ana María González nos da una respuesta al respecto: "La expresión positiva de mis sentimientos, siempre y cuando sea consciente de que éstos sean míos, que son cambiantes y constituyen una barrera en mi relación con el otro, es necesaria para que yo pueda realmente entrar

dentro del marco de referencia de la otra persona y aceptarla como la percibo en ese momento.

Consideramos que la congruencia que propone Rogers como una condición necesaria para ofrecer una ayuda efectiva en el desarrollo del potencial humano, es la esencia que promueve el crecimiento en los procesos tanto terapéuticos como educativos y de desarrollo.

El pedagogo que se interesa como facilitador o maestro tiene que acercarse a las características de las actitudes mencionadas, tales como la comprensión empática, la aceptación condicional y sobretudo la congruencia o autenticidad. De esta manera el pedagogo logrará promover el ambiente de confianza que se busca, además de encontrar para sí mismo un espacio de autoconocimiento y de crecimiento personal, lo que definitivamente coadyuva directa e indirectamente a la tarea formativa que nos interesa.

Donald J. Kiesler, ofrece una escala de medición de la congruencia, que hemos modificado para su aplicación en el campo de la educación:

1. En la primera etapa o nivel existe una clara discrepancia entre lo que el educador expresa de manera no verbal y lo que manifiesta abiertamente en su comunicación. Por ejemplo, el tono de voz, los ademanes y los mensajes corporales envían un mensaje de coraje, irritación, molestia y rechazo, pero lo que el maestro expresa oralmente son sentimientos opuestos. Esto implica al mismo tiempo tanto una negación como un control de sus sentimientos, que son captados por el alumno y le producen una gran confusión y desconfianza.
2. El maestro le comunica al alumno la información que éste le solicita, pero de una manera vaga con 'verdades a medias' - que no es decir mentiras, sino no decir toda la verdad-, como tratando de cubrir áreas personales que se desea mantener en secreto. De algún modo se manifiesta la molestia por medio del tono de voz, el ritmo de la conversación y el lenguaje corporal. Un ejemplo claro de esto es cuando el maestro no conoce la respuesta a alguna pregunta del alumno y en lugar de decirle que no la sabe pero que pueden investigar juntos, pretende dar una respuesta 'sacándosela de la manga', para no perder la imagen de sabiduría que quiere dar a sus alumnos y no presentarse ante ellos como un ignorante.
3. El maestro no conoce sus sentimientos en relación con el alumno y no los contradice, pero sin llegar a ser congruente con ellos y sin comunicarlos abiertamente. Responde al alumno de manera artificial, con clichés o respuestas habituales que se consideran apropiadas en una interacción, pero sin estar presente como él es. Por ejemplo una maestra que siente gran cariño por un alumno es consciente de su sentimiento y no lo contradice con sus actitudes, pero

cuando le preguntan directamente hacia el, responde sin comunicar sus sentimientos exactos, en un tono neutral y con la impresión de estar muy lejana; no es espontánea, entusiasta o interesada. En este ejemplo los sentimientos no corresponden con la expresión de los mismos.

4. El maestro comunica con espontaneidad la información o los sentimientos que le son preguntados; en ningún momento pretende presentar falsas caretas cuando tiene que responder preguntas de sus alumnos. El maestro reconoce abiertamente su ignorancia ante una pregunta específica del alumno o es congruente al expresar lo que siente por uno de sus alumnos, sin esconder sus sentimientos tras la lejanía o indiferencia.
5. Este nivel corresponde a una congruencia total en la relación maestro-alumno, en la cual el maestro comunica abierta y libremente sus sentimientos positivos o negativos, sin defensas, presentándose como un ser humano real que posee cualidades, características positivas y negativas, y limitaciones. Sus mensajes verbales y no verbales son congruentes y en su interacción verbal puede comunicar sus experiencias y sentimientos.

"Cuando el facilitador es una persona real se relaciona con el estudiante sin presentar una máscara o fachada, es mucho más efectivo como facilitador del aprendizaje" (110). La autenticidad del facilitador o educador, promueve la relación interpersonal en la que Rogers basa el éxito del proceso de desarrollo del potencial humano, ya sea en la psicoterapia o en la educación.

Rescatamos la experiencia de carácter profesional que se puede exponer a través de la práctica del pedagogo, en donde su tarea, entre otras, se articula como orientador educativo y como facilitador del aprendizaje. En este sentido, la pedagogía coincide con la propuesta de Rogers en el interés vivo de lograr el aprendizaje significativo y el desarrollo integral del individuo. Es por esta razón que encontramos que las características del facilitador centrado en la persona pueden ser acudadas por un pedagogo interesado en relacionarse de una manera más persona a persona con los alumnos con los que trabaja.

110 idem. pag. 106

"La gente le teme mucho a la creatividad porque esta puede provocar un cambio y socavar su sentido de la seguridad. Deseo realmente que mis alumnos encuentren el sentido de la seguridad dentro de si mismos, de manera que el inevitable cambio no los asuste. Haríamos muy bien en aprender a disfrutar el cambio"

Carl Rogers.

2.5. PAPEL QUE DESEMPEÑAN EL EDUCADOR Y EL ESTUDIANTE EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE

Hasta aquí hemos analizado el aprendizaje significativo y las características necesarias del facilitador para lograrlo. Ahora nos avocaremos al análisis del papel y las funciones que desempeñan tanto el facilitador como el estudiante, que propone Rogers en el Enfoque Centrado en la Persona.

Reiteramos que las cualidades que el educador debe tener para lograr el aprendizaje significativo mediante la facilitación del mismo son: AUTENTICIDAD O CONGRUENCIA, ACEPTACION INCONDICIONAL Y COMPRENSION EMPATICA; las cuales Rogers considera básicas, pero además describe las funciones de este frente a los educandos, así como las del educando frente al aprendizaje.

Rogers afirma que el trabajo de los maestro depende básicamente sobre la tendencia natural de los estudiantes hacia la plenitud y la actualización.

"Ellos basan su trabajo sobre la hipótesis de que estudiantes que están en contacto real con problemas de la vida diaria que les importan, desean aprender, quieren crecer, buscan descubrir, se esfuerzan por saber a fondo, desean crear, se mueven hacia la autodisciplina. El maestro trata de desarrollar una calidad de clima en el salón de clases y una calidad de relación personal con sus estudiantes, que permitirá que estas tendencias naturales en ellos lleguen a funcionar" (111).

111 ROGERS, op.cit. 1972, pag. 166

Ana María González comenta que en su experiencia con maestros, ha encontrado dos reacciones cuando se les plantea a éstos las actitudes necesarias para un educador centrado en sus educandos. "La primera es una respuesta de rechazo por parte del maestro, que se manifiesta como apatía y temor a perder la "autoridad", ya que este método implica redefinir sus funciones, así como un compromiso y real, y una flexibilidad responsable. Rechazo de a perder el "control" del grupo, además de que implicaría mucha mayor dedicación, compromiso y responsabilidad en su trabajo diario.

La otra respuesta es totalmente distinta a la anterior, consiste en una inquietud grande y un fuerte entusiasmo por descubrir nuevos caminos en la educación, por la apertura que significa ser un facilitador del aprendizaje y aprender junto con su grupo, por compartir junto con los educandos la responsabilidad y poder confiar en la tendencia humana innata al crecimiento y la autorrealización. Los maestros que reaccionan de esta manera son los verdaderos educadores, abiertos al cambio, dispuestos a comprometerse como personas en su labor educativa."(112)

LAS FUNCIONES DEL EDUCADOR CENTRADO EN LA PERSONA:

1. Presentar con claridad el tipo de aprendizaje que se pretende promover y las creencias básicas de confianza en el grupo. Empezar a establecer teórica y prácticamente el tipo de ambiente adecuado para facilitar el aprendizaje significativo.
2. Promover y facilitar la identificación de expectativas y finalidades de los miembros del grupo, al aceptar las que ellos expresen. Ayudar en la elaboración de objetivos personales y grupales.
3. Confiar en la tendencia al crecimiento y la autorrealización como la fuerza motivadora fundamental del aprendizaje.
4. Organizar y hacer fácilmente disponibles los recursos que los estudiantes pueden utilizar para su aprendizaje. Presentarse a sí mismo como recurso disponible para ser aprovechado por el grupo, siempre y cuando el maestro se sienta cómodo trabajando en la forma que el grupo lo solicita. En este aspecto, el maestro toma en cuenta al grupo, pero también se toma en cuenta a sí mismo como persona.
5. Hacer que sean tan importantes los aspectos afectivos como los cognoscitivos en las relaciones interpersonales.

6. Estar dispuesto a reconocer, aceptar y responder a las personas completas, con sus diferentes dimensiones y aspectos.
7. Convertirse en un miembro participativo más del grupo, a medida que se establece el clima de libertad, aceptación y confianza en el grupo, conforme los estudiantes se sientan corresponsables del curso.
8. Participar y compartir con el grupo de tal manera que las actividades sean un ofrecimiento y una disponibilidad, no una imposición.
9. Ayudar y facilitar a los estudiantes en su proceso de aprendizaje, así como en la evaluación de su propio trabajo.
10. Ser capaz de escuchar a los estudiantes, especialmente en lo relacionado con sus sentimientos. Estar abierto a la confrontación y a trabajar problemas, más que a manejarlos mediante normas disciplinarias y sanciones.
11. Aceptar las ideas creativas de las personas, lo cual implica no reaccionar en forma amenazante y conformista.
12. Desarrollar una atmósfera de igualdad en el salón de clases, con participación que conduzca a la espontaneidad, al pensamiento creativo y al trabajo independiente y autodirigido.

LAS FUNCIONES DE LOS EDUCANDOS:

Para que el sistema educativo centrado en el educando tenga buenos resultados, es necesario tomar en cuenta las características y funciones del educando, ya que éstos son el elemento activo y fundamental del proceso de aprendizaje.

1. Se sentirán libres de expresar en clase sus sentimientos tanto negativos como positivos hacia otros compañeros, hacia los maestros y hacia el material y los recursos didácticos con que se cuenta.
2. Definirán qué y cómo quieren aprender y elaborarán sus propios objetivos, así como un plan de trabajo para ponerlo en práctica.
3. Se descubrirán a sí mismos como responsables de su propio aprendizaje, a medida que se conviertan en participantes activos en el proceso de su grupo.

4. Se sentirán con mayor libertad y creatividad para aventurarse en nuevas experiencias de aprendizaje significativo, con la seguridad de recibir el apoyo y la ayuda del maestro.
5. Colaborarán con sus compañeros para el logro de metas y objetivos del grupo.
6. Serán capaces de evaluar su propio trabajo y aprendizaje, ya que nadie mejor que ellos mismos pueden saber cuál ha sido éste y cómo ha sido su participación en el grupo.
7. Se sentirán corresponsables de la elaboración de programas y planes, de los objetivos grupales y de las normas a seguir en el grupo.
8. Estarán dispuestos a aprender, autodirigirse y confiar en sí mismos.

Rogers expresa que los individuos pueden ser manipulados por su propio bien, que llegó a las conclusiones aquí resumidas, porque encontró que estas actitudes eran mucho más potentes para producir el aprendizaje significativo y el cambio constructivo. "...sólo arriesgándose en estos nuevos caminos, el maestro puede descubrir, por sí mismo, si son efectivas o no. Los sentimientos -positivos, negativos y confusos- se vuelven partes de la experiencia de clase. El aprendizaje se vuelve vida, una vida vital. El estudiante, a veces emocionado y a veces resistente, está en camino de convertirse en un ser que aprende y que cambia"(113).

Concluimos que cuando un facilitador ha podido crear un clima de confianza, a través de la empatía, la aceptación y la congruencia, cuando confía en la tendencia constructiva del ser humano, logra un aprendizaje de calidad distinta, logra en pocas palabras una revolución educativa.

LA EDUCACION Y LOS VALORES:

Los valores pueden ser inconscientes o conscientes. La educación centrada en la persona facilita la clarificación de los valores conscientes y permite una elección satisfactoria para la persona, por lo que promueve su crecimiento y autorrealización, así como una reflexión y un análisis de los valores inconscientes que provienen del medio ambiente y del sistema, a fin de que la persona elija libre y conscientemente.

A.M.González explica los valores a través del siguiente esquema:

FORMA CONSCIENTE	FORMA INCONSCIENTE
1.Existe conciencia de los valores.	4.No existe conciencia ni claridad de los valores.
2.Los valores son el motor de las motivaciones.	3.Las necesidades son el motor de las motivaciones.
3.Las motivaciones llevan a la satisfacción de las necesidades y tendencias naturales.	2.Los objetos crean necesidades en los individuos (consumismo).
4.Las necesidades llevan a la búsqueda de satisfactores, siempre en concordancia con los valores.	1.Los objetos existentes en el medio ambiente y en el sistema.
Se interviene en el proceso de clarificar los valores conscientes para facilitar la elección.	Se interviene para facilitar la valoración con base en el análisis de los valores implícitos en las conductas presentadas.

El proceso educativo de los valores, según la misma autora, es el siguiente:

1. **ETAPA INICIAL, DIRECCION:** Se inicia la educación primaria para modelar, guiar, dirigir e influir en la conducta.
2. **PROCESO DE AUTODIRECCION:** En forma gradual se inicia el proceso de autodisciplina, autodirección, responsabilidad, conciencia social, juicio crítico y capacidad de toma de decisiones. El maestro-facilitador deja poco a poco su papel de guía o director y se involucra personalmente en el proceso grupal.
3. **OFRECER LOS VALORES:** Se utiliza cada vez más el modelo de ofrecer los valores, compartir experiencias personales, escuchar, respetar y confiar en la persona.

4. **FACILITAR Y CREAR AMBIENTE PROPICIO:** Se emplea el modelo en el cual el facilitador únicamente crea el ambiente propicio para que germinen las mejores potencialidades de sus alumnos; el maestro se convierte en un elemento más del grupo, que en esta etapa sea autodirectivo.

"En la educación centrada en la persona, el facilitador o maestro acompaña a sus estudiantes en la clarificación de los valores propios que formarán su jerarquía valoral, de los que han sido introyectados del exterior y no les son significativos y de los que se introyectan porque son valores de las consecuencias de sus decisiones" (114).

La cuarta etapa del proceso educativo es el objetivo final de la educación centrada en la persona, ya que mediante el aprendizaje significativo el estudiante logra la madurez y autonomía para elegir libre y adecuadamente lo que su organismo necesita y desea para su sobrevivencia, desarrollo y actualización.

El ser humano es único e irrepetible, es un ser dinámico, en constante transformación. Erich Fromm dice:

"Solamente en el proceso de una vital relación mutua entre otra persona y yo podremos superar la barrera de la separación, siempre que ambos participemos en la danza de la vida" (115).

La responsabilidad, la autoestima y la confianza, son elementos indispensables para lograr la autorrealización, ya que permiten la individualidad. El enfoque centrado en la persona tiene como fin primordial lograr estos aspectos en la persona, tanto en el educando como en el educador; de tal manera que si el educador no lo ha comprendido ni logrado, será difícil que lo promueva en sus estudiantes.

114 GONZALEZ A.M., op.cit. pag. 134

115 FROMM ERICH, ¿Tener o ser?
Ed. F.C.E., México 1982, pag. 91

"Te amo sin tratar de cambiarte. De esta manera, ayudo a que te conviertas en quien realmente eres".

Sheldon B.Kopp.

2.6. AUTOESTIMA Y AUTORREALIZACION

El modo como nos sentimos respecto a nosotros mismos afecta en forma decisiva todos los aspectos de nuestra experiencia, desde la manera como funcionamos en el trabajo, el amor, el estudio, el sexo y las posibilidades que tenemos de progresar en la vida.

Nuestras respuestas ante diversos acontecimientos dependen de quiénes y qué pensamos que somos, por lo tanto la autoestima es la clave para comprendernos y comprender a los demás, también es la clave del éxito o del fracaso.

Generalmente la persona con una alta autoestima, es capaz de autorrealizarse. La persona autorrealizada es capaz de vivir plenamente y de trascender. Fomentar la autoestima y lograr la autorrealización, es el objetivo de todo proceso de crecimiento personal.

A) AUTOESTIMA Y AUTOACEPTACION.

De todos los juicios de que somos objeto, ninguno es tan importante como nuestro propio juicio. Cuando los hechos que tenemos que encarar tienen que ver con nosotros mismos, vivir conscientemente puede tornarse muy difícil. Aquí es donde entra en juego el desafío de la autoaceptación y la autoestima.

La autoestima positiva es el requisito cardinal de una vida plena. La autoestima tiene dos componentes: un sentimiento de capacidad personal y un sentimiento de valor personal, en otras palabras, la autoestima es la suma de la confianza y el respeto por sí mismo.

"La autoaceptación pide que enfoquemos nuestra experiencia con una actitud que vuelva irrelevantes los conceptos de

aprobación o desaprobación: el deseo de ver, de saber, de percatarse" (116).

Ahora bien, aceptarnos a nosotros mismos no significa carecer del afán de cambiar, mejorar o evolucionar. Lo cierto es que la autoaceptación es la condición previa del cambio. Si aceptamos lo que sentimos y lo que somos, en cualquier momento de nuestra existencia, podemos percatarnos plenamente de la naturaleza de nuestras elecciones y acciones, y nuestro desarrollo no se bloquea.

La autoestima positiva es el sentimiento, la experiencia y la convicción de ser apto para la vida y sus desafíos, y ya que nuestra mente es nuestra herramienta básica de supervivencia, "es necesario vivir conscientemente, lo cual incluye racionalidad, honestidad e integridad. Vivir conscientemente es vivir responsablemente hacia la realidad, con autenticidad, autoaceptación, con respeto por los hechos, el conocimiento y la verdad" (117).

La autoaceptación es un rechazo a negar o desestimar cualquier aspecto del sí-mismo: nuestros pensamientos, emociones, recuerdos, atributos físicos, subpersonalidades o acciones. La autoaceptación es la negativa a mantener una relación de rivalidad con nuestra propia experiencia. Es la base de todo crecimiento y de todo cambio. Es, en su sentido último, el coraje de ser para nosotros mismos. El nivel de nuestra autoestima no puede ser más alto que el nivel de nuestra aceptación.

Para proteger nuestra autoestima, es menester :

* Saber evaluar nuestra conducta de la manera apropiada. Esto incluye, primero, tener la certeza de que los parámetros con los cuales juzgamos son verdaderamente nuestros, no meramente los valores de los demás, con los cuales nos sentimos obligados a aparentar que estamos de acuerdo. Segundo, necesitamos efectuar nuestras evaluaciones con una actitud no sólo de honestidad sino de compasión -una voluntad de considerar el contexto y las circunstancias de nuestras acciones, así como las opciones o alternativas que percibimos como accesibles-. En aquellos asuntos en los que nos sentimos verdadera y justificadamente culpables, es preciso que tomemos las medidas específicas para resolver la culpa en lugar de limitarnos a sufrir pasivamente.

* Aprender a no disculparnos nunca por nuestras virtudes, ni reprocharnos por ellas, ni tratar de desestimarlas. Debemos tener el coraje de reconocer nuestros puntos fuertes

116 BRANDEN NATHANIEL, Cómo mejorar su Autoestima

Ed. Paidós, México 1988, pag. 11

117 idem, pag. 154

y nuestros aciertos. De otro modo, inevitablemente traicionamos a nuestra autoestima.

* Reconocer que la autoestima no es determinada por el éxito mundano, el aspecto físico, la popularidad o cualquier otro valor que no se halle directamente bajo el control de nuestra voluntad. Más bien, depende de nuestra racionalidad, honestidad e integridad, que son procesos volitivos, operaciones de la mente de las cuales somos responsables.

* Estar dispuestos a honrar al sí-mismo y proclamar con orgullo nuestro derecho a hacerlo, de lo contrario no podremos pelear por la autoestima, y no sabremos como lograrla.

* Reconocer a nuestros sub-sí-mismos o sub-personalidades, que nos hagamos amigos de ellos, dialoguemos con ellos y, en definitiva, que los admitamos, para poder sentirnos enteros, no divididos, sino integrados.

* Vivir activa y no pasivamente, asumir la responsabilidad de nuestras elecciones, sentimientos, acciones y bienestar -asumir la responsabilidad del cumplimiento de nuestros deseos- para así hacernos responsables de nuestra propia existencia. Como la independencia, la productividad es una virtud básica de la autoestima, y el trabajo es una de las formas prácticas de manifestar la autorresponsabilidad.

* Preservar la coherencia entre nuestro sí-mismo interior y el sí-mismo que presentamos al mundo. En sentido literal, significa vivir autoafirmativamente; que manifestemos al mundo aquello que pensamos, valoramos y sentimos. No nos entregamos al submundo de lo inexpresado y de lo no vivido. La autoconfianza y el autorrespeto se sostienen viviendo auténticamente. En esto consiste el coraje de ser quienes somos.

* Apoyar la autoestima de los otros, al hacerlo apoyamos la nuestra. Así, el vivir con benevolencia sirve a la autoestima.

* Comprender que, como ideal ético-psicológico, la autoestima implica y presupone el supremo valor de una vida individual. Descansa sobre una visión moral que ve en cada persona un fin en sí misma y -en oposición a la doctrina de la autorrenuncia y el autosacrificio- defiende como principio rector el interés racional por uno mismo.

Cada una de las conductas que acabamos de resumir, es a la vez fuente y manifestación de una buena autoestima -causa y consecuencia de ella-, según el principio de la causalidad recíproca.

Esto proporciona grandes recompensas, pero también exige enfrentar desafíos. Cualquiera que sea el nivel actual de autoestima, y la vida que hayamos creado para reflejarla, quizás se sienta intuitivamente que desarrollar la autoestima es abandonar esa zona confortable y entrar en lo desconocido. "Siempre sobreviene algo de angustia al afectar la transición de un viejo a un nuevo concepto de sí mismo, sin embargo en poco tiempo se siente la comodidad con el nuevo sentido de sí mismo, y la ansiedad desaparece. Es condición esencial para obtener un cambio satisfactorio ser capaz de aceptar cierto grado de desorientación como un aspecto inevitable del crecimiento, y estar dispuesto a tolerarlo hasta que alcancemos un nuevo sentido de lo "normal"" (118).

Por lo tanto, tener una alta autoestima es sentirse con confianza apto para la vida, es decir, capaz y valioso; mientras que tener una autoestima baja es sentirse inepto para la vida, desacertado, no con respecto a esto o aquello, sino desacertado como persona. Tener una autoestima término medio es fluctuar entre sentirse apto e inepto, acertado y desacertado como persona, y manifestar estas incoherencias en la conducta, actuar a veces con sensatez, a veces tontamente, reforzando con ello la inseguridad. Sin embargo la autoestima es siempre una cuestión gradual, no hay nadie que carezca totalmente de autoestima positiva, ni tampoco nadie que no fuera capaz de desarrollarla aún más.

Nathaniel Branden menciona algunos cambios concretos, que se tienen a medida que se crece en autoestima.

- * El rostro, los gestos y la manera de hablar y moverse, tenderán naturalmente a proyectar el placer que le causa estar vivo.
- * En algún momento se notará que se es más capaz de hablar de sus logros o de sus imperfecciones de manera directa y honesta, puesto que mantendrá una buena relación con los hechos.
- * Quizás descubra que se siente más cómodo al dar y recibir elogios, expresiones de afecto, aprecio, etcétera.
- * Tenderá a estar abierto a la crítica y a sentirse bien al reconocer equivocaciones, pues su autoestima no está atada a una imagen de "perfección".
- * Las palabras y movimientos tenderán a ser desenvueltos y espontáneos, ya que no se está en guerra ni consigo mismo ni con los demás.

- * Habrá cada vez más armonía entre lo que se diga y haga, y el aspecto, modo de hablar y de moverse. Habrá mayor congruencia.
- * Se descubrirá que se tiene una actitud cada vez más abierta y curiosa hacia las ideas y experiencias nuevas, las nuevas posibilidades que ofrece la vida, puesto que ésta se ha convertido en una aventura.
- * Los sentimientos de angustia o inseguridad, si se presentan, tendrán menos posibilidades de intimidar o abrumar, ya que manejarlos y elevarse por encima de ellos parecerá más fácil.
- * Es muy probable que se descubra disfrutar de los aspectos risueños de la vida, en uno mismo y en los otros.
- * Será más flexible al responder a situaciones y desafíos, movido por un espíritu de inventiva e incluso una capacidad lúdica, ya que confía en su mente y no ve la vida como una fatalidad o una derrota.
- * Se sentirá más cómodo con una conducta enérgica (aunque no beligerante); será más rápido para defenderse y hablar por sí mismo.
- * Tenderá a preservar la armonía y la dignidad en situaciones de estrés, ya que cada vez le resultará más natural sentirse centrado.

Incluso en el nivel físico pueden producirse cambios notables a medida que se desarrolla la autoconfianza y el autorrespeto:

- * Los ojos se volverán más alertas, brillantes y vivaces.
- * En algún momento el rostro se tornará más relajado y (salvo en caso de enfermedad) tenderá a mostrar un color natural y una buena tonicidad del cutis.
- * Es probable que el mentón adquiera una postura más natural, más en línea con el cuerpo.
- * La mandíbula tenderá a estar más relajada.
- * Las manos tenderán a estar más relajadas, elegantes y tranquilas.
- * Sus brazos tenderán a pender de una forma natural y relajada.

- * La postura tenderá a ser relajada, erecta, bien equilibrada.
- * El modo de caminar será resuelto (sin ser agresivo ni arrogante).
- * La voz tenderá a adquirir modulaciones adecuadas a las diversas situaciones, y su pronunciación será clara.

Lo más probable es que todos estos rasgos, se vayan manifestando poco a poco, cada vez en mayor medida, tanto las características físicas como psicológicas que reflejan a la persona con alta autoestima.

Advertimos que el tema de la relajación se repite una y otra vez, relajarse implica que la persona no se esconde de sí misma, que no está en guerra con quien es, mientras que la tensión crónica transmite un mensaje acerca de alguna especie de autoevitación o autorechazo, algún aspecto de un sí-mismo desestimado o constreñido.

Si la autoestima es el juicio de que soy apto para la vida, la experiencia de mi propia capacidad y valor; si la autoestima es una conciencia que se autoafirma, una mente que se tiene fe, nadie puede generar esta experiencia, salvo uno mismo. Lo trágico es que la mayoría de las personas buscan la autoconfianza y el autorrespeto en todas partes menos dentro de sí mismas, y por ello fracasan en su búsqueda.

El aumento de la autoestima torna las cosas diferentes, cambia la experiencia de estar vivo, cambia la capacidad de amar y ser amado y el enfoque de uno mismo, es también la base de esa serenidad de espíritu que hace posible disfrutar de la vida.

B) AUTORREALIZACION

Para lograr comprender el concepto de autorrealización hemos retomado elementos teóricos de estudiosos al respecto, como son Abraham Maslow, Everett L. Shostrom, Victor Frankl y Carl Rogers, para después elaborar nuestra propia conclusión. Cada uno de estos autores al definir la autorrealización coinciden y difieren en algunos puntos, algunos lo manejan como sinónimo de autoactualización, otros como el estado previo de la trascendencia, e incluso hay quien lo conceptualiza como el resultado de la autotrascendencia.

Abraham Maslow define la autorrealización como "la realización creciente de las potencialidades, las capacidades y los talentos, como cumplimiento de la naturaleza intrínseca

propia y como tendencia constante hacia la unidad, integración o sinergia, dentro de los límites de la misma persona"(119).

También expresa: "Las personas autorrealizadas están sin excepción involucradas en una causa exterior a su propio cuerpo, en algo externo a sí mismos. Están trabajando en aquello que, de alguna manera, les fue señalado por el destino en algo que aman y a lo que dedican su mejor esfuerzo. Todos de una manera o de otra, dedican su vida a la búsqueda de la que he llamado valores del Ser, a los valores últimos que son intrínsecos y no pueden ser reducidos a otra cosa más fundamental"(120).

De acuerdo con Maslow, la autorrealización es el paso previo inmediato a la trascendencia, la cual puede tener distintos significados: Ir más allá, salir de sí mismo, dejar huella, elevarse a una etapa superior, entregarse al amor por la humanidad, identificarse con los valores del ser y trascender las capacidades individuales.

Para Shostrom la autorrealización puede definirse como "un sentido de relación con el mundo basado en una interdependencia genuina, mientras que la psicopatología la define como un intento limitado o distorsionado de autorrealizarse. Cuando una persona autorrealizante puede mantenerse separada y autónoma y al mismo tiempo es capaz de mostrarse rítmicamente amante y enojada, fuerte y débil interpersonalmente, puede evitar el control y la rigidez, lo cual termina en neurosis o psicosis"(121).

Afirma que la gente autorrealizada es capaz de expresar indignación justa o coraje y al mismo tiempo ternura y amor, así mismo es muy competente y fuerte y tiene una aguda conciencia de su propia debilidad o límites personales. Estas conclusiones también han sido verificadas por la investigación hecha sobre el Inventario de Orientación Personal (Shostrom, 1963). "En esta prueba, las personas autorrealizadas se experimentan a sí mismas como capaces de enojarse, de ser amorosos, de ser fuertes y de experimentar la debilidad"(122). Por tanto, las personas de este tipo poseen una respuesta naturalmente rítmica y espontánea a la vida.

También expresa que la conducta humana es motivada por dos procesos: el de sobrevivencia y el de autorrealización. La conducta de sobrevivencia se define como el intento estratégico de enfrentarse al mundo, pero esta conducta es restringida y destruye las relaciones. Por su parte, la conducta autorrealizante se define como una conducta expresiva que es rítmica e incrementa las relaciones.

119 MASLOW ABRAHAM, El hombre autorrealizado

Ed. Kairós, México 1986, pag. 18

120 ROGERS, op.cit. 1972, pag. 52

121 LAFARGA Y GOMEZ, op.cit. VOL.III, pag.77

122 idem. pag.71

En la terapia, según Shostrom, se encuentra un proceso que lleva a la persona de un marco de referencia de sobrevivencia hacia una autorrealizante; gracias a que el terapeuta aprecia la autorrealización incluida en toda conducta de sobrevivencia, y se lo hace saber a la persona.

Para Victor Frankl, la autorrealización es posible en la medida que la persona autotrascienda, es decir, "cuando el individuo, olvidándose de sí mismo se entrega; a partir de este momento su vida cobra significado porque se incrementa su capacidad de amar, de salir fuera de sí, de egocentrismo, y con ello logra trascender las fronteras del individualismo" (123).

"...a los padres les está vedado realizarse en los hijos, solo pueden crear en ellos y con ellos nuevas potencias, solo llegan a posibilitar la autorrealización de sus hijos. Esto no significa que la autorrealización dependa exclusivamente de cada individuo, al contrario, la autorrealización existencial no puede efectuarse sin los demás. Es preciso lanzar puentes de una existencia a otra. La existencia cuando se realiza va más allá de sí misma. Se trata de ese profenómeno existencial que Heidegger llama trascendencia, Jaspers 'comunicación' y Binswanger 'comunidad' de amor. Ese trascender de la existencia nunca se produce en el tiempo, sino más allá del tiempo, en lo atemporal." (124)

La concepción de Carl Rogers de la naturaleza del ser humano indica que este tiene tendencias naturales hacia el desarrollo, la independencia, la armonía, el equilibrio, la autorregulación, el cambio y hacia su más amplia evolución. Rogers contempla al hombre como un ser proactivo, no homeostático, es decir, un ser que está en constante búsqueda y no como un ser que logra el equilibrio y puede permanecer indefinidamente en él.

Rogers describe la autoactualización como la tendencia de activar el organismo. Es la sabiduría orgánica innata que nos mueve a desarrollar nuestras potencialidades. Afirma que "todo organismo está animado por un tendencia inherente a desarrollar toda su potencialidad y a desarrollarla de modo que queden favorecidos su conservación y su enriquecimiento. Esta tendencia actualizante es manifestada por el organismo en su totalidad y únicamente en su totalidad" (125).

Afirma que la persona que funciona plenamente, es la persona que de alguna manera ha conseguido una realización personal, es capaz de experimentar todos sus sentimientos sin miedo a ninguno de ellos; está comprometida en el proceso de ser ella misma; vive el momento actual, el aquí y el ahora, ya que reconoce que es la

123 FRANKL VICTOR, El hombre en busca de sentido

Ed. Herder, Barcelona 1988, pag. 90

124 FRANKL VICTOR, El hombre doliente

Ed. Herder, Barcelona 1987, pag. 141

125 ROGERS, op.cit., 1972, pag. 34

forma de vida más sana; es una persona que funciona completamente, por el conocimiento de sí misma; fluye libremente en y mediante sus experiencias.

La persona que funciona plenamente es capaz de vivir con todos y cada uno de sus sentimientos y reacciones, hace uso de todo su equipo orgánico para sentir, tan exactamente como le sea posible, la situación existencial, reconoce que su organismo total puede ser más sabio que su conciencia; es capaz de confiar en su organismo y en el funcionamiento de éste, no porque sea infalible, sino porque puede reconocer y asumir las consecuencias de cada una de sus acciones y corregirlas si no son satisfactorias.

Rogers expresa que "la persona del mañana será aquella capaz de vivir en un mundo como en el que vivimos, para lo cual se requiere tanto de una mente como de un espíritu jóvenes, y de la potencialidad de autorrealizarse; que viviran en un mundo de energía, un mundo en el que la meta, en su sentido más amplio, es a la vez consciente y creadora de una nueva realidad" (126).

Las características de la persona del mañana que plantea son: Apertura al cambio. Deseo de autenticidad. Apoyo a la ciencia y la tecnología que llevan a la autoconciencia y el autocontrol. Deseo de la armonía integral del ser humano. Deseo de intimidad, comunicación y cercanía. Capacidad de amar. Contacto con la naturaleza y conciencia ecológica. Antiinstitucionalidad. Autoridad interna. Desapego de bienes materiales (ser antes de tener). Tendencia al desarrollo espiritual, a la trascendencia.

Tomando en cuenta los pensamientos de los autores citados, hemos elaborado nuestro propio concepto de autorrealización:

Es la sabiduría orgánica innata que nos mueve a desarrollar nuestras potencialidades, capacidades y talentos. La persona autorrealizada:

- Es capaz de vivir con todos y cada uno de sus sentimientos y reacciones, de expresar indignación o coraje y al mismo tiempo ternura y amor.
- Está comprometida en el proceso de ser ella misma.
- Posee una alta autoestima.
- Vive el aquí y el ahora.
- Es competente y fuerte y tiene conciencia de sus propios límites personales.
- Dedicar su vida a la búsqueda de valores del Ser.

- Reconoce que su organismo total puede ser más sabio que su conciencia.

- Es una persona que funciona completamente, por el conocimiento de sí misma.

En resumen, nos damos cuenta que una persona con tendencia hacia el desarrollo y en búsqueda de la autorrealización, tiene la facilidad de entenderse, de amarse y crear un respeto por su persona, se tiene aceptación y está en constante búsqueda de sí mismo. Por otro lado, solo cuando tengamos un marco de referencia autorrealizante seremos capaces de comprender completamente la conducta humana y poder apreciar la autorrealización y hacerse lo saber a la persona.

El lograr la autorrealización implica poseer una alta autoestima, y la musicoterapia, como un proceso de crecimiento personal, fomenta el logro de ello.

Hasta aquí, hemos desarrollado los elementos principales que Rogers plantea en el Enfoque Centrado en la Persona, tales como el aprendizaje significativo, las actitudes del facilitador, la función del educando en el proceso de enseñanza-aprendizaje, y el logro de la autoestima y la autoaceptación para alcanzar la autorrealización.

Desde el ámbito de la Pedagogía, el Enfoque Centrado en la Persona resulta merecedor de nuestro estudio y atención, ya que es un enfoque más de la forma de aprender a aprender y a enseñar, y es en relación al interés de nuestro tema de tesis, una forma de llevar a la práctica la musicoterapia, a la que hemos denominado Musicoterapia Centrada en la Persona.

En el próximo capítulo desarrollaremos las características que consideramos necesarias para una "Musicoterapia Centrada en la Persona como proceso de formación y de autorrealización". Esta disciplina ha venido gestando sus primeros pasos, sus primeras notas, hace algunos años en México, con un grupo de personas encabezadas por el Dr. Víctor Muñoz Folit, en cuyas ideas hemos basado la propuesta mencionada.

Para determinar las características de la Musicoterapia Centrada en la Persona, se analizará la correlación existente entre los planteamientos de las diversas escuelas de musicoterapia, entre ellas la argentina, la inglesa y la estadounidense y el enfoque Rogeriano analizado en este capítulo. Para tal fin es que se retomaran algunos conceptos propuestos por el Dr. Muñoz, a quien hemos tomado como representante actual de una nueva escuela de musicoterapia, la mexicana.

CAPITULO III

CORRELACION DE LA MUSICOTERAPIA CON LA EDUCACION CENTRADA EN LA PERSONA

3.1. Una sesión de Musicoterapia

3.2. Características del musicoterapeuta

3.3. Análisis de la correlación entre la Musicoterapia y el Enfoque Centrado en la Persona

"Creemos que somos más valiosos cuando el otro aprende de nosotros. Si tenemos esta estructura significa que lo que estamos tratando de enseñar es una idea teórica. En el fondo lo que hacemos es imponer la idea teórica para hacer que adquiera una aparente realidad."

J.Grinberg

3.1. UNA SESION DE MUSICOTERAPIA

La sesión de musicoterapia constituye la parte activa del proceso. Es aquí donde el musicoterapeuta desplegará toda su capacidad de elaboración de los pensamientos no-verbales, sus estrategias para la apertura de canales de comunicación, su comprensión de los niveles regresivos del participante, la ejecución de múltiples formas de expresiones sonoro-musicales y de movimiento que sirvan de estímulo, de respuestas, de ecos, de resonancia, de vibraciones, su capacidad de captación del ISO de cada participante y del grupo, y la habilidad del uso de los objetos intermediarios y objetos integradores.

Hemos considerado necesario explicar el proceso de una sesión de musicoterapia considerando diversos aspectos, como son las etapas, el clima y el instrumental que conforman la sesión de musicoterapia, tratando de acercarnos al desarrollo formativo de esta disciplina.

A) ETAPAS DE LA SESION

Una sesión de musicoterapia, ya sea grupal o individual, pasa por tres etapas, no siempre específicamente regulables.

PRIMERA ETAPA "CALDEAMIENTO-CATARSIS":

Benenzon define el término caldeamiento como "el conjunto de procedimientos que intervienen en la preparación de un organismo para que se encuentre en condiciones óptimas para la acción. Conjuntamente en esta fase existe una descarga tensional simultánea al caldeamiento, por lo cual se le llama de catarsis" (127).

La catarsis se ve altamente favorecida por la presencia del instrumento que permite la canalización de energías físicas y psíquicas contenidas. Benenzon afirma que si no hay posibilidad de catarsis es muy difícil que exista el caldeamiento.

SEGUNDA ETAPA "PERCEPCION Y OBSERVACION DEL ENCUADRE NO-VERBAL":

Imperceptiblemente, a medida que se está dando el caldeamiento, en el musicoterapeuta se produce casi espontáneamente la segunda etapa de la sesión, la cual se circunscribe al momento en que el musicoterapeuta descubre o elabora una hipótesis del ISO complementario del participante.

En esta etapa, el musicoterapeuta percibe la identidad sonora circunstancial que trae el paciente y logra integrarla al ISO gestáltico del participante.

De esta percepción elaborará intuitivamente, favorecido por su intuición y su experiencia, la mejor estrategia para abrir un canal de comunicación en este sentido. "El musicoterapeuta recibirá y será impactado en su propio ISO, como ocurre con todo ser humano, pero de su propio conocimiento de su ISO partirá objetivamente una respuesta que está dirigida al ISO de su paciente, de tal manera que esta respuesta tiene como objetivo el iso del paciente" (128).

Este proceso se puede hacer únicamente en el contexto no-verbal, ya que sólo de esta manera la repetición de los mensajes permite el reconocimiento una y otra vez del mensaje. Esto es muy difícil de lograr en contextos verbales, en donde el simbolismo abstracto de la palabra en general se da una sola vez y, por lo tanto, al reelaborar la respuesta hacia el participante no se puede volver a constatar la diferencia del impacto inconsciente propio. Es justamente lo repetitivo del mensaje no-verbal lo que facilita la apertura de canales de comunicación en musicoterapia. La respuesta reelaborada del musicoterapeuta tiene por objetivo impactar o al ISO complementario o al ISO gestáltico del participante, de donde surgirá con claridad un diálogo entre ambos que clarifica al paciente y reconstruye su dinámica interna.

TERCERA ETAPA "DIALOGO SONORO" :

En esta etapa está ya establecido el diálogo sonoro, está establecido el canal de comunicación y por lo tanto, constituye el climax de la sesión. "Estamos en pleno efecto terapéutico en donde se está dando la reelaboración de pautas dinámicas del psiquismo del paciente, de su interrelación y, por el otro lado, de sensaciones gratificantes" (129).

Es el momento en el que se logra vivenciar actitudes inconscientes que aportarán una riqueza de conocimiento del participante. Esta etapa del diálogo puede darse casi al comienzo de la sesión, sobretodo cuando el musicoterapeuta tiene un conocimiento muy claro del ISO del participante. Otras veces puede suceder que no se de el diálogo sonoro.

128 idem. pag. 126

129 idem. pag. 129

Una sensación de insatisfacción por parte del musicoterapeuta, es una clara muestra de que una sesión terminó sin diálogo sonoro; en contraposición con la sensación gratificante y plena de la sesión que cumplió las tres etapas antedichas.

Una sesión en que se ha logrado el diálogo sonoro es fácil de finalizar, en cambio, cuando no se produce resulta para el musicoterapeuta muy complicado dar término a la sesión.

B) LA CREACION DEL CLIMA

Según el diccionario, clima es el conjunto de condiciones atmosféricas particulares en determinada región. Esta atmósfera particular, este clima es indispensable en el trabajo de la musicoterapia.

El clima se constituye básicamente del ambiente psicológico que se logre, para lo cual es indispensable cuidar el lugar físico, así como las actitudes y circunstancias durante la sesión de musicoterapia.

"Crear un clima adecuado es posibilitar el surgimiento de la espontaneidad. Espontaneidad es aprender a seguir el curso natural, tal como los navegantes aprenden a dejarse llevar por el curso del viento. Espontaneidad versus una arquitectura de la resistencia dada por la cultura"(130).

LAS CONDICIONES FISICAS:

Son de gran ayuda para crear el clima. El lugar debe estar ventilado e iluminado y ser de dimensiones regulares, ni demasiado amplio ni demasiado reducido. Si el salón es muy grande provoca gran dispersión y por consiguiente, la pérdida de la noción del espacio, debido a que el participante cuenta con menos puntos de referencia, dificultando así el contacto con el musicoterapeuta. Si es una sala muy pequeña, impide los desplazamientos o el movimiento.

Un salón con suelo adecuado, de preferencia de madera, para estar en él sin zapatos y poder trabajar con todo el cuerpo, teniendo en cuenta la posibilidad de transmisión de las vibraciones.

Las paredes no deben tener objetos decorativos y deben estar pintadas de un color sedante. Se busca la menor cantidad de estímulos para concentrar todo el trabajo en el aspecto sonoro y de movimiento.

Se sugiere contar con un buen equipo de sonido, luces que permitan diferentes juegos, instrumentos musicales de percusión o de fácil manejo, (incluyendo instrumentos contruidos por el propio grupo, y todo tipo de objetos sonoros caseros), plantas, flores, caracoles y cualquier elemento que nos permita una mínima reconexión con la naturaleza y diferentes sustancias para gustar, oler y tocar.

El lugar de trabajo de musicoterapia debe estar convenientemente aislado de los sonidos exteriores, así como el exterior inmediato debe permanecer aislado de los sonidos del interior.

Con respecto al aislamiento del exterior, permite trabajar con cierta asepsia en lo que se refiere al encuadre no-verbal, ya que cualquier emisión sonora es una perturbación e interceptará la comunicación no-verbal. No obstante, si a pesar del aislamiento llegasen sonidos exteriores, conscientemente percibidos, éstos pueden ser aprovechados e incluidos dentro del contexto de una sesión de musicoterapia (el trinar de un pajar, el ruido de un automóvil, el viento, la lluvia, el trueno, etc.).

Con respecto al aislamiento de lo que ocurre en el interior con el exterior, permite o evita situaciones difíciles de manejar en un contexto terapéutico, y da confianza a los participantes de que sus experiencias serán confidenciales, que ningún ajeno al grupo escuchará sus experiencias.

EL CLIMA PSICOLOGICO :

Además de las condiciones físicas del lugar, existe otro aspecto de gran importancia, el clima psicológico. En este sentido crear un clima es alentar formas no verbales para abrir puertas de lo vivencial y lo experiencial. "Es introducirse en la zona de lo innombrable. Si te pasás todo el tiempo hablando no podéis estar abierto a lo que yo tenga que decir. Estás ajeno, afuera, sin poder atender a los datos de tu percepción de vos y del mundo."(131).

Crear un clima es:

* Crear confianza, elemento indispensable para un nivel de entrega, de un bajar las defensas. Es en estos climas que surgen los descubrimientos científicos y las creaciones artísticas. "Crear un clima es fundir el cuerpo con otro, es prolongar la superficie corporal y, por ende, el interior puede hacerse exterior y viceversa"(132).

* Jugar-creando, es crear-jugando, es crear en el juego. Jugando la mente estará más abierta. Todos los niveles del juego concluyen en la creatividad. Ese niño que todos

131 idem. pag. 99

132 BENENZON R.O., op.cit. pag. 78

tenemos dentro, nos permite jugar, y evitar estar tan solemnes y almidonados. Si algo te "toca" hay dos alternativas: profundizar jugando o ponerse serio y seguir profundizando. El lenguaje también penetra en una zona de capacidades germinativas y posibilidad plurisignificativas.

En resumen, crear un clima es hacer posible las condiciones del crecimiento personal, favoreciendo la canalización y el desarrollo del potencial creativo-estético de cada persona.

C) EL INSTRUMENTAL

Todo elemento capaz de producir un sonido audible o, más aún, que pueda producir un movimiento capaz de ser vivenciado como mensaje, como medio de comunicación, será parte integrante de los elementos técnicos de la musicoterapia. No sólo tendrán importancia los instrumentos musicales, sino también el propio cuerpo, como la voz, las palmas, los muslos, como también la creación de instrumentos por parte del participante.

Benenzon propone la siguiente clasificación del instrumental en musicoterapia:

- a) Instrumentos musicales.
- b) Instrumento corporal.
- c) Instrumentos electrónicos.
- d) La creación instrumental.

Es importante considerar que el instrumento no sólo puede utilizarse como es la costumbre, sino que se debe ensayar en todas sus posibilidades. Por ejemplo la guitarra, no sólo se tocarán las cuerdas, sino también se percutirá la caja.

INSTRUMENTOS MUSICALES PROPIAMENTE DICHOS :

Para que sean de utilidad en musicoterapia deben cumplir con las siguientes características: 1) de simple manejo, 2) de fácil desplazamiento, 3) de gran potencia sonora, 4) que tienda a la expansión y no a la introversión, 5) que sus posibilidades sonoras sean de claras y entendibles estructuras rítmicas melódicas, 6) que su sola presencia sea suficiente estímulo como objeto intermedio.

Un instrumento que cumple con las seis características sería las tumbadoras. Benenzon sugiere que el principio de todo proceso musicoterapéutico se realice con instrumentos de percusión simples y no melódico-armónicos complicados (piano). Las virtudes

musicoterapéuticas de un instrumento se deben en general a su forma y sonoridad.

Se recomiendan instrumentos que además de tener estas características sean versátiles, como pueden ser la panderceta y la pandera, que tienen la virtud de que pueden ser percutidos con distintas partes del cuerpo, palmas, muslos, rodillas, codos, lo que aumenta la dinámica de posibilidades.

Estos instrumentos de percusión más pequeños, en los que se incluyen también los platillos, los chinchines, las campanillas, el triángulo, por su pequeño tamaño y poco peso, favorecen el desplazamiento a través del aire, lo cual estimula el movimiento más estructurado, o sea, el baile y la danza y algunos de ellos, como los platillos, permiten percibir las ondas sonoras en el espacio.

Entre más primitivo sea el instrumento en su construcción y en su material, más cerca estará del ideal musicoterapéutico.

En otro extremo, encontramos instrumentos como el piano o el órgano, que en ellos se encuentran integrados los aspectos rítmicos, melódicos y armónicos, que en determinados momentos se pueden desglosar.

Hay ciertas aplicaciones clínicas que convierten a determinados instrumentos en objeto integrador. Por ejemplo, para el trabajo con sordos o hipoacústicos, el piano puede convertirse en objeto integrador, pues permite que varios participantes coloquen sus manos en la caja del piano, y sentir las vibraciones a través del tacto.

INSTRUMENTO CORPORAL :

El cuerpo humano es el instrumento corporal más completo en todas sus dimensiones. Además es el origen de los instrumentos musicales, ya que estos son simplemente una prolongación del cuerpo humano.

"En el cuerpo humano tenemos implícitos todos los tipos de instrumentos, sin embargo el cuerpo humano no cumple con todas las exigencias de un objeto intermediario. Sabemos que el cuerpo humano puede despertar situaciones y ansiedades de alarma que pueden hacer huir o entrar en pánico a cierto tipo de pacientes. Sin embargo en la aplicación de ciertas neurosis, puede ser un medio directo de desbloqueo" (133).

La utilización debe ser paulatinamente, primero a distancia, evitando el contacto de cuerpo a cuerpo, mediante movimientos rítmicos del mismo participante (palmas, zapateo, etc.). Lentamente se puede palmar sobre la palma de la persona, pero

este contacto debe hacerse con conocimiento de la dinámica del participante.

De todos los fenómenos sonoros del cuerpo humano, el más profundo lo constituyen la voz y el canto. Son los elementos más regresivos y resonantes, y por tal motivo deben ser usados con mucho cuidado. La voz y el canto están muy ligados al ISO del musicoterapeuta y son una pantalla masiva de proyección de las manifestaciones no-verbales del participante en su evolución.

INSTRUMENTOS ELECTRONICOS :

Son de gran utilidad para reproducir la música necesaria, los sonidos y fenómenos acústicos que el terapeuta y los participantes requieren.

No debe abusarse de su utilización. En algunos casos, estos instrumentos representan simbolismos muy particulares para cada paciente, y por lo tanto es delicado desde su colocación en el salón, hasta su utilización.

LA CREACION INSTRUMENTAL :

En esta clasificación se encuentran exclusivamente los instrumentos creados, improvisados y fabricados por los participantes o por el musicoterapeuta.

Estos instrumentos tienen gran poder intermediario y fácilmente se pueden convertir en un objeto integrador dentro de un grupo.

Su importancia deriva del hecho de estar muy ligado al ISO del participante o del musicoterapeuta, según quien lo haya fabricado. Con el instrumental creado se enriquece notablemente la comunicación.

"Si el musicoterapeuta conoce y tiene clarificado su propio ISO, es capaz de crear un instrumento acorde al ISO de su paciente, lo cual significa que habrá creado un objeto intermediario óptimo para la comunicación"(134).

Por último, consideramos necesario aclarar que en una sesión de musicoterapia se puede o no utilizar todo el instrumental mencionado, es decir, que habrá sesiones por ejemplo en las que solo se utilice el instrumental corporal. Es responsabilidad del musicoterapeuta la elección adecuada del instrumental, de acuerdo a las necesidades de su grupo.

"El amor acompaña a la existencia. Es imposible concebir a la una sin el otro. Toda la existencia es amor. Si no amamos, no dejamos que el amor se exteriorice, éste emerge en forma de autodestrucción. Es preciso que corramos riesgos. En la música como en cualquier experiencia vital y esencial, existirán escollos y desventuras como resultados de estos riesgos, pero a la larga estas experiencias de amor nos enriquecerán"

C. Fregtman.

3.2. CARACTERISTICAS DEL MUSICOTERAPEUTA.

El musicoterapeuta se va formando a lo largo de los años, y debe tener una formación específica. En el territorio de la musicoterapia, cada sesión es un nuevo encuentro, cada sesión es "la sesión", el momento presente. El musicoterapeuta debe estar consciente de que su grupo o su paciente tienen necesidades particulares cada sesión, y debe por tanto estar preparado para ello.

La sesión de musicoterapia puede ser individual o grupal, en este último caso, se recomienda la participación de un coterapeuta, quien debe también tener las características y preparación adecuadas.

Los principales teóricos de la musicoterapia son: en Argentina, Rolando Benenson y Carlos Fregtman; en Inglaterra, Juliette Alvin; y en Estados Unidos, Gastón Thayer y Donald E. Michel. Cada escuela tiene su propio enfoque, que así como coinciden en algunos puntos, difieren en otros. Mencionaremos las características del musicoterapeuta que cada escuela considera primordialmente necesarias.

CARLOS FREGTMAN (ARGENTINO) expone que el musicoterapeuta, antetodo debe ser flexible. "Todo ser humano que desarrolle una actividad en relación con otros semejantes, debe encontrarse en condiciones de pasar de una posición de inestabilidad a otra con gran flexibilidad. Aunque sople mucho viento, el árbol flexible se dobla pero no se quiebra. La rigidez es sinónimo de muerte" (125).

125 FREGTMAN C.D., op.cit. 1985, pag. 181

Fregtman nos habla de algunos elementos del musicoterapeuta. Poéticamente, casi musicalmente, explica la flexibilidad y el cambio, el aprender-desaprender, la seguridad, las herramientas y las técnicas, la intuición y la salud holística. En seguida haremos un resumen de estos elementos.

Flexibilidad y cambio

El componente fundamental de nuestra flexibilidad radica en el cuestionamiento y revisión de nuestras series de ideas. Generalmente después de tanto repetir la idea, se convierte en hábito, en premisas prácticamente inamovibles.-

Las técnicas y las teorías son a la larga sencillas de aprender, lo fundamental está en la forma en que el musicoterapeuta se acerca y vincula. Alguien abierto, en expansión, debe tomar conocimiento de todo lo que se cruza en su camino, ya sea positivo o negativo.

"No conozco recetas o técnicas, para especialistas, ni definiciones rigurosas. Reflexiono acerca de temas que me preocupan como hombre actual, y lo hago en esta ocasión, repensando mi camino como musicoterapeuta, mi oficio, mi taq."(136). El musicoterapeuta debe ser receptivo y flexible frente al medio, a él mismo.

Ser un terapeuta flexible, es aceptar la convivencia de lo constante y el cambio. Aprendemos de nuestras equivocaciones, y entre más exploramos -dentro y fuera-, más errores cometemos, pero mayor es nuestro aprendizaje.

"Si nos mantenemos abiertos y flexibles, una palabra o un sonido son suficientes, de otro modo, mil explicaciones no alcanzan"(137).

Seguridad:

El musicoterapeuta debe llevar la seguridad dentro de sí, y no en títulos, ropajes, jerarquías o roles. "Cuando nos sentimos seguros y centrados, no necesitamos alardear de nuestra "seguridad" simplemente surgirá en nuestro propio cuerpo, en las palabras o en la música de la voz"(138).

Aprender o desaprender:

Es importante no interrumpir el flujo constante de desaprendizaje-aprendizaje. El desaprendizaje, el desandar el camino, es el paso más difícil, ya que al desaprender no perdemos lo que sabemos, sino formamos un espacio para adquirir nuevos conocimientos.

136 idem. pag. 182

137 idem. pag. 183

138 idem. pag. 186

Herramientas y técnicas :

Las herramientas de un musicoterapeuta son muchas y valiosas, pero de nada valen cuando estas son usadas sin entenderlas. "Cuando la persona inadecuada usa los medios adecuados, estos medios adecuados actúan inadecuadamente" (139). La herramienta más vital para todo musicoterapeuta, es su propia persona, su cuerpo en acción, su organismo como operador y catalizador de mensajes y frecuencias diversas. Su experiencia de vida.

En musicoterapia, como en todo enfoque terapéutico, existen una serie de técnicas de aproximación específicas, y en la musicoterapia se utiliza el sonido y el movimiento expresivo, como modo de relación interpersonal: improvisaciones con instrumentos, juegos sonoros, sonodramatizaciones, exploración de sonidos, y todas las técnicas que la imaginación conciba. Pero lo importante y creativo no reside en la aplicación de estos recursos, sino en los espacios de elaboración entre una y otra consigna, es decir, el significado y elaboración no está en las cosas, sino en el espacio entre ellas, es creación continua.

Intuición:

En el campo del sonido y el movimiento, tan cercano a la situación lúdica, la experiencia y la lógica no siempre nos ayudan. Solo la intuición y la gran resolución (y no siempre). "La percepción sensorial nos señala que algo existe, el pensamiento nos dice lo que es, el sentimiento nos dice si es agradable o no, y la intuición nos dice de dónde viene y hacia dónde va" (140).

Salud holística:

Acerca de la salud, Fregtman tiene un enfoque holístico, pues contempla a la persona integralmente, en vez de enfocarse a síntomas particulares. Casi no existen terapeutas expertos en todos los ámbitos, pero un terapeuta flexible, además de interpretar las fantasías y los sueños o intentar quebrar una coraza caracterial, puede sugerir a su paciente una dieta o iniciarlo en los caminos de una práctica de meditación.

Para un terapeuta flexible, el conocimiento de otras culturas, ayuda a comprender la propia, otorgándole un grado mayor de objetividad. Existen en otras culturas ciertas disciplinas que contienen elementos en común con la musicoterapia; comprender sus métodos, objetivos y principios nos brinda una perspectiva holística de nuestra actividad.

Es posible que el esfuerzo de integración de las diferentes psicologías -occidentales y orientales- genere resoluciones,

139 idem. pag. 186

140 idem. pag. 189

formulaciones, paradigmas o imágenes del mundo de un orden superior, con una posibilidad mayor de comprensión de los estados de conciencia y sus realidades dependientes.

ROLANDO BENENZON (ARGENTINO) expresa que el musicoterapeuta no es un psicólogo ni músico ni médico, ya que cada uno de estos tiene su respectiva forma de abordar los problemas. Propone que la musicoterapia se de inmersa en un trabajo interdisciplinario bajo el auspicio de alguna institución médica.

"Debe ser ante todo -antes que músico- terapeuta, con un gran conocimiento teórico y práctico de la utilización del complejo mundo sonoro, musical, y del movimiento".(141) Un músico exigiria más la composición, el ritmo, la armonía, mientras que el musicoterapeuta fusiona la música y la terapia.

El musicoterapeuta trabaja con la expresión, percepción y comprensión de todos los fenómenos dinámicos psíquicos, en un contexto no-verbal, a diferencia del psicólogo, quien se interrelaciona e interpreta verbalmente.

El musicoterapeuta no receta medicamentos, a diferencia del médico, sin embargo debe tener suficientes conocimientos de medicina como anatomía, fisiología, neurología, etc. que le serán de utilidad en el tratamiento de algunos pacientes.

Benenzon enfoca la musicoterapia más hacia el campo médico-terapéutico, incluso psiquiátrico, sin dejar de contemplar la musicoterapia didáctica, como él mismo le llama.

Afirma que todo musicoterapeuta debe haber vivenciado la experiencia de la musicoterapia. Dice que el musicoterapeuta necesita dos actitudes técnicas:

- Introducirse en el mismo ritmo del paciente, siguiéndolo y observando hacia dónde se dirige, hasta descubrir la característica esencial de ese ritmo, que en ese paciente podríamos llamar su "ritmo patológico"(142).

- Alejarse rítmicamente llegando a encontrar el polo opuesto de su ritmo e incluso alejarse físicamente con el instrumento, a fin de hacer visualizar y percibir la propia sensación de aislamiento y abandono.

141 BENENZON R.O., op.cit., pag. 92

142 Benenzon le denomina "ritmo patológico" debido a su enfoque médico-terapéutico, a nosotros nos gustaría llamarle "ritmo personal".

Además de estas actitudes, considera que el musicoterapeuta debe contemplar los puntos que se mencionan enseguida.

- Dar las consignas o instrucciones a través de un sistema no-verbal o incluso actuadas.

- Tener una infinita paciencia, pues lo común es que el paciente, en el proceso no-verbal, repetirá muchas veces una misma forma de expresión hasta ser entendida.

- Usar la vestimenta y el calzado adecuado para permitir trabajos con movimientos corporales extremos.

- Utilizar los instrumentos adecuados de acuerdo al momento de la sesión de musicoterapia, y procurar dar las indicaciones necesarias para su uso, esto evitará que se maltraten los instrumentos.

JULIETTE ALVIN, (INGLESA) por su parte manifiesta que el musicoterapeuta requiere de una personalidad adecuada. Para ello menciona ciertas características, entre ellas "...la personalidad estable y madura, la capacidad de comunicarse, de compartir y de observar, de demostrar cálida simpatía y comprensión sin llegar al compromiso emocional, tener sentido del humor, y ser tolerante con lo que ocurra, cualquier cosa que sea"(143).

A diferencia de Benenzon, Alvin sugiere que el musicoterapeuta sea de preferencia músico, con el objeto de obtener éxito profesional en manos musicales expertas. Propone que a través de un adiestramiento específico se haga del músico un terapeuta.

DONALD E. MICHEL (NORTEAMERICANO) manifiesta que las actitudes del musicoterapeuta son la clave del trabajo de éste. Propone dos actitudes básicas, la primera es la voluntad para aprender y aceptar la responsabilidad de su profesión, la segunda es la actitud de responsabilidad por seguir aprendiendo día a día, para desarrollar en él mismo la "actitud científica", la cual debe ser cultivada con una "apertura de criterio" acerca del mundo y de sí-mismo así como de las técnicas y métodos terapéuticos, es decir, la voluntad de aceptar los cambios naturales de la naturaleza o el cambio de los hechos "científicos". El musicoterapeuta debe estar preparado para aceptar el cambio y para cambiar sus propios conceptos.

Las actitudes forman una especie de tendencia, una inclinación de reaccionar de cierta manera predecible cuando cierto estímulo se presenta. Las actitudes pueden cambiar, pero algunas están basadas en la "fe". Es importante que el musicoterapeuta tenga raíces en la fe o en conceptos antes que el pueda desafiarlas, por tanto, para el musicoterapeuta debe ser primordial tener fe en su propio trabajo. Michel sugiere un "Credo del musicoterapeuta":

"Creo en la musicoterapia porque creo en la música como una herramienta efectiva, comunicativa y terapéutica, y como una parte importante y necesaria de la vida de todo hombre. Creo en la musicoterapia porque creo en la terapia, que gente enferma debe ser ayudada. Creo en la musicoterapia porque creo que en la "esencia de la vida" está la contribución que yo puedo hacer y que mi profesión me proporciona un único y maravilloso significado para hacer tal contribución." (144)

Como vemos, cada escuela propone diferentes enfoques y perfiles del musicoterapeuta, unas abarcan el aspecto práctico, otras la currícula que consideran necesaria y otras el desarrollo de la espiritualidad. Sin dejar de tomar en cuenta los estudios de los autores citados, y la experiencia de un pequeño grupo de personas en México que se han dedicado a gestar la escuela mexicana de musicoterapia.

En el inciso siguiente realizaremos nuestra propuesta de "Musicoterapia centrada en la persona", para la cual retomamos el enfoque de Carl Rogers respecto al proceso terapéutico y educativo, al cual se le denomina "Educación centrada en la persona". Es desde esta perspectiva que el pedagogo tiene factibilidad de acercarse a la musicoterapia, dando a ésta el carácter formativo que proponemos.

144 MICHEL DONALD E., Music Therapy.
Ed. Charles C. Thomas, U.S.A. 1976, PAG. 96

"Si puedo crear un cierto tipo de relación, la otra persona descubrirá en sí mismo su capacidad de utilizarla para su propia maduración y de esa manera se producirán el cambio y el desarrollo individual."

C. Rogers

3.3. ANALISIS DE LA RELACION ENTRE MUSICOTERAPIA Y EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA.

Es el momento de mostrar con esta investigación, lo específico de la contribución de la musicoterapia al desarrollo integral del ser humano, por tanto al campo de la formación. Nuestro objetivo final es señalar el puente que hacen de la tarea de la musicoterapia un ladrillo del edificio común, de la formación para el desarrollo pleno de una persona.

La musicoterapia se ha utilizado con mucha más frecuencia en el campo médico con pacientes psicóticos, para llevar de la locura a la cura. Recordamos que el método de María Montessori fue creado para niños con problemas, y que al ser adaptado para niños sanos ha sido un método con resultados excelentes. Así también, nuestra propuesta se refiere a que la musicoterapia puede ser aplicada con personas sanas, como un camino más, como parte de un proceso de formación del hombre.

A través de actitudes adecuadas por parte del facilitador, la musicoterapia dejaría de ser una disciplina meramente médica, para convertirse en una de tipo formativo, que promueva el aprendizaje significativo, la autoestima, el desarrollo de potencialidades en el ser humano y la autorrealización.

El uso de la música como agente curativo es casi tan antiguo como la música misma; el poder de los sonidos sobre el comportamiento de los seres vivos es conocido desde los orígenes de la humanidad. La música y el sonido-ser humano se relacionan íntimamente. Puede decirse que el primer postulado de la musicoterapia es la acción de la música sobre los seres vivos.

"La musicoterapia es uno de los caminos más potentes para llegar al interior de cualquier ser humano, es uno de los caminos más fuertes para llegar al contacto con uno mismo. La musicoterapia es la relación que existe entre los sonidos y el ser humano, hablando del ser humano desde un punto de vista holístico, un ser humano con una vertiente de cuerpo, una vertiente de emoción, otra de mente y otra de energía y espíritu. La musicoterapia es todas estas posibilidades de sonido que tienen influencia en estas áreas del ser humano" (145).

145 SOTO EDUARDO, Entrevista realizada al Dr. Víctor Muñoz Polit.

La música es una experiencia totalizadora que rescata la historia del individuo y de la sociedad. Integrar la música a la terapia es integrar el cuerpo, porque la música se hace, dice, toca y canta como manifestación corporal. Es ir en busca del cuerpo, de gestos, posturas y estilos, como engarce del proceso de formación de un individuo, que es decir la historia de un individuo, la historia de su familia y su medio ambiente.

A) LA MUSICOTERAPIA Y EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA

La musicoterapia no es un método educativo musical, pero si es una forma en la que la persona puede desarrollar potencialidades creativas y probablemente musicales, además de encontrar una forma de expresión y autoconocimiento. Una sesión de musicoterapia, pretende que la persona pueda conocer y vencer sus limitaciones, creadas en más de una vez, por la educación escolar recibida.

Para lograr esto, proponemos que se utilice una "Musicoterapia Centrada en la Persona" con las características que propone Rogers, principalmente en cuanto al facilitador, ya que consideramos que sólo a través de las actitudes de empatía, congruencia y aceptación se puede promover el aprendizaje significativo, la creatividad y el desarrollo pleno de la persona.

Nuestra propuesta de "Musicoterapia Centrada en la Persona, como proceso de formación y de autorrealización", en México se ha empezado a gestar a través del trabajo realizado por un pequeño grupo de personas, entre ellos el Dr. Víctor Muñoz Polit, de quien exponemos algunas de sus ideas, llevadas a la práctica por el mismo.

Víctor Muñoz nos dice: "Las actitudes con las que trabajo como musicoterapeuta son desde un contexto humanista, no puedo concebir una musicoterapia sin ellas y me parece que es el fundamento de nuestro trabajo terapéutico. Y cuando estoy hablando de una corriente humanista estoy hablando de lo que Rogers, Maslow y algunos otros autores han dejado dentro de mi propio crecimiento personal y desarrollo profesional"(146).

De acuerdo con el Dr. Víctor Muñoz, las habilidades que un musicoterapeuta humanista necesita son:

- Escuchar al otro; no sabemos escucharlo y por escuchar nos referimos a escuchar no sólo su contenido verbal, sino su contenido no verbal, desde su tono de voz, sus movimientos corporales, su lectura corporal, sus

inflexiones, sus ritmos, sus pausas, sus altibajos, escuchar a la persona entera, en sí escucharla holísticamente.

- Reflejar y acompañar; hacerle sentir al otro como es escuchado, hacerle ver al otro cómo se le entiende empáticamente. Dentro de la musicoterapia esto se puede hacer tanto verbalmente como a través de expresión corporal o sonidos, es decir, se puede acompañar cualquier tipo de sentimiento emitiendo un sonido, poniendo una música en especial, tocando algún instrumento, cantando, los cuales son habilidades fundamentales en un musicoterapeuta, el acompañar al otro y hacérselo sentir.

- Descubrir el ISO de la persona o cliente, el ISO es una serie de características personales o grupales, como arquetipos sonoros, como historia sonora del nacimiento, de la gestación, de la infancia y toda la historia sonora que conforman un ISO, que conforman como un sonido que lleva la persona dentro de sí. Cuando se descubre el ISO de una persona, se puede empatizar con su ISO y entonces se genera una comunicación que se convierte en diálogo sonoro, en un diálogo musical entre el participante y el musicoterapeuta.

- Flexibilidad, tener la posibilidad de poder cambiar hacia otros rumbos con respeto y con aceptación de la persona. Donde la gente quiera irse, seguirla. Es la habilidad de seguir a una persona por sus diferentes manifestaciones verbales y no verbales.

- Directividad y no-directividad, un musicoterapeuta debe tener la actitud no directiva, pero en los momentos donde es importante llevar la energía hacia algún lugar la actitud directiva. La presencia y el manejo energético del musicoterapeuta son esenciales, ya que este necesita tener la suficiente fuerza para estar en su centro y para en algún momento dejarse llevar por la dirección de los centros de los diferentes participantes y también en algún momento, en la línea de Castaneda, llevar al grupo hacia algún lugar de fuerza de energía, de potencia.

- Desarrollo personal. Cualquier gente que ha invertido mucho tiempo en su autoconocimiento y autodesarrollo personal, es una gente con personalidad terapéutica, es decir, más allá de las habilidades técnicas es un ser humano que por ser como es, por el manejo de su presencia es una gente que ya actúa terapéuticamente. Nos referimos por desarrollo personal del musicoterapeuta al desarrollo integral: físico, mental, emocional y espiritual.

- Tendencia hacia la espiritualidad. El manejo de la musicoterapia tiene mucho la tendencia hacia lo espiritual. Quien no cree en la espiritualidad y en la energía, nos parece que está limitado en el manejo de la musicoterapia.

- Tener experiencia con pacientes o con el manejo de grupos. Nos parece que el orientador es uno de los perfiles más adecuados, con un buen conocimiento del desarrollo humano, de las psicopatologías, de las corrientes humanistas así como de las corporales, gestalt, psicodanza, y psicología transpersonal. Otros buenos perfiles son el psicólogo, el pedagogo o el médico con preparación y experiencia terapéutica y de preferencia humanistas.

Con base en las características de una sesión de musicoterapia y en la propuesta de Rogers, las actitudes que requiere un musicoterapeuta centrado en la persona son cuatro principalmente:

- 1) Un profundo respeto, en la musicoterapia se refiere al respeto en su ritmo, en su caminar, respetar su momento y no querer intervenir en sus propios niveles de darse cuenta, "yo no puedo hacer ver algo a una persona que ella no puede ver en ese momento".

También el respeto lo entendemos como una manera de manifestarle nuestra percepción. Aunque parezca opuesto a lo anterior, la confrontación es importante, pero la confrontación en su momento, cuando la persona lo puede escuchar. En esta dualidad entendemos el respeto.

- 2) La aceptación de la persona -cliente- que esta enfrente. Es difícil llegar a la aceptación incondicional, por nuestras propias limitantes como seres humanos, pero hacia ese lugar quiero tender y quisiera que la corriente que estamos generando ahora en México tendiera hacia la aceptación del ser humano que está enfrente con todas sus características.

- 3) La empatía, es mirar el mundo desde el marco de referencia del otro, es decir, yo me salgo de mi marco de referencia por un instante para meterme y mirar desde los zapatos del otro, sus sufrimientos, su dolor, su alegría, sus éxitos, sus fracasos, para después volver a mi propio marco de referencia y no quedarme en su marco, pues esto sería identificarme con él y no poderle ayudar.

La empatía es muy necesaria en la musicoterapia cuando se quiere empatizar con un sonido, tenemos que contactar con ese sentimiento, con esa emoción, para que pueda emitir ese sonido y acompañar sonoramente con nuestra voz o con algún instrumento, lo que la persona está viviendo en ese momento, la empatía con el sonido es un trabajo hermoso.

- 4) La congruencia, la propia congruencia es no dejar de ser un ser humano como terapeuta, no dejar de sentir, no dejar de emocionarme ante diferentes expresiones de otros, lo cual me emociona, pensar cuando la gente expresa su dolor desde lo más profundo, hasta cuando un grupo de personas

se reúnen a cantarle a Dios o cantarle a lo más profundo de su ser y creo que parte de todo lo que hemos creado en musicoterapia ha sido dejar fluir la congruencia en los momentos que están saliendo las cosas.

De pronto una sesión de musicoterapia se convierte en una sesión de creatividad, a partir de la congruencia del grupo y de la congruencia del terapeuta, de hacer y moverse hacia los lugares donde intuitivamente es necesario que se mueva, por las necesidades energéticas o emocionales de los participantes. "De pronto me doy cuenta que tenemos preparado un ejercicio para cierto momento, y que cambiamos todo porque el grupo lo pedía, a veces lo pide sin pedir objetivamente".

Nos damos cuenta que la "Musicoterapia Centrada en la Persona" es una articulación entre los contenidos y características de la musicoterapia con los del enfoque de Carl Rogers. En este sentido, el enfoque formativo y de desarrollo que imprime el Enfoque Centrado en la Persona a la Musicoterapia, es el elemento principal que al pedagogo le toca vigilar.

B) LA MUSICOTERAPIA Y LA AUTOESTIMA Y AUTORREALIZACION

Nuestras respuestas ante diversos acontecimientos dependen de quiénes y qué pensamos que somos, por lo tanto la autoestima es la clave para comprendernos y comprender a los demás, también es la clave del éxito o del fracaso.

Una de las tareas del pedagogo es el desarrollo personal de la gente con la que se interrelaciona, para el cual el desarrollo de una alta autoestima tanto en el mismo como en las personas con las que trabaja es indispensable.

Generalmente la persona con una alta autoestima es capaz de autorrealizarse. La persona autorrealizada es capaz de vivir plenamente y de trascender. Fomentar la autoestima y lograr la autorrealización, es el objetivo de todo proceso de crecimiento personal, por lo tanto del pedagogo, incluyendo su labor en la musicoterapia centrada en la persona.

La autoestima tiene dos componentes: un sentimiento de capacidad personal y un sentimiento de valor personal, en otras palabras, la autoestima es la suma de la aceptación, la confianza y el respeto por sí mismo.

Aceptarnos a nosotros mismos no significa carecer del afán de cambiar, mejorar o evolucionar. Lo cierto es que la autoaceptación es la condición previa del cambio. Si aceptamos lo que sentimos y lo que somos, en cualquier momento de nuestra existencia, podemos percatarnos plenamente de la naturaleza de nuestras elecciones y acciones, y nuestro desarrollo no se

bloquea. En musicoterapia se refiere a la aceptación de nuestra pulsación vital y de nuestro ISD, así como del aquí y ahora que estamos viviendo.

Lograr esto proporciona grandes recompensas, pero también exige enfrentar desafíos, quizás desarrollar la autoestima y la autoaceptación es abandonar esa zona confortable y entrar en lo desconocido.

La autoestima es siempre una cuestión gradual, no hay nadie que carezca totalmente de autoestima positiva, ni tampoco nadie que no fuera capaz de desarrollarla aún más.

Nadie puede generar la experiencia de la autoestima salvo uno mismo. El aumento de la autoestima torna las cosas diferentes, cambia la experiencia de estar vivo, cambia la capacidad de amar y ser amado y el enfoque de uno mismo, es también la base de esa serenidad de espíritu que hace posible disfrutar de la vida.

La autorrealización es la sabiduría orgánica innata que nos mueve a desarrollar nuestras potencialidades, capacidades y talentos. La persona autorrealizada:

- Es capaz de vivir con todos y cada uno de sus sentimientos y reacciones, de expresar indignación o coraje y al mismo tiempo ternura y amor.
- Está comprometida en el proceso de ser ella misma.
- Posee una alta autoestima.
- Vive el aquí y el ahora.
- Es competente y fuerte y tiene conciencia de sus propios límites personales.
- Dedica su vida a la búsqueda de valores del Ser.
- Reconoce que su organismo total puede ser más sabio que su conciencia.
- Es una persona que funciona completamente, por el conocimiento de sí misma.

En resumen, nos damos cuenta que una persona con tendencia hacia el desarrollo y en búsqueda de la autorrealización, tiene la facilidad de entenderse, de amarse y crear un respeto por su persona, se tiene aceptación y está en constante búsqueda de sí mismo. Por otro lado, sólo cuando tengamos un marco de referencia autorrealizante seremos capaces de comprender completamente la

conducta humana y poder apreciar la autorrealización y hacérselo saber a la persona.

El lograr la autorrealización implica poseer una alta autoestima, y la musicoterapia, como un proceso de crecimiento personal fomenta el logro de ello, al promover el desarrollo de las potencialidades de la persona, tales como la creatividad, el autoconcepto, el afecto, etc.

El Dr. Víctor Muñoz nos dice que la musicoterapia a través del sonido, del movimiento y del contacto cercano con otras personas, logra incrementar la autoestima de las siguientes maneras:

- Las actitudes del facilitador (aceptación, empatía, respeto y congruencia), promueven el contacto con el sí mismo a través del sonido.
- Los sonidos producidos por la persona promueven un encuentro con otra forma de relacionarse y de expresarse, esto a su vez lleva a sentirse mejor comunicados y por tanto más queridos.
- El encuentro con partes creativas personales, conocidas o desconocidas, incrementa el autoconocimiento y el autoconcepto.
- Se intensifica el contacto con el sí mismo, con sentimientos y emociones como pueden ser la tristeza, la alegría, la rabia, el amor, etc.
- Se promueve la posibilidad de expresar afecto y de ser retroalimentados, así como al establecer lazos afectivos entre los participantes y los facilitadores.
- Se contacta con partes de fortaleza propia, que promueven el sentirse más valioso.
- Se pueden llegar a producir catarsis emocionales, que funcionan como una limpieza interior y que permiten observar desde otra perspectiva el mundo y a uno mismo dentro de ese mundo, dando una sensación de liberación de antiguas energías y dando lugar a nuevas, por tanto dando lugar a una mejor autoestima. "Dentro de cada lágrima está contenida en su interior una esperanza".

Es a través del sonido y del movimiento que la musicoterapia logra la mayoría de sus objetivos, y es el Enfoque Centrado en la Persona el que le da sentido humano. El pedagogo tiene como tarea vigilar este sentido para promover el incremento de la autoestima y por ende de la autorrealización de las personas.

C) LA MUSICOTERAPIA Y EL APRENDIZAJE SIGNIFICATIVO

Algunas acciones del pedagogo están orientadas hacia el aprendizaje, y ya que la musicoterapia centrada en la persona tiene como finalidad el logro de aprendizajes significativos, el pedagogo tiene una tarea importante en este campo.

El aprendizaje significativo consiste en asimilar uno mismo lo aprendido, hacerlo propio. Cuando el aprendizaje tiene significado para la persona, se integra a ella, por lo tanto, no se olvida y puede aplicarse prácticamente en la vida diaria.

Consideramos que la musicoterapia promueve las condiciones necesarias para lograr este tipo de aprendizaje, ya que implica un contenido afectivo. Como hemos afirmado, para que se dé este tipo de aprendizaje, es necesario tomar en cuenta no sólo el contenido, sino también el funcionamiento integral de la persona y desde luego propiciar un medio ambiente favorable.

Al realizar un análisis de las características de las condiciones tanto del aprendizaje significativo como de la musicoterapia, nos parece que no hay diferencia entre ambos. Las características a las que nos referimos son las siguientes:

1. Incluye a toda la persona.
2. La búsqueda y la curiosidad surgen naturalmente.
3. La comprensión y el descubrimiento son experiencias internas.
4. El cambio es en la percepción y puede modificar actitudes, valores, conductas e incluso personalidad de quien aprende.
5. La persona hace parte de sí misma lo aprendido, es decir, puede disponer de ello en cualquier momento.
6. La persona es la única que puede evaluar lo significativo de su aprendizaje.

Para obtener el aprendizaje significativo, se requiere como es lógico suponer, algunas condiciones y actitudes tanto de parte del educador, como de los educandos. Con base en la hipótesis de que no se puede enseñar a nadie directamente, sino sólo facilitar el aprendizaje. Nuevamente nos percatamos que estas condiciones se promueven también en la musicoterapia:

Congruencia, Aceptación, y Empatía: Condiciones indispensables en el facilitador, y que se pretenden lograr en el educando, para lograr el aprendizaje significativo. Estas condiciones las hemos explicado en relación a la musicoterapia anteriormente.

Contacto real con problemas importantes: la persona está en contacto real con los intereses, las inquietudes y los problemas importantes de su existencia, de tal forma que percibe todo

aquello que resuelva su problema existencial. "El aprendizaje significativo o trascendente se produce con mayor facilidad cuando el individuo se enfrenta a situaciones problemáticas" (147).

Provisión de recursos. Los recursos son la materia prima del aprendizaje significativo, que puede ofrecerse al estudiante: técnicas, teorías, libros, viajes, música, instrumentos musicales, etc. Es importante que los alumnos tengan libertad para elegir libremente los recursos que deseen utilizar.

En resumen, el aprendizaje significativo se dará en la musicoterapia, siempre y cuando exista una atención real a la persona, a su individualidad, a su propio proceso y desarrollo. El trabajo en equipo es una herramienta importante, ya que en él se da la libertad para participar y comprometerse en la elaboración de las normas, los objetivos, las estructuras y las actividades, debido a que estas serán significativas si están basadas en los intereses y las necesidades de los miembros del grupo.

Por otro lado, al realizar el análisis de los objetivos del aprendizaje significativo y de la musicoterapia, encontramos también la relación tan similar como en los aspectos anteriormente analizados:

1. Ayudar al individuo a convertirse en persona capaz de tener iniciativas propias y de ser responsable de sus acciones.
2. Facilitar la independencia y autonomía de la persona. Que ésta desarrolle la capacidad de elegir, tomar decisiones y de autodirigirse inteligentemente.
3. Que la persona aprenda a aprender.
4. Que los individuos aprendan a buscar nuevas soluciones a los problemas de su vida diaria, utilizando sus experiencias en forma libre y creadora.
5. Que las personas sean capaces de adaptarse flexible e inteligentemente a situaciones y problemas nuevos.
6. Que los individuos aprendan a vivir en armonía y colaboren con los demás en forma eficaz.
7. Que las personas desarrollen un juicio crítico que les permita evaluar objetivamente las contribuciones de los demás.

147 ROGERS, op.cit. 1978, pag.153

8. Que todos trabajen no con el fin de lograr la aprobación de los demás, sino en términos de sus propios objetivos socializados.

El único proceso válido para la formación es el cambio y la confianza en el proceso y no en el conocimiento estático. La facilitación del aprendizaje es el objetivo de la educación, así como de la musicoterapia, son un modo de formar al hombre que aprende a vivir como individuo en evolución, como persona plena. El propósito de éstas debe ser la facilitación de cambio y el aprendizaje.

D) PAPEL DEL FACILITADOR Y DEL CLIENTE EN LA MUSICOTERAPIA

Hasta aquí hemos analizado la relación de la musicoterapia con las actitudes del facilitador y el aprendizaje significativo. Ahora nos avocaremos al análisis del papel y las funciones que desempeñan tanto el facilitador como el estudiante o cliente dentro de la MUSICOTERAPIA CENTRADA EN LA PERSONA.

Reiteramos que las cualidades que el facilitador debe tener para lograr el aprendizaje significativo mediante la facilitación del mismo son: CONGRUENCIA, ACEPTACION Y EMPATIA; las cuales Rogers considera básicas.

El musicoterapeuta centrado en la persona, además de las actitudes ya mencionadas, si desea lograr el aprendizaje significativo con las personas que trabaja, puede considerar las siguientes características:

1. Presentar con claridad el tipo de aprendizaje que se pretende promover y la confianza en el grupo. Establecer el ambiente adecuado para facilitar el aprendizaje significativo.
2. Facilitar la identificación de expectativas y finalidades de los miembros del grupo. Ayudar en la elaboración de objetivos personales y grupales.
3. Confiar en la tendencia al crecimiento y la autorrealización como la fuerza motivadora fundamental del aprendizaje.
4. Organizar y hacer fácilmente disponibles los recursos que los estudiantes pueden utilizar para su aprendizaje. Presentarse a sí mismo como recurso disponible para ser aprovechado por el grupo, siempre y cuando el facilitador se sienta cómodo trabajando en la forma que el grupo lo solicita. En este aspecto, el facilitador toma en cuenta al grupo, pero también se toma en cuenta a sí mismo como persona.
5. Hacer que sean tan importantes los aspectos afectivos como los cognoscitivos en las relaciones interpersonales.

6. Estar dispuesto a reconocer, aceptar y responder a las personas completas, con sus diferentes dimensiones y aspectos.
7. Convertirse en un miembro participativo más del grupo, a medida que se establece el clima de libertad, aceptación y confianza en el grupo, conforme los estudiantes se sientan corresponsables del curso.
8. Participar y compartir con el grupo de tal manera que las actividades sean un ofrecimiento y una disponibilidad, no una imposición.
9. Ayudar y facilitar a los estudiantes en su proceso de aprendizaje, así como en la evaluación de su propio trabajo.
10. Ser capaz de escuchar a los estudiantes, especialmente en lo relacionado con sus sentimientos. Estar abierto a la confrontación y a trabajar problemas, más que a manejarlos mediante normas disciplinarias y sanciones.
11. Aceptar las ideas creativas de las personas, lo cual implica no reaccionar en forma amenazante y conformista.
12. Desarrollar una atmósfera de igualdad en el salón de clases, con participación que conduzca a la espontaneidad, al pensamiento creativo y al trabajo independiente y autodirigido.

Para que la Musicoterapia Centrada en la Persona tenga buenos resultados, es necesario tomar en cuenta las características y funciones del participante, ya que éstos son el elemento activo y fundamental del proceso de aprendizaje.

1. Se sentirán libres de expresar en clase sus sentimientos tanto negativos como positivos hacia otros compañeros, hacia los facilitadores y hacia el material y los recursos didácticos con que se cuenta.
2. Definirán qué y cómo quieren aprender y elaborarán sus propios objetivos, así como un plan de trabajo para ponerlo en práctica.
3. Se descubrirán a sí mismos como responsables de su propio aprendizaje, a medida que se conviertan en participantes activos en el proceso de su grupo.
4. Se sentirán con mayor libertad y creatividad para aventurarse en nuevas experiencias de aprendizaje significativo, con la seguridad de recibir el apoyo y la ayuda del facilitador.
5. Colaborarán con sus compañeros para el logro de metas y objetivos del grupo.

6. Serán capaces de evaluar su propio trabajo y aprendizaje, ya que nadie mejor que ellos mismos pueden saber cuál ha sido éste y cómo ha sido su participación en el grupo.
7. Se sentirán corresponsables de la elaboración de programas y planes, de los objetivos grupales y de las normas a seguir en el grupo.
8. Estarán dispuestos a aprender, autodirigirse y confiar en sí mismos.

Consideramos que sólo arriesgándose en estos nuevos caminos, el musicoterapeuta puede descubrir, por sí mismo, si es efectivo o no. Los sentimientos -positivos, negativos o confusos- se vuelven parte de la experiencia. "El aprendizaje se vuelve vida, una vida vital. El estudiante, a veces emocionado y a veces resistente, está en camino de convertirse en un ser que aprende y que cambia" (148).

Quando un facilitador ha podido crear un clima de confianza, a través de la empatía, la aceptación y la congruencia, cuando confía en la tendencia constructiva del ser humano, logra un aprendizaje de calidad distinta.

El facilitador acompaña a sus estudiantes en la clarificación de los valores propios que formarán su jerarquía valoral, de los que han sido introyectados del exterior y no les son significativos y de los que se introyectan porque son valores de las consecuencias de sus decisiones.

Concluimos con el objetivo central de la musicoterapia centrada en la persona: Mediante el aprendizaje significativo el estudiante logra la madurez y autonomía para elegir libre y adecuadamente lo que su organismo necesita y desea para su sobrevivencia, desarrollo y actualización.

La responsabilidad, la autoestima y la confianza, son elementos indispensables para lograr la autorrealización, ya que permiten la individualidad. El enfoque centrado en la persona tiene como fin primordial lograr estos aspectos en la persona, tanto en el participante como en el facilitador; de tal manera que si el facilitador no lo ha comprendido ni logrado, será difícil que lo promueva en sus estudiantes.

C O N C L U S I O N E S

G L O S A R I O

B I B L I O G R A F I A

C O N C L U S I O N E S

ACERCA DE UNA

MUSICOTERAPIA CENTRADA EN LA PERSONA

Con base en mi propia experiencia como pedagoga y en el análisis realizado a través de este trabajo referente a la musicoterapia, me atrevo a afirmar que la tarea del pedagogo es necesaria en esta disciplina, ya que una parte importante del quehacer pedagógico es el facilitar el desarrollo y crecimiento de las personas así como el aprendizaje significativo.

Con la intención de recuperar en forma más concreta la inserción del pedagogo como facilitador en la "Musicoterapia Centrada en la Persona", concluimos lo siguiente:

- El pedagogo tiene como tarea en la "Musicoterapia Centrada en la persona", promover y facilitar el aprendizaje significativo en un ambiente de confianza y aceptación.

El facilitador debe estar dispuesto a asumir las actitudes de empatía, aceptación, congruencia y respeto, para lograr un ambiente adecuado durante la sesión.

- La musicoterapia como proceso de formación y de crecimiento personal, promueve el desarrollo de una alta autoestima y por ende la autorrealización.

Es básico dentro de este enfoque confiar en la tendencia al crecimiento y la autorrealización como la fuerza motivadora fundamental del aprendizaje.

Sólo cuando tengamos un marco de referencia autorrealizante seremos capaces de comprender completamente la conducta humana y poder apreciar la autorrealización y hacerse saber a la persona.

- La música y el sonido-ser humano se relacionan íntimamente. Puede decirse que el primer postulado de la musicoterapia es la acción del sonido sobre los seres vivos. La musicoterapia centrada en la persona consiste en una serie de actitudes más que de técnicas, que permiten la utilización del medio sonoro con fines formativos y de autoconocimiento.
- La musicoterapia centrada en la persona lleva al encuentro con otras personas, un encuentro de dos seres, que en su momento juegan roles de facilitador o cliente, pero donde se favorece el crecimiento de ambos.

El puente que enlaza la tarea de la musicoterapia con la de la pedagogía es precisamente la formación plena de la persona, centrada en las necesidades de ésta.

Hablar de música es hablar de movimiento corporal, porque la música se siente, se toca, se canta, se dice. Es ir en busca de la integración personal, de una experiencia totalizadora como engarse del proceso de formación de un individuo, que incluye la historia de la familia, el sector social y por supuesto la personal.

- La musicoterapia facilita el desarrollo de procesos creativos, de fortaleza, de acercamiento, de autenticidad, de expresión y autoconocimiento.

La flexibilidad es una de las características con las que se trabajará, lo que evita los parámetros de juicio por parte del facilitador.

Por otro lado puede provocar catarsis en los participantes, debido al efecto psicológico y espiritual del sonido. Estas catarsis funcionan como proceso de limpieza emocional, y luego permiten que se recupere energía más clara, de acuerdo a las necesidades de cada individuo.

- Por último, cerramos este trabajo de investigación con la siguiente afirmación:

La "Musicoterapia Centrada en la Persona", a través del complejo verbal y más aún del no-verbal, y a través de los propios recursos de cada persona, de sus propias potencialidades, logra promover el crecimiento personal, tarea que corresponde a parte del accionar pedagógico

Por otro lado, las actitudes que propone el Enfoque Centrado en la Persona, son aplicables no sólo a la musicoterapia, sino a cualquier situación de interrelación personal donde nos interese promover el mutuo desarrollo personal, incluyendo lo educativo, lo familiar y lo social.

G L O S A R I O

Armonía: conveniente proporción y correspondencia de un elemento con otro/s.

Carácter: modo típico de actuar y reaccionar psicosomáticamente de un individuo.

Centrarse: focalizar la atención en sí mismo o en algún proceso en especial.

Cliente: persona que utiliza los servicios de otra persona profesional.

Comunicación: acción de comunicar, enlace entre dos puntos.

Comunicar: transmitir, tener correspondencia unas personas o cosas con otras.

Contrapunto: combinación de dos temas o frases de acciones; en música es el arte de agregar "melodía a la melodía".

Coraza: suma total de las actitudes musculares y caracterológicas que desarrolla un individuo como defensa contra la irrupción de afectos y sensaciones vegetativas.

Desarrollo: desarrollar, aumentar, acrecentar, perfeccionar, mejorar.

Ego: sentimiento conceptual de sí mismo identificado con la condición separada del individuo.

Emoción: es el movimiento por el cual la materia viviente se expresa. Literalmente significa "moverse hacia afuera".

Facilitador: quien hace más fácil un proceso, proporcionando los recursos materiales y humanos, pero sin hacer el mismo las cosas.

Flexibilidad: ductilidad, adaptabilidad, capacidad para ser formado o moldeado; facultad de asimilar las enseñanzas del mundo exterior; potencialidad para el cambio aún no utilizada.

Gestalt o questalt: expresión para expresar el carácter de la percepción como una unidad. Patrón conceptual en el que el todo es más que la suma de las partes.

Holístico: perteneciente al todo; la medicina holística concibe al hombre como un organismo, una unidad, algo más que la sumatoria de sus partes.

Homología: semejanza formal entre dos estructuras orgánicas, tal que las relaciones entre ciertas partes de A son similares a las relaciones entre las correspondientes partes de B.

Infrasonido: vibración de frecuencia inferior a las vibraciones audibles.

Integrado: que forma parte de un todo completo o perfecto.

Integral: que no carece de nada para ser completo; que contempla el ser en forma totalizadora.

Intuición: sensibilidad perceptiva refinada que se percata del surgimiento.

Mantras: relaciones de fórmulas salmodiadas basadas en la reiteración, que tienen como principal finalidad la inducción de un particular estado de conciencia.

Meditación: adiestramiento de la percepción que trabaja con la presencia viviente, cultivando la atención y la percepción del fluir que momento a momento va configurando nuestra vida.

Mensaje: sistema organizado de ciertas probabilidades.

Música: arte de combinar los sonidos de un modo agradable al oído.

Mutación: cambio hereditario que se produce en los ácidos nucleicos de los cromosomas. Cambio integral, transformación.

Paciente: que tiene paciencia. enfermo.

Percepción: estado o facultad de conocer.

Persona: hombre o mujer, individuo con unas características únicas y otras iguales a todos los seres humanos.

Potencialidad: calidad de lo potencial, virtud y potencia para hacer, lograr una cosa o para producir un efecto, se entiende que es inherente en el ser humano.

Psicofísico: perteneciente a la interacción mente-cuerpo.

Quanta: cantidad determinada de energía asociada a ondas electromagnéticas y que no depende de la frecuencia de las radiaciones.

Resonancia: fenómeno de vibración por simpatía entre dos cuerpos que poseen una frecuencia similar. Simpatía: sentir con.

Ritmo: principio de equilibrio energético que opera en todo lo existente. En un sentido musical, es la relación que -en cuanto a valor- guardan entre sí las notas que se ejecutan sucesivamente.

Regresión: retroceso, se vuelve a revivir sensaciones de etapas anteriores que fueron vividas con mayor o menor éxito.

Silencio: ausencia de sonido, interrupción más o menos larga en el canto o en el toque de un instrumento que se indica con signos espaciales en la música escrita.

Sonido: es la sensación que experimenta un oído normal al llegarle las vibraciones de un cuerpo sonoro.

Tao: concepto ético-metafísico central de la filosofía taoísta. Puede ser traducido como camino, sendero, sentido, providencia, razón, ritmo adecuado o ir conciente. Tao representa el principio de regulación de la alternancia de las polaridades y su eterna mutación.

Tensión: condición que se produce cuando el ambiente externo o una enfermedad imponen a la capacidad de ajuste del organismo demandas excesivas o contradictorias.

Terapia: proceso por el cual se tratan las diferencias -respecto a la media- físicas o psíquicas de una persona.

Vibración: rápido movimiento oscilatorio que se realiza en determinados cuerpos elásticos cuando actúa sobre ellos una fuerza que los saca de su posición de equilibrio o quietud.

BIBLIOGRAFIA

- ALVIN Juliette, MUSICOTERAPIA
Ed. Paidós Educador, México 1984
- BENCE L. / MEREAX M., GUIA PRACTICA DE MUSICOTERAPIA
Ed. Gedisa, México 1988
- BENZON Rolando, MANUAL DE MUSICOTERAPIA
Ed. Paidós Educador, México 1985
- BENZON Rolando, MUSICOTERAPIA Y EDUCACION
Ed. Paidós, Buenos Aires 1986
- BRANDEN Nathaniel, COMO MEJORAR SU AUTOESTIMA
Ed. Paidós, México 1988
- CAZARES H. Laura, TECNICAS ACTUALES DE INVESTIGACION DOCUMENTAL
Ed. Trillas, México 1985
- EGAN Gerard, EL ORIENTADOR EXPERTO
Ed. Iberoamérica, México 1981
- FRANKL Victor, EL HOMBRE DOLIENTE
Ed. Herder, Barcelona 1987
- FRANKL Victor, EL HOMBRE EN BUSCA DE SENTIDO
Ed. Herder, Barcelona 1979
- FREGTMAN Carlos Daniel, CUERPO, MUSICA Y TERAPIA
Ed. Búsqueda, Argentina 1982
- FREGTMAN Carlos Daniel, EL TAO DE LA MUSICA
Ed. Estaciones, Buenos Aires 1985
- FREGTMAN Carlos Daniel, LA PULSACION VITAL
Ed. Mutantia, Buenos Aires 1984
- FREUD Sigmund, PSICOLOGIA COLECTIVA Y ANALISIS DEL YO
Ed. Herder, Barcelona 1966
- FROMM Erich, ¿TENER O SER?
Ed. F.C.E., México 1982
- GARFIELD M., SOUND MEDICINE. HEALING WITH MUSIC, VOICE AND SONG
Ed. Celestial Arts, USA 1987

GONZALEZ G. Ana Maria, EL ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA. APLICACIONES A LA EDUCACION.

Ed. Trillas, México 1987

GONZALEZ G. Ana maria, EL NIÑO Y LA EDUCACION

Ed. Trillas, México 1988

LAFARGA Juan, DESARROLLO DEL POTENCIAL HUMANO Vols. I, II y III

Ed. Trillas, México 1987

MASLOW Abraham, EL HOMBRE AUTORREALIZADO

Ed. Kairós, México 1986

MAYEROFF, ON CARING

Ed. Harper & Row, USA 1971

HELLO Anthony, DE , EL CANTO DEL PAJARO

Ed. Sal Terrae, México 1982

MORENO J.L., PSICOMUSICA Y SOCIODRAMA

Horae Ediciones, Buenos Aires 1977

MUÑOZ Polít Victor, APUNTES DEL TALLER DE MUSICOTERAPIA

inedito, México 1989

ORNSTEIN R., PSICOLOGIA DE LA CONCIENCIA

Ed. Manual Moderno, México 1979

ROGERS Carl, FREEDOM TO LEARN

Ed. E.Marrill Co., USA 1969

ROGERS Carl, GRUPOS DE ENCUENTRO

Ed. Amorrortu, Buenos Aires 1984

ROGERS Carl, LIBERTAD Y CREATIVIDAD EN LA EDUCACION DE LOS BOS.

Ed. Paidós Educador, Barcelona 1978

ROGERS Carl, PERSONA A PERSONA

Ed. Amorrortu, Argentina 1967

ROGERS Carl, PODER DE LA PERSONA, EL

Ed. Manual Moderno, México 1980

ROGERS Carl, PROCESO DE CONVERTIRSE EN PERSONA, EL

Ed. Paidós Psiquiatría, México 1972

ROJAS BERMUDEZ J.G., TITERES Y PSICODRAMA

Ed. Genitor, BUenos Aires 1970

SAGAN Carl, LA CONEXION COSMICA

Ed. Plaza, Barcelona 1978

STOKOE P., LA EXPRESION CORPORAL

Ed. Paidós, Buenos Aires 1981

THAYER Gaston, TRATADO DE MUSICOTERAPIA
Ed. Paidós Psiquiatría, Buenos Aires 1982

WATZLAWICK Paul, EL LENGUAJE DEL CAMBIO
Ed. Herder, Barcelona 1980

WILLEMS E., EL VALOR HUMANO DE LA EDUCACION MUSICAL
Ed. Paidós Studio, Barcelona 1981

ZEBERIO Tomás, LA ENERGIA HUMANA Y LOS SONIDOS
Ed. Marymar, Argentina 1980

H E M E R O G R A F I A

GONZALEZ G. Ana María,
"Los modos del cerebro y el aprendizaje significativo",
DIDAC, BOLETIN DEL CENTRO DE DIDACTIVCA No. 47
Universidad Iberoamericana, Mexico 1987

GREBE Ma.Ester,
"Aspectos culturales y relaciones entre antropología,
etnomusicología y musicoterapia"
REVISTA MUSICAL CHILENA No. XXI,
Santiago de Chile 1988

ROLAND Vallee,
"El espacio"
MUSICA TERAPIA Y COMUNICACION. REVISTA DE MUSICOTERAPIA No.1
Bilbao España 1987

SELECCIONES DEL READER'S DIGEST,
"Los porques del cuerpo humano",
México 1987

SOTO José Eduardo,
"Entrevista realizada al Dr. Víctor Muñoz Polit",
inedita, Mexico 1989