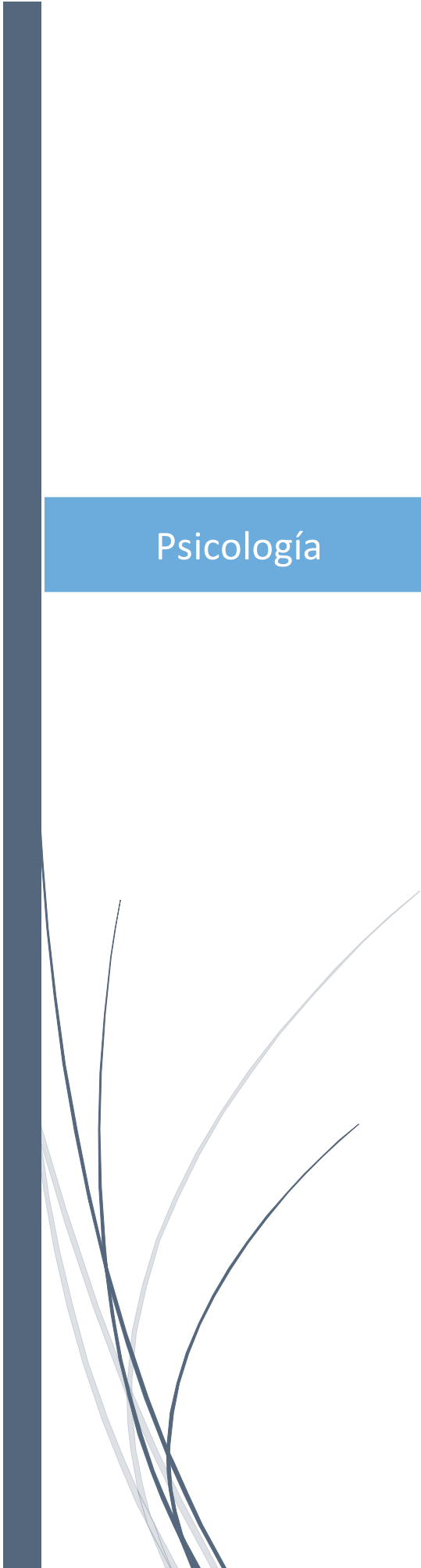




Psicología

Clave del proyecto:

CIN2014A10011

Área de conocimiento: Ciencias
biológicas, químicas y de la salud

Disciplina: Psicología

Tipo de Investigación: Experimental

Autores:

María Guadalupe García Robledo

Ana Karen Yáñez Cruz

Asesor

Jeanette Trujillo Islas

Centro Educativo Cruz Azul

Bachillerato Cruz Azul campus

Hidalgo

Ciudad Cooperativa Cruz Azul

Febrero de 2017

Contenido

Resumen	2
Abstract	2
Introducción	3
Planteamiento del problema	3
Objetivo.....	4
Definición de términos	4
Marco teorico.....	5
Un tipo de música para cada emoción	6
Hipótesis.....	10
Metodología	10
Resultados	11
Conclusiones	14
Referencias bibliográficas	14

Resumen

La música, para algunas personas, es un arte que expresa una gran variedad de sentimientos, para otras es un modo de relajarse o simplemente la esencia de la vida que le da sentido a todo y que tiene como objetivo dejar un mensaje.

La música puede influir de diversas formas en las personas dependiendo del ambiente, las costumbres o hábitos que tenga y en cierta forma su comportamiento, actitud y personalidad a la hora de escuchar los diversos tipos de géneros musicales.

Hoy en día existen diferentes estilos de música, la salsa, el merengue, el rock y sus derivados, el jazz, el tango, en fin, hay muchos tipos y géneros que uno ni se imagina y que éstos a su vez logran que las personas asuman posiciones o cambien su forma de pensar o de actuar.

Abstract

The music, for some people, is an art that express a variety of feelings, to others is a way to relax or simply the essence of life that gives meaning to everything and that aims to leave a message.

Music can influence in various ways persons depending on the environment, customs or habits you may have and somehow your behavior, attitude and personality when it comes to listening to the different types of musical genres.

Today there are different styles of music, salsa, merengue, rock and its derivatives, jazz, tango, finally there are many types and genres that you can not imagine and that these in turn achieve that people assume positions or change their ideas and acts.

Introducción

Los sentimientos y emociones que a veces se adueñan de nuestra alma humana son según la psicología evolucionista, una manera que tenemos los humanos de adaptarnos al medio. Por ejemplo, tendremos a alejarnos de la gente que nos provoca ira, pues quizás sea peligrosa. De cualquier forma, una de las mejores maneras de cultivar nuestra inteligencia emocional es aprender a identificar los distintos sentimientos y las distintas emociones que surgen en nuestra alma a veces. Y una de las mejores maneras que tenemos para entender completamente cuales son los sentimientos y emociones básicos de los hombres, es identificarlos con tipos de música que nos causan estas emociones y estos sentimientos. Quizás pueda parecer que es difícil encontrar un tipo de música que nos causa ira o que nos causa asco... pero, aun así, ciertas composiciones experimentales y modernas sí intentan reproducir estas sensaciones... Aunque ningún grupo experimental es famoso... por lo que no diremos mucho de ellos... En este artículo, analizamos los tipos de música y los sentimientos y emociones que despiertan.

Planteamiento del problema

Las personas expresan sus sentimientos de diferente manera, algunas lo hacen comiendo, otras al relacionarse, otros escuchan música; y es ahí donde ponemos nuestro punto de estudio “La música” en ella encontramos muchas cosas ocultas, puede caracterizarte como persona, una de las problemáticas es la modificación de conductas relacionadas a la música que escuchan. Algunos pueden sufrir “depresión” y tengan que estar en un tratamiento, nosotros creemos que al escuchar música las personas pueden mejorar sus emociones e inclusive mejorar en condiciones de salud. De ahí nos surgieron las preguntas de investigación:

¿De qué manera la música influye en los sentimientos de las personas?

¿Cómo podemos ayudar a las personas en sus emociones, en el momento de que elijan una música adecuada para cada situación o momento?

Objetivo

Lo que queremos lograr con este proyecto es que las personas sepan identificar sus sentimientos y emociones y que los logren controlar a través de la música, para que ellos mismos mediante la música puedan sentir mejorías en sus estados de ánimo o salud física.

Definición de términos



¿Qué es la música?

Puede decirse que la música es el arte que consiste en dotar a los **sonidos** y los **silencios**.

El resultado de este orden resulta lógico, coherente y agradable al oído.

La creación musical estimula la percepción del ser humano.



Marco teórico

La música es importante en la vida de todo ser humano pues suele ser el medio más común por el cual se transmiten emociones y estas a su vez generan sentimientos que repercuten en nuestra conducta

Yo quiero estudiar acerca de este tema porque: hablaremos de los sentimientos ya que todos tienen varios tipos de emociones por ejemplo las comunes son:

- 1- El enojo
- 2- Tristeza
- 3- Felicidad

Muchas personas expresan sus sentimientos de diferente manera, algunas eh observado que lo hacen comiendo, otras al expresarse con alguien, otros solo escuchan la música; y es ahí donde ponemos nuestro punto de estudio "La música" en ella encontramos muchas cosas ocultas, puede caracterizarte como persona , por ejemplo : tu forma de ser, en que grupo social te encuentras, tú estado de ánimo actual, tu forma de vida; en fin tiene una innumerable cantidad de aspectos que se

pueden encontrar al escucharla; una de las problemáticas o situaciones que observamos son aquellas que por ejemplo hay personas que cuando se ponen tristes escuchan canciones tristes porque termino con el novio(a) o porque su perrito se murió, etc.

Puede que unas de las personas sufran de la enfermedad llamada “depresión” y tengan que estar en un tratamiento que un especialista les indico, como por ejemplo tomar antidepresivos, nosotros observamos y creemos que al escuchar música las personas pueden mejorar sus emociones e inclusive mejorar en condiciones de salud.

La música es una de las expresiones más fabulosas del ser humano ya que logra transmitir de manera inmediata diferentes sensaciones que otras formas de arte quizás no pueden. La música es un complejo sistema de sonidos, melodías y ritmos que el hombre ha ido descubriendo y elaborando para obtener una infinidad de posibilidades diferentes. Se estima que la música cuenta con gran importancia para el ser humano ya que le permite expresar miedos, alegrías, sentimientos muy profundos de diverso tipo.

Un tipo de música para cada emoción

Como hemos dicho, intentaremos hacer una lista con los principales tipos de música que se corresponden con una emoción determinada del alma humana... Es una tarea peliaguda, por ejemplo, encontrar un tipo de música para reflejar el estrés y la ansiedad... pero recordemos la banda sonora de la película Psicosis, con esos estridentes acordes de instrumentos de cuerda...

1. Ira. Hay alguna composición experimental, a base de acordes de instrumentos de cuerda, con sonidos estridentes, muy irregulares, y que no se debería de llamar música, sino más bien ruido... Un poco, si cogemos nosotros un violín sin saber tocarlo, y empezamos a frotar el arco contra las cuerdas... saldrá una “composición” cuyo sonido será una buena representación musical de la ira...
2. Estrés, ansiedad, culpa, vergüenza, asco, celos, envidia.... Pues ya hemos puesto el ejemplo de la banda sonora de Psicosis... y es que, hay dos tipos de sentimientos: positivos y negativos... Aunque esto es más complejo, pues también hay sentimientos ambiguos, como el sentimiento épico, que consiste en querernos mucho a nosotros y odiar mucho a los enemigos... Y claro, los sentimientos negativos se corresponden,

más que con un tipo de música, con un tipo de ruido, normalmente ruido estridente y desagradable, que es lo que sentimos un poco cuando estamos con estrés o ansiedad.

3. Miedo. La banda sonora de Tiburón a inmortalizado para siempre cómo suena el miedo... Aunque también es destacable las bandas sonoras de las películas de terror, que nos presentan un miedo más psicológico, un miedo ante peligros no tan inmediatos, vamos, miedo a los fantasmas más que miedo a seres orgánicos...

4. Tristeza. El piano es el instrumento triste por antonomasia. Esos acordes de piano sonando en el interior de una habitación, en esos días de principio de otoño, cuando se va ya el calor y los cielos toman un color del metal, nos transmiten una sensación de tristeza y melancolía inigualable. También muchas composiciones de violín nos transmiten tristeza y melancolía... Y es que, a veces necesitamos llorar, a veces necesitamos sentirnos tristes y un tanto decaídos... Como el mundo en el principio del otoño llora por una primavera y un verano que ya se van, para así hacer el duelo a la vida, que se esconde al llegar el principio del invierno llamado otoño; así nosotros necesitamos a veces llorar y estar tristes, en una especie de duelo también por algo que hemos perdido... hasta que nuestra alma acepte que si queremos seguir viviendo tenemos que desprendernos al fin de ese algo perdido, y sustituirlo por otro algo que nos permita seguir adelante.

5. Alegría. Qué difícil es describir la alegría... y qué difícil es encontrarla... Supongo que la mejor manera de describirla, es recordando esas tormentas de verano, cuando parece que se ha hecho de noche en pleno día. Una vez que ha descargado la tormenta, las nubes se suelen volver a abrir, hasta el punto que, las nubes pueden terminar por desaparecer del todo... La tormenta, que tan fiera nos pareció, se fue en cuestión de minutos, y salimos a mitad del campo, para ver cómo había quedado todo después del colapso del cielo. Creo que esa sensación de humeado a su vez que hay un sol espléndido sobre nosotros, esa sensación de salir de nuevo a la calle bajo el sol, con un calor tibio y agradable, describe bien lo que es la alegría... Y por supuesto, la canción que hemos colgado de YouTube, la transmite perfectamente...



6. Esperanza. Según la enciclopedia, la esperanza es “temer lo peor para anhelar lo mejor”. Desde luego, gran parte del rock en español me transmite esa sensación de esperanza, aunque definida de otra forma: “estamos jodidos, pero tenemos razón. De cualquier forma, casi seguro que, aunque tengamos razón, seremos expatriados, porque los poderes oficiales no tienen compasión, y no dudarán en usar todo tipo de violencia para arruinar las esperanzas de los que creyeron que las cosas podrían haber sido de otra manera”. El otro día estuve investigando sobre la música medieval... una música que ha pervivido hasta nosotros. Las canciones de los hombres de la Edad Media y Edad Moderna, el Romancero, han pervivido en gran manera hasta nosotros... Sus manifestaciones en el presente son inabarcables: pero su influencia se extiende desde las nanas de cuna, hasta el rock en español... Yo siempre supe que “*Héroes del Silencio*” era un grupo con una música muy profunda... pero nunca imaginé que sus acordes continuaban los cantos de los campesinos de la Edad Media... Por eso los amé tanto siempre: porque para mí esa letra era esperanza: la esperanza de que un pueblo entero humillado por la dictadura del feudalismo, tanto medieval, como moderno, como de hoy en día, se levante al fin, la esperanza de que nuestros verdaderos líderes surjan de entre las tinieblas, de entre el inferior en donde han tenido que sufrir tanto para simplemente poder permanecer vivos. La esperanza de que la verdadera esencia milenaria de todo un pueblo salga al fin a la luz,... En el fondo la grandeza surge como síntesis perfecta entre el pasado y el futuro.

7. Sentimiento épico. Bandas sonoras como la de *Gladiator*, *Armageddon*, *Braveheart*, *El Último Mohicano*, *El Rey Arturo*,... nos transmiten esa extraña sensación que podemos llamar “sentido de lo épico”.. sensación que parece que afecta más a hombres que a mujeres... Y la épica en el fondo, siempre tendrá que ver con la guerra, con batallas, con enfrentamientos, con ser más fuerte que nuestros enemigos, y, sobre todo, con esa sensación que tenemos cuando alguien nos transmite la noticia de que nuestros ejércitos han ganado la guerra... ¿O era nuestro equipo de fútbol, que ha ganado la liga...?

8. Amor. Hay muchos tipos de música que intentan transmitirnos lo que se siente al estar enamorado. Pero las baladas de amor modernas, al estilo de lo que canta Bisbal y compañía... a mí personalmente me transmite más sensación de asco que de amor... Los *Carmina Burana* alemanes nos cantaban viejas historias de deseos prohibidos, de amores escondidos, de encuentros ocultados, a la vez que transmitían una delicada crítica de todo el demoníaco sistema de poder medieval, con el clero y la nobleza confabulados contra el pueblo, en nombre de un Dios terrible, con una madurez y con contundencia, como no son capaces de igualar ningún de esos tipos para los que el amor es casi algo dramático, algo que tiene que dar pena... Con todo, consiguen dar pena con sus baladas vomitivas, siempre con la mierda de que “si te vas me muero”, o “no sé lo que haré sin ti”, o “sólo deseo estar a tu lado, la vida es maravillosa contigo”, o “te besaré y no me digas que pare”,... En España por supuesto también tenemos los viejos romances medievales, cuyo tema principal era el amor, el deseo, el cortejo entre los mozos y las mozas... Y es que, la vida de nuestros ancestros puede que parezca que no fue muy excitante... pero al menos todavía sabían transmitir con acordes esa elemental sensación que es el amor y el deseo, y no habían llegado a degenerarse a la altura de algunos “músicos” modernos que cantan sobre el amor....

Desde luego, hay muchos tipos de música más, que nos transmiten todo tipo de sensaciones, algunas de ellas siquiera tienen aún nombre. Por eso, una buena forma de cultivar nuestra inteligencia emocional, es escuchar cada día durante media hora un disco de un tipo de música distinto. Y en esa media hora, relajados, trataríamos de conectar con las sensaciones elementales que nos mueve los acordes de ese tipo de

música particular. Incluso, aunque no nos guste esa música, trataríamos de averiguar qué es lo que siente la gente que le gusta esa música al escucharla. Y es que, la verdadera sabiduría sólo puede consistir en poder explicar con palabras eso que sentimos muy profundo, eso que aparentemente parece inexplicable...

Hipótesis

La música es un instrumento esencial en las personas, debido a que sirve como medio para expresar tus emociones, además de que si la canalizamos de una manera adecuada podrá beneficiar a las personas en su condición física y emocional.

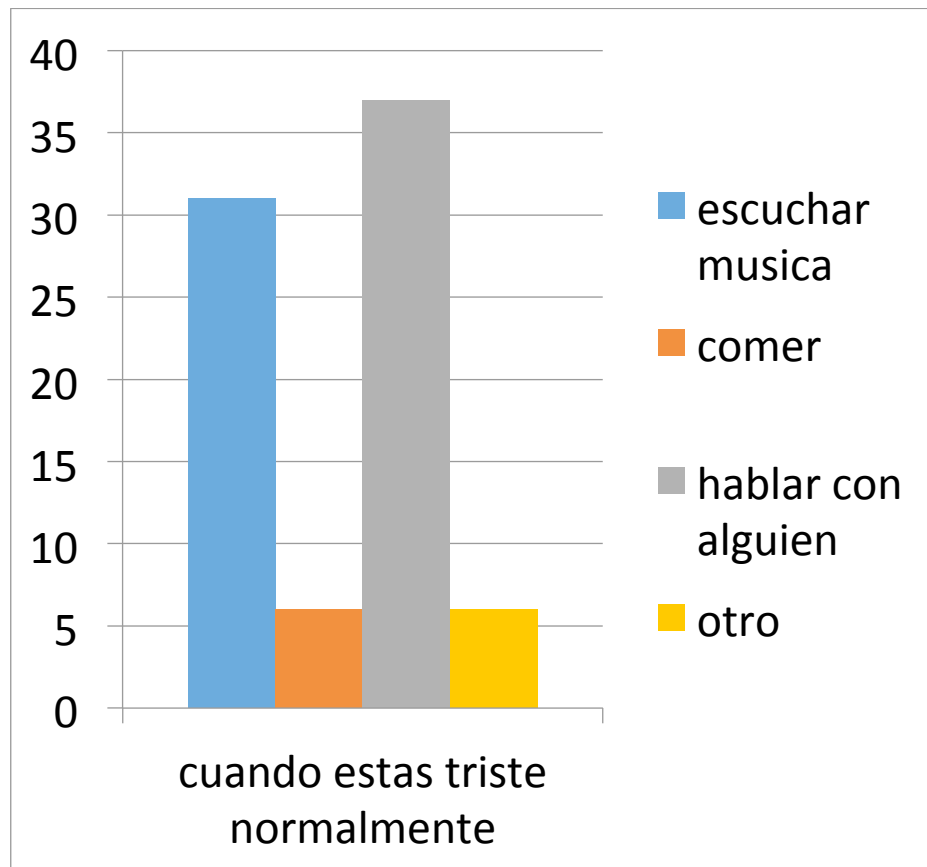
Metodología

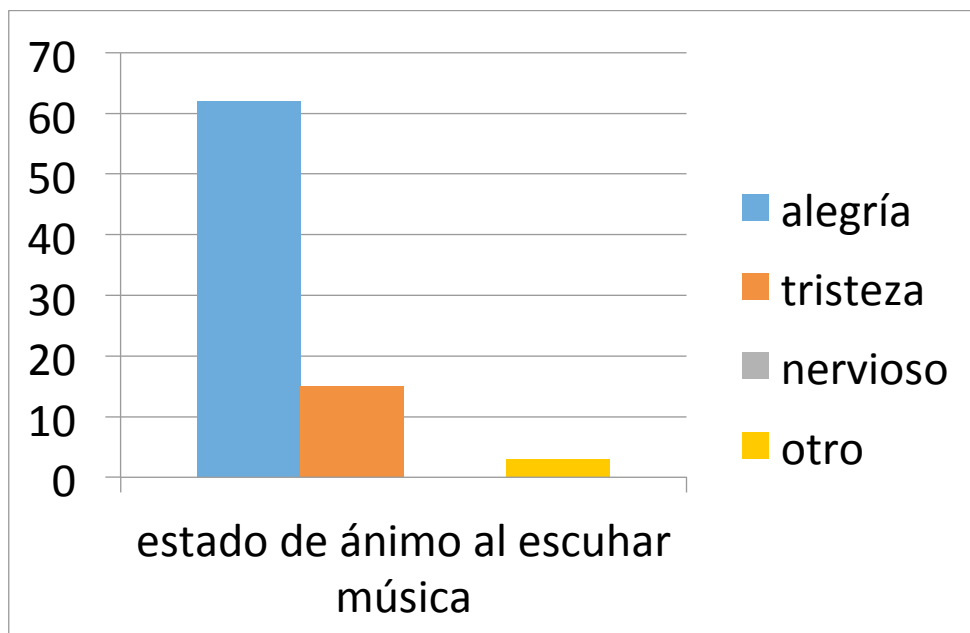
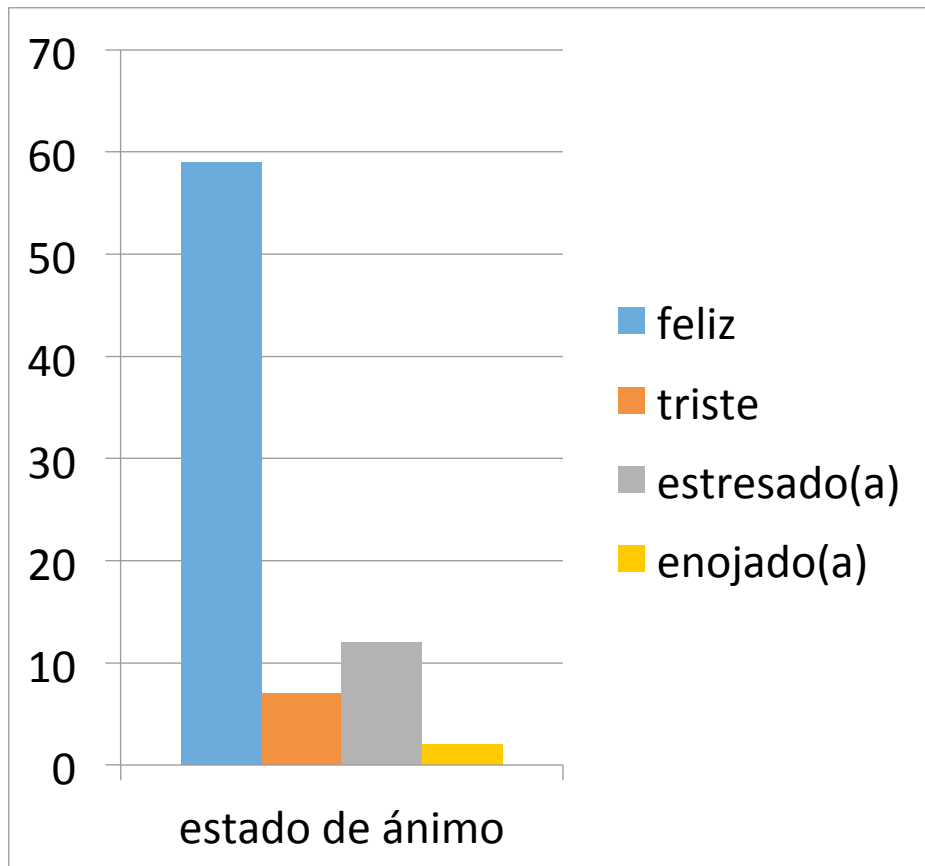
Experimental: es el método a través de la experimentación y observación, los resultados son acertadas, pero a base de errores, este ayuda sus características fundamentales y sus relaciones esenciales.

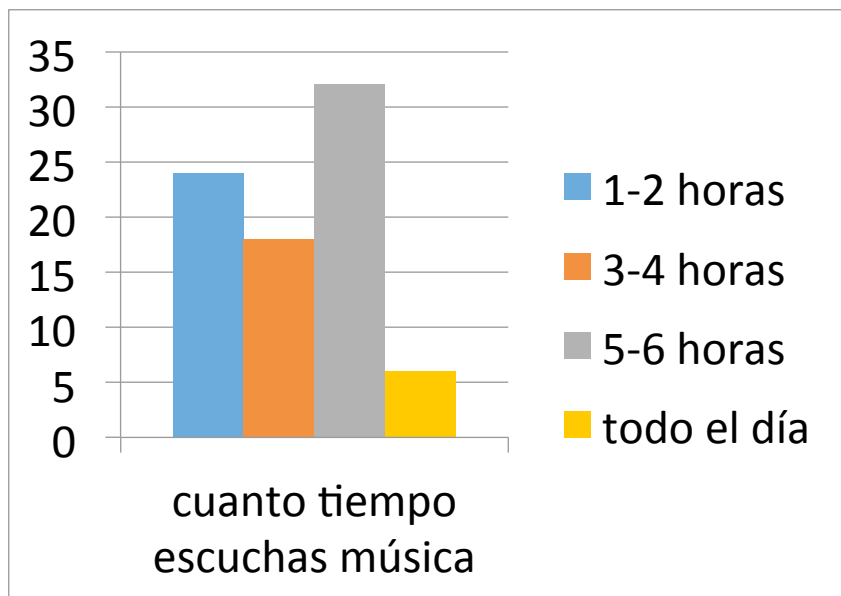
- 1.-se crea una pregunta.
- 2.-se realiza una investigación
- 3.-se formula la hipótesis
- 4.-se crea y se realiza el experimento
- 5.-se observa de manera atenta y luego se analiza
- 6.-se concluye e informa

Resultados

Se aplicaron 85 encuestas a una población tomada al azar en el bachillerato cruz azul UNAM, del cual se obtuvieron los siguientes resultados:







Conclusiones

La mayoría de la música que se escucha (la música de "éxito") es por moda. Es necesario enseñar a oír música, para que cada uno decida por sí solo. Para esto debe fomentarse la educación musical, en concreto en la universidad.

Con frecuencia se utiliza la música como reclamo para la solidaridad con la organización de conciertos benéficos; sin embargo, parece más un show promocional de los artistas que un verdadero deseo de fomentar la generosidad.

La música actual es un producto de consumo, que nace y muere. Esto va contra la propia música porque le resta valor.

Con los resultados obtenidos podemos concluir que escuchar música, aunque se por un poco de tiempo puede mejorar el ánimo de las personas.

Referencias bibliográficas

- 1.- Marina Adriana Herrera Vázquez. (2007). Métodos de Investigación I: Un Enfoque Dinámico y Creativo. MEXICO: ESFINGE
- 2.- Harry y Michael Baxter. (2007.). Cómo leer música, Robinbook, s. l, 10-35.
- 3.- Karen Jisseeth Gil. (2012). La Música expresa Sentimientos. 2016, de Blogger Sitio web: <http://karenjisseethgil.blogspot.mx/2012/03/la-musica-expresa-sentimientos.html>
- 4.- Josefa Lacarcel Moreno. (2003). Psicología de la música y emoción musica. 2016, de Universidad de Murcia Sitio web: <http://revistas.um.es/educatio/article/view/138/122>
- 5.- Play My Hit. (2015). Música y sentiments. 2016, de Oficina Española de Patentes y Marcas, OEPM Sitio web: <https://www.playmyhit.com/blog/15-musica-y-sentimientos>
- 6.-<http://afectamusicaseres.blogspot.mx/2008/04/msica-cerebro-y-hormonas.html>
- 7.-<http://afectamusicaseres.blogspot.mx/2008/04/msica-cerebro-y-hormonas.html>