



Efecto de un programa de formación musical en las habilidades sociales en una muestra de estudiantes de 12 a 19 años de una institución educativa de carácter público del municipio de manzanares en el departamento de caldas

Dahiana García Montes

Trabajo de investigación para optar al título de Magister en Educación

Universidad de Caldas

Asesora

Diana Marcela Montoya

Manizales, Colombia 31 de agosto de 2023

Tabla de contenido

Resumen.....	5
Abstract.....	6
Presentación.....	6
Antecedentes.....	8
Área problemática y pregunta de investigación.....	13
Planteamiento del problema.....	13
Pregunta de investigación.....	16
Justificación.....	16
Marco teórico.....	22
Concepto de habilidad social.....	24
Componente conductual.....	26
Componente cognitivo.....	29
Componente fisiológico.....	31
Objetivo general.....	53
Objetivos específicos.....	53
Metodología.....	54
Metodología estadística.....	54

Tipo de investigación.....	55
Metodología de investigación.....	55
Resultados.....	56
Análisis de equivalencia del grupo control y experimental al iniciar la investigación.....	59
Comparación grupo experimental pretest vs. Grupo experimental posttest, y comparación grupo control pretest vs. Grupo control Postest.....	59
Comparación entre los grupos experimental y control al finalizar el experimento.....	60
Conclusiones.....	89
Discusión de resultados.....	91
Recomendaciones.....	95
Referencias.....	96
Anexos.....	100

Lista de tablas

Tabla 1. Frecuencia y porcentaje de estudiantes discriminados por grados.....	56
Tabla 2. Descriptivas para la calificación de la prueba musical.....	57
Tabla 3. Estadísticas para el test HHSS.....	57
Tabla 4. Comparación de variables del grupo experimental y control, en el pretest.....	59
Tabla 5. Comparación de grupo experimental Pretest vs. Posttest. Comparación de grupo control Pretest vs. Posttest.....	60

Tabla 6. Comparación de grupo experimental vs. control, en el Postest.....	61
--	----

Efecto de un programa de formación musical en las habilidades sociales en una muestra de estudiantes de 12 a 19 años de una institución educativa de carácter público del municipio de manzanares en el depto de caldas

Resumen

El arte ha sido una herramienta con la cual se puede transversalizar cualquier otra disciplina, y yendo un poco más lejos con la que se logra tocar e incluso modificar aspectos comportamentales y/o conductuales. En esta ocasión y para la realización de este estudio, se toma como herramienta principal la música y específicamente las prácticas de conjunto que en ella se pueden dar. La finalidad de este estudio fue identificar la posible modificación de algunos aspectos en habilidades sociales en alumnos entre los 12 y 19 años de edad, que pertenecen a una orquesta llamada “Entre Cuerdas” y que cursan grados de 6° a 11°. Se toma como base la obra del autor Vicente Caballo y los tres principales componentes de las habilidades sociales: cognitivo, conductual y fisiológico. El trabajo tiene un diseño cuasiexperimental de tipo correlacional, en este los sujetos hicieron parte de una intervención en la cual se trabajó con dos grupos siendo uno el grupo control y otro el grupo experimental, ambos grupos presentaban características homogéneas. El experimentó demostró que aquellos estudiantes que participaron en la intervención del programa de formación musical mejoraron en sus habilidades sociales en los componentes cognitivo y fisiológico respecto al grupo control.

Palabras clave:

Habilidades sociales, música, prácticas de conjunto musicales, realidad social, contexto, conducta, cambio, interacción social, asertividad.

Abstract

Art has been a tool with which any other discipline can be transversalized, and going a little further with which it is possible to touch and even modify behavioral and/or behavioral aspects. On this occasion and for the realization of this study, music is taken as the main tool and specifically the ensemble practices that can be given in it. The purpose of this study was to identify the possible modification of some aspects of social skills in students between 12 and 19 years of age, who belong to an orchestra called "Entre Cuerdas" and who are in grades 6 to 11. It is based on the work of the author Vicente Caballo and the three main components of social skills: cognitive, behavioral and physiological. The work has a quasi-experimental design of correlational type, in which the subjects were part of an intervention in which two groups were worked with, one being the control group and the other the experimental group, both groups presented homogeneous characteristics. The experiment showed that those students who participated in the intervention of the musical training program improved their social skills in the cognitive and physiological components with respect to the control group.

Key words:

Social skills, music, musical ensemble practices, social reality, context, behavior, change, social interaction, assertiveness.

Presentación

En el presente documento se encuentra plasmada una investigación cuantitativa realizada en una institución educativa de carácter público que está ubicada en el oriente del departamento de Caldas, esta ha sido realizada con estudiantes que cursan diferentes grados en

secundaria y que tienen entre 12 y 19 años de edad, dichos alumnos se dividirán en dos grupos, uno que pertenece a una orquesta y que recibe formación musical en la institución, y el otro grupo está conformado por jóvenes que no reciben formación musical y no pertenecen a la orquesta. En principio se dará a conocer en un breve resumen que describe a grandes rasgos de que se trata la investigación, su finalidad y metodología. Posteriormente se procede a narrar información pertinente sobre el tema central del texto; las HHSS, sus antecedentes a nivel internacional, nacional y local, y se podrá valorar su importancia y pertinencia. Seguido a esto se muestra la pregunta de investigación y el área problemática a tratar dentro del contexto en el cual se lleva a cabo, expresando cual es el problema al que se le quiere dar solución. Para continuar, se dará a conocer el porqué de la investigación en el apartado “Justificación”, expresando la importancia de trabajar en el tema de habilidades sociales en los jóvenes de hoy en día y lo valioso que resulta en este caso, la herramienta de la música para abordar conceptos y fomentar cambios conductuales de manera asertiva. Luego de esto, en el texto se podrán encontrar los diversos referentes teóricos que tratan el tema en esencia (HHSS), haciendo un recorrido desde lugares lejanos alrededor del mundo, exponentes latinoamericanos y finalmente nacionales, quedará demostrado en esta parte del texto que tanto se ha desarrollado este tema en Colombia y el mundo, y el porqué de la necesidad de abordarlo y llevarlo a las aulas. Seguidamente, son expresadas las metas que se pretenden alcanzar al realizar esta investigación, exponiendo pues, un objetivo general muy importante que posteriormente se desglosa en varios objetivos específicos a través de los cuales se quiere llegar a la modificación de conductas que demuestran los jóvenes que son poco habilidosos socialmente. Además, se pone en evidencia cual será la metodología que ha

de utilizarse para el desarrollo de esta investigación, los procesos a los cuales los alumnos serán sometidos, los instrumentos de recolección de datos y las técnicas de análisis que serán usadas para poder dar lugar a los hallazgos que puedan producirse durante y al final de proceso investigativo. Una vez se realice el trabajo de campo, se podrá poner en evidencia cual o cuales son los resultados de la intervención que se realizó con los jóvenes de acuerdo a los objetivos planteados en un principio del texto, y son estos resultados los que ayudarán a proporcionar las conclusiones del trabajo realizado, a través de las cuales se podrá expresar y demostrar si hubo o no consecuencias al aplicar la intervención con la cual se desea llegar a modificar y/o potenciar las conductas en HHSS. Llegando al final del trabajo, se realiza una discusión con bases teóricas respecto a los resultados, en la cual se revisa si se pudo dar cumplimiento a los objetivos que se pretendían alcanzar, para finalmente cerrar con una serie de recomendaciones que permiten avanzar en la justificación, esto con el fin de aportar a la solución del problema expresado en un principio. Como otros apartados se podrán visualizar las referencias bibliográficas que fueron utilizadas en la producción del texto y los anexos; que constituyen diversos documentos que fueron utilizados para llevar a cabo el proceso de investigación de la mejor manera.

Antecedentes

En cuanto a las habilidades sociales y la propuesta de Vicente Caballo, podemos encontrar diversos estudios en los que el autor se enfoca en trabajarlas de diversas maneras y en diferentes tipos de población, se observan estudios que si bien trabajan las HHSS lo hacen desde diferentes perspectivas y escalas de medición según el territorio y tipo de estudio. Resulta importante en este estudio hablar sobre la autoestima y la ansiedad

social en niños, aspectos que en la adolescencia deberían ser cuidadosamente tratados y que pueden ser regulados por medio de la potenciación de las HHSS. La ansiedad social (AS) es una experiencia habitual de muchos niños y adolescentes cuando se enfrentan a situaciones sociales. Caballo, en compañía de Ollendick, decidieron evaluar la eficacia de un programa lúdico y escolar de entrenamiento en habilidades sociales (EHS) para niños de 9 a 12 años. La ansiedad social es una experiencia habitual a la que estamos expuestos normalmente, esta tiene lugar en respuesta a la amenaza percibida respecto al juicio de los demás sobre nosotros, antes, durante o después de situaciones sociales. Para algunos individuos, el nivel de ansiedad social es lo suficientemente elevado como para tener un impacto negativo en su funcionamiento y provocar malestar, en cuyo caso se diagnosticaría trastorno de ansiedad social.

Con respecto a la evaluación y el tratamiento de la ansiedad social en niños, el panorama es

Bastante más desalentador que en el caso de los adultos. Existen menos investigaciones y menos datos que respalden tanto la validez y fiabilidad de las pruebas de evaluación como la eficacia de los programas de intervención. Así, en el caso de la evaluación por pruebas de autoinforme de la ansiedad social en niños las pruebas que se utilizan se centran, básicamente, en tres instrumentos,

como son la “Escala revisada de ansiedad social para niños” (*Social Anxiety Scale for Children-Revised*, SASC-R; La Greca y Stone, 1993), el “Inventario de ansiedad y fobia social para niños” (*Social Phobia and Anxiety Inventory for Children*, SPAIC; Beidel, Turner y Morris, 1995) y la “Escala de ansiedad social para niños y adolescentes, de Liebowitz” (*Liebowitz Social Anxiety Scale for Children and Adolescents*, LSAS-CA; Masia-Warner, Klein y Liebowitz, 2002), todas ellas originadas en el ámbito anglosajón y con

importantes problemas a la hora de su aplicación en el ámbito de habla española, ya sea por su contenido o por la forma de plantear los ítems (Salazar, 2013).

En su estudio, se utilizó un grupo de estudiantes sin especiales problemas como grupo de referencia y otro grupo que era más conflictivo. La idea era comprobar si después de la intervención los alumnos de las clases conflictivas alcanzaban el mismo nivel que el grupo de referencia en las variables medidas. De esta forma se podría hallar la validez social de la intervención aplicada. (Kazdin, 1977).

La investigación se llevó a cabo en cuatro fases:

- 1) Evaluación preintervención. En ella se aplicaron el cuestionario de interacción social para niños (CISO-NIII) y otros cuestionarios (no considerados en el este estudio), tanto al grupo de intervención como al de referencia.
- 2) Intervención. Se aplicó el programa “Jugando y aprendiendo habilidades sociales” (JAHSO) durante 14 sesiones a razón de una sesión a la semana con una duración de 60 minutos al grupo de intervención. El grupo de referencia no recibió ninguna intervención.
- 3) Evaluación posintervención. A la terminación de la intervención se administraron los mismos instrumentos de evaluación que en la fase 1, tanto al grupo de intervención como de referencia.
- 4) Evaluación de seguimiento. A los seis meses de terminada la intervención se aplicó el CISO-NIII a los alumnos del grupo de intervención que todavía permanecían en el colegio. El grupo de referencia no fue evaluado en la etapa de seguimiento porque una buena parte de los alumnos cambiaron también de centro de estudio.

Como resultado de la intervención, los investigadores lograron concluir que el grupo experimental mejoró significativamente en todos los casos, en las seis dimensiones del Cuestionario de interacción social para niños y en la ansiedad social global. La magnitud de esas mejoras era media en las dimensiones de “Interacción con el sexo opuesto”, “Quedar en evidencia/ Hacer el ridículo” y

“Actuar en público”, la magnitud de la mejora en la ansiedad social global fue también alta.

(Caballo & Ollendick, s. f.). Como se puede observar en el estudio anteriormente mencionado hubo una intervención la cual ayudó a mejorar de forma significativa las habilidades sociales de los niños por medio de actividades y juegos psico-pedagógicos a niños de una escuela.

En el caso de la autoestima, se ha sabido, que ésta puede mostrar diferentes variaciones, La persona posee una autoevaluación de referencia o estándar, pero puede tener fluctuaciones situacionales en función de los roles que desempeña, las expectativas, las actuaciones, las respuestas de otros, etc. Así, alguien que tiene generalmente actitudes favorables hacia sí mismo, se respeta a sí mismo y se considera una persona valiosa, puede, en ciertos días y en situaciones particulares, sentirse mejor o peor consigo mismo respecto al modo habitual.

Para este estudio los investigadores se propusieron tres objetivos principales. En primer lugar, examinar el constructo de la autoestima en una muestra formada mayoritariamente por estudiantes

universitarios españoles. Para ello, se utilizó una medida multidimensional (la RJFFIS) de la autoestima y otra unidimensional (la RSES) para contrastar los resultados con los de

Fleming y Courtney (1984). El segundo objetivo fue averiguar las posibles diferencias entre hombres y mujeres en autoestima y, el tercero, analizar la relación de la autoestima con dos constructos habituales en el ámbito de la psicología clínica, como son la ansiedad social y las habilidades sociales, y así poder ver si había diferencias en autoestima entre los grupos de alta y baja ansiedad social y entre los de alta y baja habilidad social. Un objetivo secundario fue ver si había diferencias en autoestima entre personas con pareja relativamente estable (relación de más de tres meses de duración) y aquellas sin pareja actual. (Caballo & Salazar, 2018) Esta investigación se realizó solicitando a los participantes que llenarán algunos formularios, lo que permitió realizar una comparación de los parámetros en habilidades sociales mencionados, mas no se hizo ningún tipo de intervención.

En diversos estudios se ha comprobado la eficacia del programa de Intervención multidimensional para la ansiedad social (IMAS) en la reducción de los síntomas de ansiedad social. En este caso, se hablará sobre un estudio cuasiexperimental, con medidas pre/postratamiento y seguimiento, hallando el impacto del programa IMAS en otros problemas relacionados con la ansiedad social. 57 personas diagnosticadas con un trastorno de ansiedad social (TAS), según el DSM-5, contestaron a cuestionarios que medían habilidades sociales, depresión, síntomas del trastorno de la personalidad por evitación, alcoholismo, autoestima, sensibilidad personal, preocupaciones y calidad de vida. Diferentes terapeutas llevaron a cabo el tratamiento en Ecuador, España y Paraguay, acercándose un poco más a la población latinoamericana. Los resultados mostraron importantes mejoras en el postratamiento en prácticamente todos los aspectos evaluados,

mejoras que se mantenían a los seis meses. Los tamaños del efecto sobre la eficacia del tratamiento iban de medianos a grandes. Se comparó también el programa IMAS con terapia cognitivo conductual individual y tratamiento farmacológico, con resultados favorables para el programa IMAS. Este nuevo programa para el tratamiento de la ansiedad social tiene un impacto importante en otros problemas relacionados habitualmente con el TAS. (Caballo & Salazar, et al 2022)

Lo dicho anteriormente es una muy reducida muestra de algunos de los estudios en los que el autor Vicente Caballo ha trabajado en compañía de algunos otros profesionales e investigadores, se realizaron diversas búsquedas en bases de datos y portales académicos respecto a la obra del autor, pero en ninguno de los casos se encontraron artículos que trataran la relación entre habilidades sociales y música, tampoco fueron hallados, artículos sobre estudios o investigaciones que hayan sido realizadas en Colombia por el autor, esto deja entonces una muestra de la brecha que existe entre los estudios de las habilidades sociales y la psicología musical, tema central de este trabajo.

Área problemática y pregunta de investigación

Planteamiento del problema

Se expone la situación en la Institución Educativa Manzanares ubicada en el municipio de Manzanares, departamento de Caldas, donde se logra identificar, como en muchos otros planteles educativos una comunidad estudiantil diversa y multicultural en la que entre muchos casos existen alumnos que por diferentes circunstancias se han visto afectados directa o indirectamente por situaciones problemáticas que pueden girar en torno a la

aceptación social, condiciones económicas decadentes, violencia o efectos colaterales de la guerra en el país como el desplazamiento forzoso y pérdida de tierras.

Debido a que se habita en un país en el que el narcotráfico, la guerra y el desplazamiento son temas diarios en las noticias nacionales, los jóvenes tampoco son ignorantes a estas situaciones, algunos porque las viven, otros porque los afecta indirectamente, algunos porque conocen o tienen vínculos con personas que han sido víctimas del conflicto y los demás porque han vivido en su propio ser las duras consecuencias de la guerra en Colombia.

Atendiendo a las solicitudes y demanda de la población juvenil en Manzanares, se prestan servicios en la comunidad educativa dentro de la orquesta Entre Cuerdas, para alrededor de 20 estudiantes en secundaria, dentro de los cuales se encuentra un número destacable de alumnos que han sido víctimas del conflicto armado y específicamente que han sufrido desplazamiento. Dadas sus circunstancias y conociendo sus situaciones es importante lograr identificar de qué manera se puede ayudar a superar las dificultades en habilidades sociales que este tipo de vivencias pueden generar a quienes las sufrieron en carne propia y como afecta a quienes conviven y se relacionan con ellos en cuanto a la percepción de estos eventos y la alteridad que se debería despertar en los demás alumnos que si bien no han pasado por estas situaciones, ya que lo ideal es que deberían ser sensibles ante ellas y reconocer las afectaciones que estas pueden tener en la vida de los demás.

En la institución se creó la orquesta “Entre cuerdas” en la cual se realizó un proceso de grabación profesional de la canción “coca por coco” de la agrupación Herencia de Timbiquí la cual narra la problemática y algunas de las consecuencias que traen los cultivos ilícitos en la

vida de las personas que realizan este tipo de actividades o habitan los territorios en los que estos se presenta esta situación. A partir de esta actividad musical y de una intervención implementada por medio de un programa de formación musical basado en las prácticas de conjunto, se pretende lograr cambios positivos en cuanto a las habilidades para la vida de los estudiantes que participen de ella, hayan o no sufrido este tipo de situaciones, pues además de la importancia de superar estas dificultades para quienes fueron afectadas directamente por ellas, también es igual de relevante que los demás estudiantes que ven la situación desde afuera aprendan a ser empáticos y a tener la madurez para saber cómo tratar a una persona que está pasando por situaciones sociales dificultosas e incluso que en cierto nivel puedan llegar a contribuir de cualquier forma para mitigar el daño emocional que estas pueden causar

A lo largo de la realización de este trabajo, han sido abordados dos temas principales; las HHSS y la música y su estrecha relación que repercute de manera positiva. Han sido encontradas diversas investigaciones alrededor del mundo que pueden servir como base para este documento, sin embargo, son pocas las investigaciones que intentan relacionar en totalidad lo que es el concepto de las HHSS y su intrínseca relación con las artes, pero específicamente en este caso, con la música. Se han encontrado estudios que toman uno o mas aspectos de las HHSS, ya sea para mejorarlos o para comprobar las diferencias entre individuos en estos aspectos, pero en ningún caso se han tomado las HHSS como un solo paquete de habilidades, mas bien se fracciona en partes que son estudiadas una a la vez o en algunos casos en pequeños grupos por diferentes autores en diversos lugares que su vez cuentan con múltiples y diferentes características sociales, económicas y culturales. Poniendo en contexto el territorio nacional se ve reflejado un gran vacío en

investigaciones que relacionen estos dos campos de conocimiento, lo cual es preocupante ya que como se ha demostrado en otros países por medio de trabajos de investigación en educación y psicopedagogía, la música actúa como un canal perfecto por el cual pasan las habilidades sociales que están un poco dañadas o que no se reflejan y salen siendo potenciadas y exteriorizadas, permitiendo a los individuos un mejor desenvolvimiento en sus interacciones sociales y toma de decisiones, justamente lo que pretende este estudio.

Pregunta de investigación

¿Un programa de formación musical basado en las prácticas de conjunto, tiene efecto en las habilidades sociales de una muestra de estudiantes de 12 a 19 años de una institución educativa de carácter público en el municipio de Manzanares en el Departamento de Caldas?

Justificación

A sabiendas de la crisis emocional actual por la que pasan miles de adolescentes, y específicamente analizando el entorno estudiantil de la I.E MANZANARES ubicada en el municipio de Manzanares, Caldas, Colombia; resulta imperativo intervenir desde la docencia para ayudar a los jóvenes a potenciar y fortalecer sus habilidades sociales, pues estas son bastante necesarias para aprender a enfrentar situaciones emocionales complejas, resolver problemas y desenvolverse en ambientes laborales, académicos, familiares y personales de una manera óptima y asertiva.

Existen dos factores de protección que son imprescindibles: **las habilidades sociales** y la educación, éstos son explicados como aquellos atributos individuales, condiciones situacionales o contexto ambiental que inhibe, reduce o atenúa la probabilidad del

consumo de drogas, pero también podemos identificar este concepto para diversas problemáticas situacionales. Clayton (1992), citado por Puyol (2013). En este caso ambos estarán ligados para el desarrollo de este estudio.

Lamentablemente en la sociedad de este siglo, las dificultades emocionales por las que pasan los jóvenes han dejado como resultado situaciones de depresión, fracaso escolar, aumento de neuroticismo, dificultades de resiliencia y en los peores casos suicidio.

Después de la pandemia, y los días de confinamiento obligatorio que tuvieron que atravesar, estos síntomas aumentaron notablemente en los adolescentes, la presión que algunos pueden sentir por la aceptación social o en contraste, otros por el bullying en redes sociales o en sus entornos, hace que en muchos casos los jóvenes tomen malas decisiones, ya sea por encajar, por defenderse o por desesperación ya que no soportan las diferentes situaciones a las que la vida los puede llevar.

Al regresar a la presencialidad en la I.E Manzanares, los docentes se enfrentaron a difíciles situaciones; el incremento en las discusiones que terminaron en agresión física, el consumo de sustancias, la promiscuidad y sexualidad irresponsable y la depresión fueron los protagonistas al regresar al entorno escolar. Debido a esto sería de gran aporte, intervenir con los alumnos desde las distintas áreas para ayudar a mitigar todas estas situaciones de riesgo por medio de la implementación de actividades psicopedagógicas que ayuden a potenciar las HHSS, en este caso específicamente, un programa de formación musical basado en las prácticas de conjunto que se enfoque en fortalecer las habilidades sociales en el estudiantado.

La finalidad de esta intervención, es fortalecer en los estudiantes que pertenecen a la orquesta “Entre Cuerdas” los tres componentes principales de las HHSS: 1. Componente Conductual, 2. Componente Cognitivo y 3, Componente Fisiológico.

En el plano intelectual la música activa procesos memorísticos, de relación atención y concentración, además de apoyar el desarrollo del pensamiento abstracto a partir del conocimiento del lenguaje musical. En el plano físico se favorece la adquisición de destreza motriz (coordinación, lateralidad, percepción y comprensión espacio temporal) que son necesarias para la vida cotidiana. En el plano psicológico y emocional, la música ofrece posibilidades de expresión y comunicación, que estimulan el autoconocimiento y el desarrollo de la personalidad, así como de relación interpersonal, es decir, ayuda a canalizar y comprender las emociones y sentimiento, ayudando a la formación de conductas y comportamientos asertivos (Valles del Pozo, 2009).

Se espera pues, que, a partir de esta intervención, los estudiantes logren superar dificultades emocionales, que identifiquen aquellas situaciones en las que deberían implementar las habilidades sociales y sepan cómo enfrentarse a diversas situaciones de conflicto que se pueden presentar en el entorno escolar echando mano de lo afianzado en las intervenciones, además, sería ideal, que este proceso les sirva para su vida y los diferentes contextos en los que pueden habitar.

Al desarrollar actividades musicales, ha sido notable en ciertos casos, la transformación actitudinal que pueden llegar a tener las personas; casos particulares en los que por ejemplo un alumno que parecía ser muy callado e introvertido al ingresar a un grupo

musical, con el tiempo se va tornando participativo y extrovertido, u otros en los que jóvenes que tienen baja tolerancia a la frustración, logran con las prácticas musicales y la constancia, aprender a enfrentar situaciones de este tipo de buena manera e incluso, adolescentes que presentan una actitud agresiva pueden tornarse más tranquilos después de realizar actividades musicales en las que deben hacer tareas repetitivas, lidiar con la frustración y desenvolverse en la comunicación y el trabajo en equipo.

En Colombia, la relación entre estos dos campos del conocimiento (HHSS y Música) no han sido lo suficientemente estudiados, es por esto y por lo que se ha expuesto anteriormente, que se valida la importancia de este estudio, pues si bien existen algunas investigaciones a nivel mundial, son muy pocas las que relacionan en una totalidad los 3 componentes principales de las HHSS con las prácticas musicales, además con la realización de investigaciones de este tipo se puede demostrar la veracidad de la premisa que indica que hay una fuerte relación entre los aspectos ya mencionados, y esto, en consecuencia, podría llegar a posibilitar la implementación de programas musicales en más instituciones educativas, lo que a largo plazo llevaría a la exitosa formación de personas habilidosas socialmente, capaces de enfrentarse en sus diferentes entornos de manera óptima, al igual que a nivel personal.

En el caso del autor en cuestión que se ha tomado como base para esta investigación, se encuentra en las búsquedas numerosos aportes en investigación respecto a las habilidades sociales y su entrenamiento, también, acercándose un poco más al tema central de este estudio que trabaja con alumnos de secundaria, se observan investigaciones que trabajan la ansiedad social, la autoestima, el acoso escolar y la salud mental, entre otros, no

obstante ninguna de las búsquedas realizadas arrojó resultados que relacionen la música con las habilidades sociales en cuanto a el trabajo del autor mencionado. Alrededor del mundo se pueden hallar artículos como “El poder social de la música: Una perspectiva evolutiva de los efectos sociales de las actividades y programas educativos basados en la música” que tratan como tema central las HHSS y su relación con la música, cabe mencionar, que en este artículo se defiende la música como un fenómeno universal, además de darla a conocer como un elemento distintivo de la cultura. Se habla de que, en los últimos años, numerosos estudios han puesto de manifiesto el poder social y unificador de la música. Las investigaciones sobre el desarrollo apuntan a la aparición temprana del significado social de la música y demuestran que la música facilita el desarrollo de actitudes y comportamientos sociales positivos a través de distintos mecanismos que comienzan en los primeros meses de vida. Este artículo examina la literatura reciente sobre el desarrollo centrada en las implicaciones sociales de la música y revisa estudios que exploran el papel de la música en la comunicación social y emocional temprana, los efectos sociales de la sincronización rítmica, así como la importancia de la música en la identidad social y cultural. En programas de intervención y educación musical desarrollados a la luz de estos hallazgos para facilitar las habilidades sociales y actitudes de bebés, niños y jóvenes. Sugerencias para una mejor comprensión de las de las implicaciones sociales de los programas de educación musical. (Soley & Kösel, 2021)

Se puede apreciar en la intención del artículo anteriormente mencionado y que fue llevado a cabo en el año 2021, que se le asigna gran importancia al vínculo entre música y HHSS, asunto que ha sido poco estudiado a nivel de Latinoamérica y especialmente de

Colombia, pues realizando búsquedas sobre artículos académicos que traten sobre la relación de estos dos aspectos, por ejemplo artículos como el que propone Céspedes, 2021, y que titula “Promoción de la prosocialidad en Colombia: ¿Es la música más eficaz que otras intervenciones culturales?”, que pretende trabajar la prosocialidad, definiendo esta como la capacidad de ayudar a los demás sin esperar nada a cambio, aspecto que definitivamente se encuentra dentro de las HHSS, pero que evidentemente es solo una pequeña parte de las HHSS, o se puede traer a discusión también el artículo “¿Apacigua el alma la música? Evaluación del impacto de un programa de educación musical en Medellín (Colombia)”. Que realizaron los autores Jonathan Daniel Gómez Zapata, Luis César Herrero Prieto y cuyo objetivo fue evaluar el impacto económico y social generado por la participación en un programa de escuelas de música de la ciudad de Medellín; este obedece al estudio de la relación entre la música y HHSS, sin embargo, el título del mismo puede llegar a considerarse ambiguo en el sentido en que la expresión “impacto social” puede ser demasiado amplia para lograr definirla de forma simplificada y concreta. Los trabajos mencionados anteriormente son una muestra de los pocos que pueden ser tomados como referencia para esta investigación, pues no se encuentran aportes significativos que trabajen las HHSS como un todo, sin dejar de lado los aportes de los trabajos que se han podido visualizar para este país, si se puede dar cuenta de que han sido desarrolladas investigaciones que relacionan la música con uno a varios ítems de las HHSS, más no con sus tres componentes principales abarcándolas como un todo; es por esto que la intención para esta investigación es demostrar que los jóvenes que llevan a cabo prácticas musicales son más habilidosos socialmente que aquellos que no las practican, la pretensión es que pueda ser comprobada esta hipótesis que si bien ya se ha

constatado en otros países, no ha tenido gran relevancia en Colombia. Surge la necesidad entonces, de argumentar como las prácticas musicales pueden influir de forma positiva en la potenciación de habilidades sociales, en este caso, por medio de la implementación de un programa de formación musical basado en las prácticas de conjunto en una institución educativa de carácter público del oriente caldense, en dicho trabajo se aplicará la escala EHSA para determinar los resultados de la intervención y dar cuenta de los efectos positivos que la música puede llegar a tener cuando la meta es mejorar en el tema lograr ser una persona socialmente habilidosa.

Marco teórico

No existe una definición universalmente aceptada del concepto de habilidades sociales, existe una variedad de dimensiones que no acaban de quedar establecidas, componentes que cada investigador selecciona según sus criterios, no hay un modelo que guíe la investigación sobre las habilidades sociales hasta el momento.

Según (Phillips, 1985) los primeros intentos de EHS (aunque no denominados con ese nombre) se remontan a diversos estudios realizados con niños por autores como Jack (1934), Murphy y Newcomb (1973), Page (1936), Thompson (1952) y Williams (1935). Los autores citados estudiaron diversos aspectos que hoy en día se podrían considerar muy bien dentro del campo de las habilidades sociales que a partir de ahora se nombrarán como HHSS.

El estudio de las HHSS tiene principalmente 3 fuentes, una primera, reconocida como la más importante y en algunos casos como la única, se apoya en el trabajo de Salter (1949) denominado “Conditioned reflex therapy” (terapia de reflejos condicionados), estudio

influenciado por los estudios de pavlov sobre actividad nerviosa superior. Una segunda fuente la constituyen los trabajos de Zigler y Phillips (1960, 1961) sobre la “competencia social”. Esta área de investigación con adultos institucionalizados, mostró que cuando mayor es la competencia social previa de los pacientes que son internados en el hospital menor es la duración de su estancia en él y más baja su tasa de recaídas. “El nivel de competencia social anterior a la hospitalización” demostró ser mejor predictor del “ajuste posterior a la hospitalización que el diagnostico psiquiátrico” o el tipo de tratamiento recibido en el hospital. Estas dos fuentes anteriores son de EEUU. La tercera fuente se dio en Inglaterra, con un énfasis distinto, aunque ha habido una gran convergencia en los temas, métodos y conclusiones de ambos países. Finalmente, en EEUU se dio una serie de evoluciones de diferentes términos hasta llegar al de “habilidades sociales”.(Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales (Vicente Caballo) (z-lib.org), s. f.)

A mediados de los 70 el término “habilidades sociales” se estaba empleando en Inglaterra, aunque desde una perspectiva un poco diferente, empezó a tomar fuerza como sustituto de “conducta asertiva”. Durante un largo tiempo se usaron los términos “entrenamiento asertivo y entrenamiento en habilidades sociales, a los cuales se les designa prácticamente el mismo conjunto de elementos del tratamiento y el mismo grupo de categorías conductuales a entrenar. Y los términos “asertividad o habilidades sociales” serán equivalentes mientras no se diga lo contrario, pero en el presente documento se emplearán las siglas HHSS.

Concepto de habilidad social

Al no haber una definición universal establecida es difícil dar un significado concreto debido a los desacuerdos entre autores y también al entorno en el que se movilizan estos significados, pues los tiempos son cambiantes, las culturas y costumbres varían, y la edad como los otros, son factores de los cuales puede depender que se defina una adecuada habilidad social; lo que en un escenario puede ser aceptable, en otro puede no serlo. Los valores y creencias no permiten dar una sola definición, los enfoques varían de acuerdo al individuo. Por consiguiente, la conducta habilidosa, debería definirse, para algunos autores en términos de la eficacia de su función, en vez de en términos de su topografía (p. ej., Argyle, 1981, 1984; Kelly, 1982; Linehan, 1984).

Entre las diferentes propuestas de definición de habilidades sociales, encontramos aquellas que se enfocan únicamente en el contenido, es decir en la expresión de la conducta. Otras ponen su objetivo tanto en el contenido como en las consecuencias del mismo, y otras solo resaltan las consecuencias. Sin embargo, tanto el contenido como las consecuencias son importantes.

Según Caballo 1986 “La conducta socialmente habilidosa es ese conjunto de conductas emitidas por un individuo en un contexto interpersonal que expresa los sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de ese individuo de un modo adecuado a la situación, respetando esas conductas de los demás, y que generalmente resuelve los problemas inmediatos de la situación mientras minimiza la probabilidad de futuros problemas”

Aun cuando no hay una definición generalmente aceptada, hay un acuerdo general sobre el concepto de HHSS. El término Habilidad significa que la conducta interpersonal consiste

en un conjunto de capacidades de actuación aprendidas (Bellack y Morrison 1982; Curran y Wessberg, 1981; Kelly, 1982) Mientras que los modelos de personalidad presuponen una capacidad más o menos inherente para actuar de forma eficaz, el modelo conductual enfatiza: 1. Que la capacidad de respuesta tiene que adquirirse, y 2 que consiste en un conjunto identificable de capacidades específicas. (*Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales (Vicente Caballo) (z-lib.org), s. f.*)

Según Alberti (1977) tenemos que decir que la habilidad social:

- A. Es una característica de la conducta, no de las personas
- B. Es una característica específica a la persona y a la situación, no universal
- C. Debe contemplarse en el contexto cultural del individuo, así como en términos de otras variables situacionales.
- D. Está basada en la capacidad de un individuo de escoger libremente su acción
- E. Es una característica de la conducta socialmente eficaz no dañina.

Lazarus (1973) estableció las principales clases de respuesta o dimensiones conductuales que abarcan las habilidades sociales. Eran Cuatro:

1. La capacidad de decir “no”
2. La capacidad de pedir favores y hacer peticiones.
3. La capacidad de expresar sentimientos positivos o negativos.
4. La capacidad de iniciar, mantener y terminar conversaciones.

De acuerdo a lo que indica Caballo, un concepto adecuado debería tener 3 componentes: Una dimensión conductual (tipo de habilidad), una dimensión personal (las variables cognitivas) y una dimensión situacional (en el contexto ambiental).

Para la realización de este estudio se evaluarán las HHSS en sus tres componentes principales, para entender mejor el tema se hará un desglose resumido de cada componente a continuación.

Componente conductual

Caballo, se refiere a la parte observable y visible de las habilidades sociales, es decir, los comportamientos y conductas que se utilizan en las interacciones sociales. Este componente se basa en la premisa de que las conductas influyen en la forma en que las personas se perciben y responden entre sí, y que se puede aprender y mejorar las HHSS a través de la práctica y el entrenamiento.

Según Caballo, el componente conductual de las habilidades sociales implica la adquisición y utilización de un repertorio de conductas apropiadas y efectivas en diferentes situaciones sociales. Esto implica aprender a expresar emociones de manera adecuada, escuchar activamente, comunicarse de manera clara y asertiva, resolver conflictos de forma constructiva, iniciar y mantener conversaciones, entre otras habilidades sociales relevantes.

El enfoque conductual se basa en la idea de que nuestras conductas pueden ser aprendidas, modificadas y reforzadas a través de la práctica sistemática. Para desarrollar el componente conductual en habilidades sociales, es necesario identificar conductas

específicas que pretenden ser mejoradas, practicarlas en situaciones simuladas o reales, recibir retroalimentación y utilizar estrategias de refuerzo positivo para consolidar los comportamientos deseados.

Una parte fundamental del componente conductual en habilidades sociales es la exposición gradual a situaciones sociales desafiantes. Esto implica enfrentarse de manera progresiva a situaciones que generan ansiedad o dificultad, permitiendo así que la persona vaya adquiriendo confianza y habilidades para afrontarlas de manera efectiva. A medida que se va practicando y obteniendo resultados positivos, se fortalece la autoeficacia y se disminuye la ansiedad social.

Es importante destacar que el componente conductual en habilidades sociales no se limita a la mera adquisición de conductas superficiales, sino que busca promover una autenticidad en las interacciones sociales. Esto implica ser consciente de las propias emociones de cada uno, pensamientos y necesidades, así como considerar las de los demás, fomentando la empatía y el respeto mutuo en nuestras interacciones sociales. A continuación, se explican algunos de los componentes conductuales clave en habilidades sociales, según Vicente Caballo:

1. **Habilidades de comunicación verbal:** Las habilidades de comunicación verbal son cruciales en las interacciones sociales. Incluyen aspectos como la claridad en la expresión de ideas, el uso adecuado del lenguaje, la capacidad de escucha activa y la habilidad para mantener una conversación fluida. Desarrollar y mejorar estas habilidades nos permite expresarnos de manera efectiva, comprender a los demás y mantener una comunicación clara y significativa.

2. **Habilidades de comunicación no verbal:** La comunicación no verbal también desempeña un papel importante en las habilidades sociales. Esto abarca aspectos como el contacto visual adecuado, la postura corporal abierta y receptiva, los gestos y expresiones faciales congruentes con el mensaje que queremos transmitir, y el uso de la proximidad física adecuada. Estas habilidades no verbales pueden complementar y fortalecer nuestra comunicación verbal, ayudando a transmitir emociones, intenciones y actitudes de manera efectiva.
3. **Empatía y habilidades de relación:** La empatía es una habilidad esencial en las interacciones sociales. Implica ser capaz de comprender y compartir las emociones y perspectivas de los demás, lo que permite establecer conexiones significativas y mostrar comprensión y apoyo. Además, las habilidades de relación incluyen ser capaz de establecer y mantener relaciones saludables, demostrar interés genuino por los demás, manejar conflictos de manera constructiva y ofrecer y recibir retroalimentación de manera efectiva.
4. **Habilidades para el manejo de situaciones sociales:** Estas habilidades se refieren a la capacidad de adaptarse y desenvolverse en diferentes contextos sociales. Incluyen aspectos como la capacidad de iniciar y finalizar conversaciones, hacer preguntas adecuadas, participar en grupos de manera activa y adecuada, y comprender y respetar las normas sociales. Además, implica habilidades para manejar situaciones sociales desafiantes, como el rechazo, la crítica o la confrontación, de manera asertiva y constructiva.

Componente cognitivo

Vicente Caballo, expresa que, los componentes cognitivos desempeñan un papel fundamental en el desarrollo y la aplicación de las habilidades sociales. Estos componentes son procesos mentales que involucran la percepción, la interpretación, la memoria y la planificación de las interacciones sociales. se refieren a los procesos mentales que subyacen a éstas y que permiten comprender, interpretar y responder adecuadamente a las situaciones sociales en las que nos encontramos. Estos componentes son fundamentales para el desarrollo de habilidades sociales efectivas y saludables, por ejemplo:

1. Percepción social: La percepción social se refiere a cómo es interpretada la información social que es recibida desde el entorno. Incluye la capacidad de reconocer y comprender las expresiones faciales, los gestos, el tono de voz y otros aspectos no verbales de la comunicación. Una percepción social precisa permite captar las señales sociales y responder de manera adecuada.
2. Interpretación social: Una vez que la información social es percibida, se pasa a interpretar su significado. La interpretación social implica atribuir intenciones, motivaciones y estados mentales a uno mismo y a los demás. Es importante tener en cuenta que las interpretaciones pueden estar sesgadas por las creencias, experiencias pasadas y emociones, lo que puede influir en las respuestas sociales.
3. Memoria social: La memoria desempeña un papel crucial en las habilidades sociales. La memoria social implica recordar información relevante sobre las personas, como sus nombres, intereses y experiencias compartidas. También implica recordar eventos sociales pasados y las interacciones que se han tenido con otros individuos. Una buena

memoria social nos permite establecer conexiones más profundas y significativas con los demás.

4. **Planificación social:** La planificación social implica la capacidad de anticipar y prepararse para diferentes situaciones sociales. Implica la selección de estrategias adecuadas para cada contexto, la generación de respuestas apropiadas y la consideración de las consecuencias de nuestras acciones. Una buena planificación social ayuda a actuar de manera efectiva y adaptativa en las interacciones sociales.
5. **Atención social:** La atención social se refiere a la capacidad de dirigir la atención hacia los estímulos sociales relevantes en una situación determinada. Esto implica estar consciente de las expresiones faciales, los gestos, el tono de voz y otros signos no verbales que transmiten información social. Una atención social adecuada permite captar y procesar adecuadamente la información social necesaria para una interacción exitosa.
6. **Interpretación de las señales sociales:** Una vez que hemos dirigido nuestra atención hacia los estímulos sociales relevantes, debemos interpretar correctamente su significado. Esto implica comprender y dar sentido a las señales no verbales y verbales que recibimos de los demás. La interpretación precisa permite entender las intenciones, emociones y pensamientos de los demás, y ayuda a responder de manera apropiada.
7. **Procesamiento de la información social:** Una vez que hemos interpretado las señales sociales, debemos procesar rápidamente esa información para generar una respuesta adecuada. Esto implica integrar la información percibida con nuestro conocimiento previo y nuestras experiencias pasadas, y utilizarla para tomar decisiones sociales y planificar nuestra conducta. El procesamiento de la información social nos permite seleccionar la respuesta más adecuada en función de las demandas de la situación social.

8. **Habilidades de solución de problemas sociales:** Las habilidades de solución de problemas sociales se refieren a la capacidad para identificar y resolver eficazmente los conflictos y los desafíos que surgen en las interacciones sociales. Esto implica evaluar la situación, generar alternativas de respuesta, anticipar las consecuencias de cada opción y seleccionar la estrategia más adecuada. Las habilidades de solución de problemas sociales ayudan a resolver conflictos, negociar, expresar necesidades y mantener relaciones saludables.

Componente fisiológico

Se destaca también la importancia de los componentes fisiológicos en el desarrollo y la expresión de las habilidades sociales. Estos componentes están relacionados con las respuestas y los procesos fisiológicos que ocurren en nuestro cuerpo durante las interacciones sociales. Se muestran aquí algunos factores importantes en este componente.

1. **Activación fisiológica:** Durante las interacciones sociales, el cuerpo humano experimenta cambios fisiológicos que reflejan nuestra la emocional. Estos cambios incluyen el aumento de la frecuencia cardíaca, la sudoración, la tensión muscular y la activación del sistema nervioso autónomo. Una adecuada activación fisiológica permite estar alerta y preparados para interactuar con los demás.
2. **Expresión facial y corporal:** Las expresiones faciales y corporales juegan un papel crucial en las habilidades sociales. A través de la cara y el cuerpo, transmitimos emociones, intenciones y actitudes hacia los demás. La capacidad de leer y utilizar de manera adecuada las expresiones faciales y corporales contribuyen a una comunicación efectiva y una comprensión mutua.

3. **Voz y lenguaje no verbal:** La forma en que se utiliza la voz y el lenguaje no verbal también es fundamental en las habilidades sociales. El tono de voz, la entonación, el ritmo del habla y el uso de pausas pueden transmitir diferentes mensajes y afectar la forma en que nos perciben los demás. Además, el lenguaje no verbal, como los gestos, las posturas y los movimientos, complementa y enriquece nuestra comunicación verbal.
4. **Respuesta emocional:** Las emociones desempeñan un papel central en nuestras habilidades sociales. La capacidad para reconocer, regular y expresar las emociones influye en las relaciones con los demás. Una adecuada respuesta emocional permite empatizar, entender las emociones de los demás y responder de manera adecuada en diferentes situaciones sociales.

Estos componentes fisiológicos interactúan estrechamente con los componentes cognitivos y afectivos en la manifestación de las HHSS. Una comprensión y un manejo adecuado de los componentes fisiológicos son de gran ayuda para transmitir las intenciones y emociones de manera efectiva, facilitando así una comunicación clara y una interacción exitosa con los demás.

Como ya ha sido dicho, estos componentes, aunque están intrínsecamente arraigados en las personas, pueden modificarse a lo largo del tiempo y por diferentes razones, pero es importante aclarar que no es fácil de lograr y esto requiere tiempo, paciencia y perseverancia. Por ejemplo, en el caso del componente conductual hay que tener presente que el entrenamiento de este solo será efectivo con práctica constante y retroalimentación adecuada, se pueden mejorar las HHSS y tener interacciones más exitosas y satisfactorias con los demás. Caballo indica, que el componente conductual es fundamental para

desarrollar y mejorar las HHSS. Este componente se refiere a las conductas específicas que son llevadas a cabo durante las interacciones sociales. Entrenar el componente conductual implica adquirir nuevas conductas sociales, mejorar las habilidades existentes y ajustar la conducta de acuerdo con las demandas de cada situación social.

Aquí se exponen algunas estrategias propuestas por Vicente Caballo para entrenar el componente conductual en habilidades sociales, comenzando por “El Modelado” este implica observar e imitar a personas que tienen habilidades sociales efectivas. Puede ser útil buscar modelos a seguir, ya sean personas en la vida real, personajes ficticios o incluso videos que muestren interacciones sociales exitosas. Al observar cómo se comportan los demás en situaciones sociales, podemos aprender nuevas formas de interactuar y adquirir habilidades conductuales más efectivas. En segundo lugar, se hablará de la Retroalimentación y ensayo conductual: Obtener retroalimentación constructiva de otras personas es crucial para mejorar las HHSS. Se puede pedir a amigos, familiares o profesionales capacitados que den una opinión respecto a las conductas sociales que son demostradas. Además, realizar ensayos conductuales en los que se practiquen situaciones sociales específicas puede ser beneficioso. Se puede simular escenarios de conversación, juegos de roles o situaciones sociales reales para practicar y ajustar las conductas en un entorno controlado. Una tercera estrategia puede ser el Reforzamiento, este consiste en recompensar y fortalecer las conductas sociales deseadas. Puede ser útil establecer metas y recompensas para uno mismo, a medida que vamos mejorando en las HHSS. Además, se puede utilizar el refuerzo social, como el elogio y la aprobación de los demás, para fortalecer las conductas sociales positivas. El refuerzo positivo es una motivación a seguir mejorando y ayuda a internalizar las conductas sociales adecuadas. Por último,

pero no menos importante está la Exposición gradual, la aplicación de esta estrategia implica enfrentar gradualmente situaciones sociales que generan ansiedad o incomodidad. Se comienza con situaciones que resulten menos estresantes y, a medida que se va ganando confianza, se enfrenta a desafíos más difíciles. Esta técnica permite desensibilizar ante situaciones sociales que antes eran evitadas y ayuda a ganar confianza en las HHSS.

Es importante tener en cuenta que el entrenamiento del componente conductual requiere práctica constante y paciencia. Las habilidades sociales no se desarrollan de la noche a la mañana, sino que se fortalecen a lo largo del tiempo. Con dedicación y esfuerzo, se puede mejorar las HHSS y sentirse más seguros y cómodos en las interacciones con los demás.

En el caso del componente cognitivo, se debe mencionar que el entrenamiento del componente requiere práctica regular y constante. La autoobservación, la reflexión y la aplicación de nuevas estrategias cognitivas en situaciones sociales reales son fundamentales para consolidar y mejorar las HHSS. Con tiempo y esfuerzo, se puede fortalecer el componente cognitivo y mejorar la capacidad para relacionarnos de manera efectiva con los demás.

El entrenamiento de este componente implica trabajar en los procesos mentales relacionados con la percepción, la interpretación y la planificación de las interacciones sociales. Aquí hay algunas estrategias propuestas por Vicente Caballo para entrenar el componente cognitivo en habilidades sociales:

1. Entrenamiento en percepción social: El entrenamiento en percepción social implica mejorar la capacidad para captar y comprender la información social que es recibida. Esto puede incluir la práctica de la observación detallada de las expresiones faciales, el tono de voz y los gestos de los demás. También implica prestar atención a las señales no verbales sutiles y aprender a interpretarlas adecuadamente.
2. Reestructuración cognitiva: La reestructuración cognitiva implica examinar y cambiar las creencias y pensamientos negativos o distorsionados acerca de las interacciones sociales. Esto implica identificar y cuestionar pensamientos automáticos negativos, como el miedo al rechazo o la preocupación excesiva por lo que otros puedan pensar. Mediante la sustitución de estos pensamientos negativos por pensamientos más realistas y positivos, podemos cambiar la perspectiva y reducir la ansiedad social.
3. Desarrollo de habilidades de empatía y mentalización: La empatía y la mentalización son habilidades cognitivas cruciales en las interacciones sociales. La empatía implica la capacidad de ponerse en el lugar de los demás, comprender sus emociones y perspectivas. La mentalización se refiere a la capacidad de comprender los pensamientos y sentimientos internos de los demás. Estas habilidades se pueden entrenar mediante la práctica de la escucha activa, la búsqueda de puntos de vista alternativos y el desarrollo de la sensibilidad hacia las emociones de los demás.
4. Planificación social y resolución de problemas: La planificación social implica la anticipación y preparación de las interacciones sociales. Esto implica considerar el contexto, los objetivos y las posibles respuestas en una situación social dada. También implica desarrollar habilidades de resolución de problemas para manejar situaciones

sociales difíciles. Practicar la planificación social y la resolución de problemas nos ayuda a sentirnos más preparados y confiados en las interacciones sociales.

Caballo, destaca la importancia del entrenamiento del componente fisiológico para potenciar las HHSS. El componente fisiológico se refiere a los aspectos físicos y corporales que están implicados en las interacciones sociales. Aquí se hablará sobre algunas estrategias propuestas por el autor para entrenar el componente fisiológico en habilidades sociales. Comenzando con la Relajación, se puede decir de esta que es fundamental para manejar las respuestas fisiológicas el estrés y la ansiedad que pueden surgir durante las interacciones sociales. Practicar técnicas de relajación, como la respiración profunda, la relajación muscular progresiva o la meditación, puede ayudar a reducir la tensión y el malestar físico. Al aprender a estar relajados, se puede mejorar la capacidad para afrontar situaciones sociales desafiantes de manera más calmada y tranquila. Para continuar, es vital mencionar el Ejercicio físico, ojalá de manera regular no solo es beneficioso para la salud en general, sino que también puede tener un impacto positivo en las HHSS. La actividad física regular ayuda a reducir la ansiedad, mejorar el estado de ánimo y aumentar la confianza en uno mismo. Además, el ejercicio puede ayudar a controlar adecuadamente los niveles de energía y promover una postura corporal más abierta y segura, lo cual puede influir en las interacciones sociales a las que las personas se ven expuestas a diario. En tercer lugar, cabe mencionar el Cuidado de la voz y el lenguaje no verbal, ya que estos son aspectos fisiológicos importantes en las HHSS. Para mejorar estos aspectos, es útil prestar atención a la calidad de la voz personal, el volumen, el tono

y la entonación. Practicar ejercicios de vocalización y cuidar la voz mediante una buena hidratación y descanso vocal puede contribuir a una comunicación más clara y efectiva. Además, ser conscientes del lenguaje no verbal, como de la postura, los gestos y expresiones faciales, permite transmitir mensajes de manera más coherente y congruente. También se debe prestar atención a la adecuada Práctica de contacto físico y proximidad, pues estos son aspectos fisiológicos que pueden tener un impacto en nuestras interacciones sociales. Practicar el contacto físico adecuado y respetuoso, como un apretón de manos o un abrazo, puede contribuir a establecer conexiones más cercanas y afectivas con los demás. Además, ser conscientes de las normas culturales y las preferencias individuales en cuanto a la proximidad física puede ayudar a ajustar nuestro comportamiento de acuerdo con cada situación.

Debería tenerse en cuenta que el entrenamiento del componente fisiológico en habilidades sociales requiere práctica constante y paciencia. Cada persona puede tener sus propias necesidades y desafíos, por lo que es recomendable adaptar las estrategias a las características individuales de cada uno. La búsqueda de apoyo de un profesional de la salud mental, como un terapeuta o un entrenador de habilidades sociales, puede ser beneficioso para recibir orientación específica y personalizada en este proceso de entrenamiento.

En este punto ha quedado ya establecido que son las habilidades sociales y sus tres componentes principales, de igual forma, la manera en la que estos se pueden llegar a modificar, lo cual resulta muy relevante ya que son el componente conductual, cognitivo y fisiológico los que se han trabajado en este estudio y que se han intentado modificar o potenciar

desde la intervención que se implementó a los alumnos que participaron en la investigación. Ahora, es momento de entrar en materia realizando un breve recuento de algunos estudios en habilidades sociales que se relacionan con el que en este documento se expone.

La música y las HHSS están intrínsecamente relacionadas y pueden influirse mutuamente de varias maneras, se ha demostrado que la música puede tener varios beneficios para el desarrollo de estas en individuos de todas las edades, pues participar en actividades musicales puede tener un impacto significativo en el desarrollo y fortalecimiento de las HHSS, a continuación, se muestran algunos aspectos destacados de Estimulación del diálogo y la interacción: La música puede servir como un tema de conversación común, lo que facilita la interacción social y el establecimiento de relaciones.

- **Comunicación no verbal:** La música es una forma de comunicación no verbal que utiliza elementos como el tono, el ritmo, la entonación y la expresión emocional. Al participar en la música, las personas desarrollan habilidades para interpretar y expresar emociones a través de gestos, movimientos y expresiones faciales, lo que también puede aplicarse a la comunicación no verbal en situaciones sociales.
- **Empatía y comprensión emocional:** La música tiene el poder de evocar emociones y conectar a las personas a nivel emocional. Al escuchar y participar en la música, las personas pueden desarrollar habilidades de empatía al reconocer y comprender las emociones expresadas en la música, lo que a su vez puede aplicarse a la comprensión emocional en las interacciones sociales.

- Cooperación y trabajo en equipo: La música en grupo, como tocar en una banda o cantar en un coro, requiere la cooperación y la coordinación entre los músicos. Esta colaboración promueve habilidades sociales como el trabajo en equipo, la escucha activa, la atención a los demás y la capacidad de adaptarse a diferentes roles y contribuciones, lo que puede ser transferible a otros contextos sociales.
- Autoexpresión y confianza: La música proporciona una vía para la autoexpresión y la creatividad. Al participar en actividades musicales, las personas pueden desarrollar confianza en sí mismas y en su capacidad para expresarse de manera auténtica. Esta confianza y autoexpresión pueden tener un impacto positivo en la forma en que se relacionan con los demás y se expresan en situaciones sociales.
- Conexión social y construcción de relaciones: La música es un lenguaje universal que puede servir como un punto de conexión y una experiencia compartida entre las personas. Participar en actividades musicales, como conciertos o clases de música, brinda oportunidades para conocer a otras personas con intereses similares, establecer conexiones sociales y construir relaciones basadas en la pasión compartida por la música.

Queda claro entonces, que la música es una herramienta artística por medio de la cual se pueden llegar a mejorar significativamente varios aspectos importantes de las HHSS, como se pudo observar en los antecedentes; el reconocido psicólogo y autor central de este estudio Vicente Caballo ha realizado un sinnúmero de estudios respecto a las HHSS, sin embargo, en ningún caso se ha estudiado la relación entre estas y la música, es por esto que para poder continuar, debe hacerse una exposición de algunos estudios tanto a nivel mundial, latinoamericano y nacional sobre investigaciones o estudios que relacionan los dos temas principales de este documento.

En la búsqueda y realización del estado del arte fueron objeto de búsqueda diferentes bases de datos y portales web. Comenzando con las bases de datos que ofrece la biblioteca virtual de la universidad de Caldas, se realizó una búsqueda en algunas de ellas como son Scopus, Web of Science, Tylor & Francis, Scielo, Redalyc.org, Oxford Academic, Jstor, y Google Scholar. Al comenzar las búsquedas se arrojaban resultados de miles de artículos, pero formulando filtros respecto al año de publicación y las categorías académicas los rangos se cerraban a unos cientos de artículos, como estos aún eran demasiados fue necesario especificar un poco más en el título de búsqueda reduciendo lo que en un principio fue “Música y habilidades sociales” a “música y habilidades sociales en adolescentes”; con esta última especificidad, más los filtros que se configuraron, el número de artículos redujo significativamente en un número que oscilaba ente 150 o menos artículos. En este punto fue necesaria la lectura de cada título para determinar su pertinencia en el estudio, dejando como resultado unos 15 o 20 artículos importantes. Finalmente, de estos artículos se realizó una matriz detallada en la que se escogieron los artículos que se adaptaban mejor a la investigación ya sea por su año de publicación o tipo de población de objeto de estudio, lo cual redujo la matriz a unos 5 artículos que realmente se adaptaban al trabajo en cuestión. Cabe mencionar que en estas bases de datos solo se evidenció utilidad en al menos 4 de ellas, y solo en una de ellas se encontraron documentos que fueron desarrollados en Latinoamérica y Colombia.

Se hablará entonces seguidamente, sobre diversos estudios de autores alrededor del mundo que trataron los temas que son de vital importancia en este documento: las HHSS y la Música.

En un principio, se citará a la autora española Agnès Ros-Morente, quien es doctora, y profesora de psicología y educación emocional en el Departamento de Pedagogía y Psicología de la

Universidad de Lleida. (España). Se ha sabido que sus intereses de investigación se centran en los procesos emocionales básicos, así como en la regulación emocional y sus correlatos. Ella publicó en el año 2019 un estudio titulado “Más allá de la música: Habilidades emocionales y su desarrollo en jóvenes adultos en coros y bandas” el cual quería demostrar la importancia y estreches en la relación entre la música y el desarrollo emocional e interpersonal de quienes que la practican.

Los últimos estudios señalan la importancia de las competencias emocionales en la educación de los jóvenes. La música está estrechamente vinculada al desarrollo personal de los individuos y la evidencia sugiere que existen diferencias entre los jóvenes que participan en actividades musicales en grupo y los que no. En el estudio que desarrolló Morente, se analizó el perfil socioemocional de una muestra de adolescentes músicos españoles que cantaban en coros o tocaban en bandas. Un total de 660 adolescentes músicos y 655 no músicos participaron en el trabajo, en el que se evaluaron competencias emocionales, satisfacción vital, motivación para el estudio y capacidad de liderazgo. Al mismo tiempo, también se administró un cuestionario ad hoc a los músicos para obtener su perfil musical académico. Los resultados del estudio muestran diferencias estadísticamente significativas entre músicos y no músicos en todas las variables medidas, y sugieren que, en línea con investigaciones previas, pertenecer a un conjunto musical, como coros y bandas, está relacionado con el desarrollo de muchas habilidades, así como con la autopercepción. Además, promueve el desarrollo de competencias socioemocionales, la motivación y el liderazgo. (Morente, A.R. 2019, pp 6)

Continuando, se cita a los autores Salvador Oriola Requena y Josep Gustems Carnicer de la Universidad de Barcelona (España) quienes realizaron un estudio titulado “La dirección musical de agrupaciones juveniles: un referente de liderazgo y competencias socioemocionales” En el cual deseaban demostrar que el hecho de ser director de una banda u orquesta o cualquier tipo de ensamble musical, aumenta notoriamente la capacidad de liderazgo.

La dirección musical es un claro ejemplo de liderazgo eficiente en el que el director, a través de sus competencias y su formación socioemocional, intenta encabezar una agrupación y sacarle el máximo rendimiento. El presente estudio, fundamentado en un marco conceptual sobre el liderazgo y las dimensiones socioemocionales en la dirección musical, pretende describir, analizar y comparar el perfil intra e interpersonal (capacidad de liderazgo, satisfacción vital, desgaste profesional y empatía) de los directores que lideran una agrupación musical juvenil. Para ello, a partir de una metodología descriptiva no experimental, se ha aplicado un protocolo de cuestionarios a una muestra conformada por 10 directores de bandas juveniles de la Comunidad Valenciana y 10 directores de corales juveniles de Cataluña. Los resultados obtenidos confirman que los directores poseen unas competencias destacables para liderar agrupaciones integradas por adolescentes, en las que la dimensión socioemocional es imprescindible para el buen funcionamiento y el éxito colectivo en todas sus facetas. (Oriola, S. & Gustems, J. 2019 pp 1)

En tercer lugar se trae a colación el documento realizado por un grupo de investigadores llamados Saibunmi Skowrung, Chandransu Nantida y Chanoksakul Surasi; cuyo artículo fue publicado en el periódico de música de Malasia en el año 2021

Esta investigación tenía como objetivo investigar las habilidades sociales y emocionales de los estudiantes a través de la participación en bandas de música de secundaria. secundaria. Mediante un enfoque cualitativo, el estudio incluyó una entrevista en grupo a 10-12 estudiantes y una entrevista semiestructurada con el director de banda de cada una de las bandas de concierto de secundaria que llegó a la fase final de los concursos celebrados en Tailandia en los últimos cinco años. Los resultados revelaron que los alumnos mostraban una gran capacidad de autoaprendizaje en lo que respecta a sus aptitudes de aprendizaje social y emocional, de las siguientes maneras:

- a) Autoconciencia: conocían sus puntos fuertes y débiles, sabían cómo mejorar y eran capaces de enfrentarse a sus problemas.
- a) autoconciencia: conocían sus puntos fuertes y débiles, sabían cómo mejorar y eran capaces de manejar sus propios sentimientos
- b) autogestión: demostraron una gestión eficaz de su propia rutina profesional, afrontando y superando el estrés y la presión.
- c) conciencia social: empatizaron y comprendieron las perspectivas de los demás y reconocieron sus diversos orígenes y culturas,

- d) habilidades relacionales: han establecido relaciones sólidas con otros miembros, directores y antiguos alumnos de la banda, negociaron los conflictos entre otros miembros y buscaron y ofrecieron ayuda cuando fue necesario,
- e) toma de decisiones responsable: aprendieron a tomar decisiones responsables y razonables en nombre de sus bandas. (Saibunmi et al., 2021)

Continuando, se hablará sobre un estudio realizado por la autora Varvara Pasiali, quien es profesora en Livingstone de Musicoterapia en la Universidad Queens de Charlotte que está ubicada en Carolina del norte EE.UU. La doctora Pasiali es una musicoterapeuta reconocida internacionalmente y conferencista sobre intervención temprana, musicoterapia familiar, prevención, bienestar y salud mental, resiliencia y salud socioemocional. Es ponente habitual en conferencias y ha publicado en diversas revistas. Ella desarrolló una investigación en el año 2018 titulada “Evaluación de un programa musico terapéutico de desarrollo de habilidades sociales para jóvenes con recursos limitados” en el cual se enfocó en los niños que viven en comunidades de bajos recursos y que corren el riesgo de tener un desarrollo socioemocional y un rendimiento académico más bajo que los niños con mejores posibilidades económicas, esto, dada la evidencia emergente que apoya el uso de experiencias de musicoterapia grupal para apoyar el desarrollo social a través de programas extraescolares comunitarios. En este sentido dicho estudio se asemeja a la investigación expuesta en este documento, pues ciertamente la mayoría de individuos que participaron en este son jóvenes de clase baja o media baja. El del estudio de Pasiali pretendía examinar el beneficio potencial de un programa de musicoterapia de desarrollo de habilidades sociales para mejorar las habilidades sociales

y el rendimiento académico de los niños en edad escolar con recursos limitados en un programa extraescolar.

Para ello se utilizó un diseño pre/post-test de grupo único, y se reclutaron 20 estudiantes (11 mujeres, 9 varones), de edades comprendidas entre 5 y 11 años, de un programa extraescolar. El programa de habilidades sociales de musicoterapia consistió en ocho sesiones de 50 minutos, y la intención era medir la competencia social y el comportamiento antisocial utilizando la Escala de Comportamiento Social en el Hogar y la Comunidad (HCSBS; Merrell y Caldarella, 2008), y las habilidades sociales, los problemas de conducta y la competencia académica utilizando el Sistema de Mejora de Habilidades Sociales (SSIS; Gresham y Elliot, 2008a, 2008b).

Sólo se incluyeron en el análisis de datos los estudiantes que asistieron a un mínimo de seis sesiones. Los resultados no mostraron cambios significativos en las puntuaciones individuales de la subescala HBSC; sin embargo, el número total de habilidades de bajo rendimiento/alto riesgo disminuyó significativamente. Los resultados de los profesores del SSIS indicaron una mejora significativa en la comunicación, una disminución significativa de la hiperactividad, las tendencias conductuales autistas y las conductas problemáticas en general, y disminuciones marginales en la internalización. Las valoraciones de los padres reflejaron, en parte, las del profesor. Basándose en lo anterior, se logró concluir que la musicoterapia tiene el potencial de ser una intervención efectiva para promover la competencia social de niños en edad escolar con recursos limitados, particularmente en las áreas de comunicación y conductas de bajo rendimiento/alto riesgo. La enseñanza de habilidades mediante la letra de canciones y la improvisación surgieron como intervenciones destacadas. (Pasiali, V. 2018 pp 5)

Como los anteriores estudios mencionados, se encuentran otros realizados alrededor del mundo, por ejemplo, en Londres, Suiza, Estados Unidos y otros. Sin embargo, es vaga la información que se puede recolectar respecto al continente latinoamericano en cuanto a las investigaciones que relacionen las HHSS y la Música. Se enuncian seguidamente, algunos trabajos relacionados con los temas de interés central de este documento a nivel de América del Sur.

En primer lugar, se expone una tesis titulada “Taller de banda de música y las habilidades sociales en estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa N° 16205 – Numparque” que fue realizada para obtener el título de Licenciado en educación musical y fue desarrollada por Pedro Jaime Salazar Quiroz, estudiantes del conservatorio regional de música del norte público “Carlos Valderrama” y que se desarrolló durante el año 2022 en Trujillo Perú. En esta el autor expresa que la música es importante en la formación integral de los estudiantes por lo que la investigación tuvo como objetivo general determinar en qué medida el taller de banda de música influye en las habilidades sociales de los estudiantes del cuarto grado de educación secundaria de la Institución Educativa N° 16205 del Centro Poblado Numparque – Aramango - Bagua.

La investigación según su enfoque es cuantitativa, transversal de tipo descriptivo. La muestra estuvo conformada por 18 estudiantes de secundaria, aplicándose el muestreo no probabilístico. Se utilizó la guía de observación que fue sometida a criterios de validación de expertos y de confiabilidad. Los datos fueron procesados utilizando la estadística descriptiva.

Como resultado, la investigación da cuenta que existe relación de influencia de la variable taller de banda de música en las habilidades sociales de los estudiantes, ya que establecen trabajo en equipo, cooperativo, convivencia, socialización, práctica de valores, que cuantitativamente se expresan en el nivel medio que presentan la mayoría de estudiantes en desarrollo de taller de banda y habilidades sociales. (Obtener Título De & Bach Pedro Jaime Salazar Quiroz ASESOR Mg Santos Oswaldo Orbegoso Dávila, s. f.)

En segundo lugar, también de Perú, se ha de echar mano de una tesis realizada en la Universidad Cesar Vallejo con el fin de obtener el título de Magister en Psicología educativa, este se titula “Música para el fortalecimiento de habilidades sociales en estudiantes de segundo grado de secundaria en una institución educativa de Huarmaca”, ha sido realizada por Cesar Augusto Barrios Neira en Chiclayo-Perú en el año 2023. Este trabajo quiere expresar que el ser humano para relacionarse de manera adecuada, necesita desarrollar diversas habilidades sociales, en tal sentido la música es una herramienta clave para dicho fin. El trabajo tuvo como propósito proponer un programa de taller de música para el fortalecimiento de las HHSS, utilizó un enfoque cuantitativo, tipo propositivo no experimental. Se aplicó en 28 estudiantes de segundo grado de secundaria en una institución educativa de Huarmaca. Siendo el instrumento, un Inventario de evaluación para conocer el nivel de Habilidades sociales de estudiantes del autor, Marcos Saavedra Aquino, adaptado por Julio César Sierra Villafuerte en el año 2018. Los datos analizados determinaron que, en la variable habilidades sociales; el 100%, se ubican en un nivel promedio regular. En la dimensión asertividad se percibe 60.7% en nivel bajo, 39.3% nivel regular y 0% en nivel alto; en autoestima; del 100% se reflejó 85.7% en

nivel regular, 14.3 % nivel bajo y 0% en nivel alto; en relaciones interpersonales, el 92.9 % en nivel regular, 3.6 % en nivel bajo, y alto respectivamente. (ESCUELA DE POSGRADO PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA, c.b.) En este caso no se observa una diferencia relevante entre la muestra de estudiantes que participó en el estudio lo que da muestra de la necesidad de atender la problemática en estudiantes de segundo grado de educación secundaria.

Continuando, se hablará en este momento sobre una tesis para obtener el título de Magister en psicología Educativa que se realizó en el año 2020 en la Universidad Cesar Vallejo, esta se tituló “Educación musical y habilidades sociales en estudiantes de la sección estudios preparatorios programa escolar de la Universidad Nacional de Música”, su autor se llama Jorge Erick Pajares Leon y dicho trabajo fue desarrollado en Lima, Perú. El autor expresa que actualmente las personas de esta sociedad necesitan un sin número de habilidades sociales como toma decisiones, trabajo en equipo, solución de problemas, adaptación a los cambios, autocontrol de sus emociones, comunicación asertiva y otras. La música es una herramienta indiscutible para la adquisición no solo de capacidades musicales, sino también de capacidades y habilidades de diversos aspectos del desarrollo. La investigación que realizó XXX tiene como objeto establecer la relación entre la educación musical y habilidades sociales, tuvo un enfoque cuantitativo, de tipo aplicada y su diseño no experimental de corte transversal y nivel de estudio correlacional. Se aplicó en estudiantes de la sección estudios preparatorios programa escolar de la Universidad Nacional de Música, los cuales participaron de forma voluntaria y con consentimiento de sus padres. Los instrumentos fueron el cuestionario de evaluación de la educación

musical que medirá la enseñanza aprendizaje de la educación musical y la Escala de evaluación de habilidades sociales de Arnold Goldstein para medir las competencias sociales. Los datos analizados determinaron que la Correlación de Rho de Spearman entre la Educación Musical y las Habilidades Sociales es de 0.580 indicando un grado de relación alta. (ESCUELA DE POSGRADO PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA, p.j.)

Como se ha evidenciado hasta el momento, son diversos los estudios que llevan a procesos de investigación temas relacionados con las prácticas musicales y las HHSS, en contraste, se puede resaltar un vacío en cuanto a la relación entre estos dos, pues se puede observar que en muchos de los casos, estos son estudios que si bien llevan a cabo investigaciones sobre los valores, el liderazgo, la autoestima o la comunicación y relaciones interpersonales, pocos de ellos enfatizan en las HHSS, entendiendo que son tratados algunos aspectos de estas indirectamente, más no enfocando su centro de estudio en las HHSS como tal. Siguiendo con el estado del arte, se muestran a continuación, algunos estudios realizados en Colombia, se debe tener en cuenta que en algunos casos los estudios no llevan en sus títulos las palabras HHSS pero esto no significa que no estén relacionados con el tema, ya que como se ha demostrado anteriormente, las HHSS son un conjunto amplio de características del comportamiento humano.

Para abrir, será expuesto el artículo denominado ¿Apacigua el alma la música? Evaluación del impacto de un programa de educación musical en Medellín (Colombia). Este fue desarrollado por Jonathan Daniel Gómez Zapata, Luis César Herrero Prieto y

Beatriz Rodríguez Prado en el año 2020 que fue publicado en el periódico de economías culturales. Los autores refieren que numerosos estudios han corroborado los efectos de la educación cultural y musical sobre bienestar de los individuos, considerando la música como una práctica o habilidad principalmente sistemática o como oferta educativa establecida. Sin embargo, pocos estudios evalúan el impacto de los programas musicales diseñados para alcanzar objetivos específicos en los que la música se considera una herramienta para el cambio social. Como estudio de caso, fue tomada la Red de Escuelas de Música de Medellín (Colombia), cuyo programa de educación para la iniciación musical lleva en marcha 23 años. El objetivo fue evaluar el impacto económico y social generado por la participación en este programa. Se Utilizó una técnica cuasi-experimental de propensity score matching como método de evaluación. Los resultados mostraron que el programa reduce significativamente la probabilidad de que los participantes se vean envueltos en conflictos, adicionalmente, que perciben una mejor calidad de vida. Los estudiantes obtienen mejores resultados académicos e intensifican el consumo cultural y la participación en actividades artísticas. (Gómez-Zapata et al., 2021)

Continuando con la exposición se menciona en este momento un estudio que fue liderado en la ciudad de Cali, y se titula “Promoción de la prosocialidad en Colombia: ¿Es la música más eficaz que otras intervenciones culturales?”, este fue relizado por Julian Cespedes Guevara en la Universidad Icesi, Colombia en el año 2021.

Este artículo presenta un estudio en dos partes sobre el impacto prosocial de las actividades culturales del tercer sector con niños y adolescentes de barrios urbanos empobrecidos y

afectados por la violencia de Cali, Colombia. En primer lugar, un estudio de campo de un año de duración comparó un programa preexistente de formación musical con un programa de formación en danza y un programa de fútbol con niños de 9 a 14 años, para determinar la medida en que cada uno de ellos favorece el desarrollo de actitudes empáticas y comportamientos prosociales. Los programas de música y danza produjeron pocos cambios significativos en la empatía o la prosocialidad de los participantes, en los dos grupos. El abandono de participantes impidió la comparación con el programa de entrenamiento futbolístico. En segundo lugar, se utilizó un estudio de entrevistas para comprender el lugar que ocupa la prosocialidad en los objetivos y el trabajo de los responsables políticos, los financiadores y los profesionales del tercer sector que dirigen actividades culturales de impacto social en la región de Cali. El estudio reveló que las organizaciones pretendían lograr una transformación individual y social creando las condiciones para la transformación, evidenciada en forma de resultados positivos. Ni las medidas utilizadas por las propias organizaciones ni los constructos psicosociales de prosocialidad y empatía utilizados por los investigadores evidenciaron adecuadamente algunos de los resultados previstos, como permitir a los individuos construir un proyecto de vida, practicar y mantener la inclusión social y transformar las comunidades, ni un camino de transformación individual a transformación social. Las diferencias entre la estructura de las actividades culturales y sus valores asociados hicieron que se creyera que las distintas actividades se prestaban más o menos bien a la transformación social. Esto pone de relieve la necesidad de una investigación crítica y co-construida que utilice una gama más completa de constructos que puedan captar los resultados de estos programas tanto para los individuos como para los grupos. (Cespedes, J. 2021 pp 332)

Se habla en tercer lugar sobre el artículo “creación de rimas cortas para mejorar la expresión oral de los estudiantes de secundaria en Colombia” llevado a cabo para el Programa de Posgrado de Greensboro College por Erlin Enrique Mosquera Mosquera en el año 2022, el autor comenta que las canciones siempre se han considerado herramientas valiosas en el aprendizaje y la enseñanza de una lengua extranjera. La música ayuda a crear un entorno de aprendizaje atractivo y fructífero que facilita y motiva la adquisición de una segunda lengua. A través de la música, los alumnos practican el vocabulario, la gramática, la comprensión oral, la lectura y la pronunciación, que son esenciales para fomentar la capacidad de comunicación oral. Además, las canciones aumentan la confianza de los alumnos y mejoran sus capacidades cognitivas y sociales. El objetivo de este trabajo fue crear diez rimas musicales que ayudaran a estimular las habilidades comunicativas y orales de los estudiantes de secundaria de Bogotá, Colombia. Las rimas musicales abordan las funciones lingüísticas más comunes que los estudiantes utilizan en las conversaciones cotidianas, como información personal, rutinas diarias, trabajos y profesiones, actividades de tiempo libre, gustos y disgustos, presente perfecto, presente perfecto continuo y segundas condicionales. Los versos cantados se subieron a un canal de Youtube para que profesores de todo el mundo puedan beneficiarse de esta ayuda al aprendizaje. Además, las canciones tienen apoyo visual para facilitar la comprensión del vocabulario. También, fueron compartidos consejos y recomendaciones para que el contenido de la canción pueda utilizarse adecuadamente para estimular la comunicación oral en el aula.(Enrique & Mosquera, 2022)

Para concluir con este apartado, se ha podido observar que, si bien existen diversos estudios alrededor del mundo, a nivel de Latinoamérica y en Colombia, No se ha desarrollado de forma relevante el vínculo que tienen las HHSS con la música, especialmente en Colombia, los estudios han sido muy pocos y no enfatizan su objeto de estudio en estos temas como tal, más bien tratan algunos tópicos que se relacionan con dichos temas, pero que sin embargo, no abarcan por completo el tema de las HHSS. Se puede decir entonces que hay un gran vacío respecto a las investigaciones que puedan demostrar la importancia de la relación entre los dos aspectos tratados a lo largo de este documento, lo cual da pie a la realización de la presente investigación y demuestra su importancia en el campo de la educación y específicamente en el área de artes y humanidades.

Objetivo general

Establecer el efecto de un programa de formación musical basado en las prácticas de conjunto en las habilidades sociales en una muestra de estudiantes de 12 a 19 años de una institución educativa de carácter público de un municipio del municipio de Manzanares en el Departamento de Caldas.

Objetivos específicos

- Establecer el nivel de conocimientos previos en teoría musical de la muestra de estudiantes evaluada
- Describir el nivel de desempeño de las habilidades sociales en la muestra evaluada.

- Diseñar un plan actividades a través de la música para el fortalecimiento de habilidades sociales basado en las prácticas de conjunto musicales
- Implementar una propuesta de intervención en formación musical para el desarrollo de habilidades sociales
- Establecer los cambios en los conocimientos de teoría musical y en las habilidades sociales, posteriores a la propuesta de intervención

Metodología

Metodología estadística.

Para la elaboración de normas de interpretación de los datos de esta investigación, se utilizó una prueba diseñada especialmente para medir las HHSS en adolescentes (EHSA) según la escala, aquellas personas que obtengan una calificación de 53 se encuentran en la categoría inferior, mientras que los que obtengan puntajes entre 54 y 62 se ubicarán en la categoría bajo, así mismo los que tengan una calificación entre 63 y 72 se sitúan en la categoría promedio, del mismo modo aquellas personas que obtengan puntajes que oscilen entre 73 y 81 estarán ubicados en una categoría alto. Por último, los que tengan una calificación entre 82 y 90 se encuentran en la categoría superior.

La variable habilidades sociales será medida de acuerdo a la aplicación de la Escala de Habilidades Sociales EHSA (2019), la que considera tres dimensiones: a) Componente conductual: Esta primera dimensión engloba las formas de comunicación entre los individuos: verbal, no verbal y paralingüística (ítems 1,2, 4,5 8, 9, 10,15 y 16), b) Componente cognitivo: Esta segunda dimensión encierra las diferentes formas de pensamiento que pueden presentarse dentro de un contexto interpersonal: competencias, autorregulación, estímulos, expectativas (ítems 3,6,11,12,13,17, 18,19,21,23 y 24), c) Componente fisiológico: En esta tercera dimensión los ítems van en relación de la activación fisiológica que tienen las personas al momento de relacionarse con otros: Actividad electromiográfica, respiración, presión sanguínea y actividad electrodermal (ítems 7,14,20,22 y 25). Herrera, J. (2019)

Tipo de investigación

La presente es una investigación con un diseño cuasiexperimental de tipo correlacional

Población y muestra

Se trabajo con alumnos que viven en el municipio de Manzanares Caldas y que pertenecen a la Institución Educativa Manzanares quienes cursan grados de 6° a 11° y que tiene entre los 12 y 19 años, de edad; la mitad de esta muestra fueron estudiantes que pertenecen a la orquesta Entre Cuerdas de la mencionada institución y en todos los casos los padres de familia o acudientes firmaron el consentimiento informado durante el I semestre de 2023, en total participaron del estudio 38 jóvenes.

Metodología

Inicialmente se describen las variables cuantitativas utilizando estadísticos de tendencia central y de dispersión, mientras que para las variables cualitativas se muestra la frecuencia y el porcentaje.

Posteriormente se prueba si las variables cuantitativas se distribuyen de forma normal mediante la prueba de Shapiro Wilk, esto para establecer si se aplican pruebas paramétricas o no paramétricas, así:

1. Pretest: comparar si el grupo experimental y el control iniciaron el experimento en condiciones estadísticamente iguales. En este caso se utiliza la prueba t de Student para dos poblaciones diferentes (previa prueba de homocedasticidad de varianzas) o la U de Mann-Whitney.
2. Postest: comparar si el grupo experimental y el control finalizaron el experimento en condiciones estadísticamente iguales. Manejo estadístico igual al caso anterior.
3. Comparación Pretest – Postest: se compara el grupo experimental pretest vs. Grupo experimental postest. Se compara el grupo control pretest vs. Grupo control postest. Para las calificaciones distribuidas normalmente tal comparación se lleva a cabo con la prueba t de Student para muestras dependientes, en caso de que no se distribuyan normalmente, la prueba de Wilcoxon.

4. La determinación del tamaño del efecto y poder de la prueba. Para la potencia de la prueba se utilizó el tamaño del efecto definido por Cohen para diferencias de medias.
5. La inferencia estadística fue trabajada con una significancia del 5% y el software utilizado para procesar la información fue el Jamovi versión 2.2. La Potencia estadística se encontró con el software G*Power.

Resultados

Se trabajó con dos grupos, experimental y control, compuestos por 19 personas cada uno de ellos, el experimental conformado por jóvenes pertenecientes a la orquesta ‘Entre cuerdas’ de la Institución Educativa Manzanares. El segundo grupo (control), también eran jóvenes de la misma institución educativa, pero que no pertenecían a la orquesta mencionada anteriormente y no reciben ningún tipo de capacitación musical.

Momento 1

El grupo experimental tuvo una edad de 14,8 años (DE = 2,0 años), y estuvo compuesto por 6 hombres (31,6%) y 13 mujeres (68,4%). Así mismo, la edad promedio del grupo control fue de 14,8 años (DE = 1,2 años), 12 hombres (62,3%) y 7 mujeres (36,8%).

Por grados los estudiantes se encontraban discriminados como muestra la tabla 1.

Grupo	Grado						Total
	6	7	8	9	10	11	
Control	3 (15,8%)	4 (21,1%)	4 (21,1%)	8 (42,1%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	19 (100,0%)
Experimental	1 (5,3%)	2 (10,5%)	2 (10,5%)	7 (36,8%)	3 (15,8%)	4 (21,1%)	19 (100,0%)
Total	4 (21,1%)	6 (31,6%)	6 (31,6%)	15 (78,9%)	3 (15,8%)	4 (21,1%)	38 (100,0%)

Momento 2

Al iniciar el proceso de investigación se realizó una prueba de conocimientos musicales a ambos grupos, donde se apreció, como era de esperarse, diferencia estadística (Pvalor <0,001)

entre las calificaciones medias de ambos grupos, siendo la media del grupo experimental mayor que la del control. Los estadísticos en escala de 0 a 5 para esta prueba se muestran en la tabla 2.

Tabla 3. Descriptivas para la calificación de la prueba musical		
Estadístico	Grupo	Puntaje sobre 5
Media	Grupo control	1,93
	Grupo experimental	3,77
Mediana	Grupo control	2,08
	Grupo experimental	3,75
Desviación estándar	Grupo control	0,85
	Grupo experimental	0,66
Mínimo	Grupo control	0,42
	Grupo experimental	2,08
Máximo	Grupo control	3,33
	Grupo experimental	5,00
Cuartil 1	Grupo control	1,25
	Grupo experimental	3,54
Cuartil 3	Grupo control	2,50
	Grupo experimental	4,17

Momento 3

Para la escala de habilidades sociales (EHSA), la tabla 3 señala medias ligeramente mayores para el grupo experimental posttest con respecto al mismo grupo pretest, en los componentes conductual, cognitivo y el total, mientras que para el grupo control, en todos los componentes y el total disminuyó.

Tabla 4. Estadísticas para el test HHSS							
Estadístico	Momento	Grupo	Edad	Conductual	Cognitivo	Fisiológico	Total
Media	Posttest	Control	14,2	24,4	30,1	11,0	65,5

Tabla 4. Estadísticas para el test HHSS							
Estadístico	Momento	Grupo	Edad	Conductual	Cognitivo	Fisiológico	Total
	Pretest	Experimental	15,1	24,9	31,4	10,2	66,5
		Control	14,3	25,2	32,4	11,1	68,6
		Experimental	14,8	23,8	28,7	12,3	64,8
Mediana	Posttest	Control	14,0	26,0	31,0	10,0	66,0
		Experimental	15,0	25,0	33,0	10,0	67,0
	Pretest	Control	14,0	26,0	31,0	11,0	68,0
		Experimental	14,0	23,0	29,0	12,0	66,0
Desviación estándar	Posttest	Control	1,4	4,5	4,2	2,3	8,2
		Experimental	1,9	4,1	5,3	3,0	9,0
	Pretest	Control	1,2	3,1	3,3	2,6	4,1
		Experimental	2,0	3,0	4,7	3,0	6,6
Mínimo	Posttest	Control	12,0	14,0	20,0	8,0	44,0
		Experimental	12,0	14,0	18,0	5,0	46,0
	Pretest	Control	12,0	19,0	27,0	5,0	62,0
		Experimental	12,0	18,0	19,0	5,0	49,0
Máximo	Posttest	Control	17,0	30,0	38,0	15,0	78,0
		Experimental	19,0	32,0	39,0	16,0	80,0
	Pretest	Control	17,0	30,0	39,0	16,0	79,0
		Experimental	19,0	31,0	35,0	19,0	76,0
Cuartil 1	Posttest	Control	13,0	22,5	27,5	10,0	64,0
		Experimental	14,0	23,5	28,5	7,5	61,0
	Pretest	Control	13,5	23,5	30,5	10,0	65,5
		Experimental	14,0	22,0	26,5	11,0	61,5
Cuartil 3	Posttest	Control	15,0	27,0	31,5	13,5	70,0
		Experimental	15,5	27,0	35,0	12,0	73,5
	Pretest	Control	15,0	27,0	35,0	13,0	70,5
		Experimental	15,5	25,5	32,0	13,5	67,5

Momento 4

Análisis de equivalencia del grupo experimental y control al iniciar la investigación

Los grupos experimental y control iniciaron el estudio en condiciones estadísticamente iguales, tales como se aprecia en la tabla 3, donde las variables cuantitativas presentaron varianzas iguales (Pvalores de 0,132 o mayores) y se distribuyeron normalmente (Pvalores de 0,158 o mayores), con excepción de la edad cuyo Pvalor para la distribución normal fue de 0,038, por lo que para comparar entre los grupos experimental y control se utilizó el test de Welch para la edad, mientras que en los demás casos se aplicó la t de Student para medias independientes.

La tabla 3 muestra que, en el pretest los dos grupos tuvieron medias estadísticamente iguales en la edad, dimensión conductual y fisiológica, pero en lo cognitivo y total, el grupo control presentó mejores promedios que el experimental. Adicionalmente se observa que el tamaño de la muestra no fue apropiado pues como máximo se logran potencias del 76,2% (se esperaría que al menos fueran del 80%).

Tabla 5. Comparación de variables del grupo experimental y control, en el pretest

Variable	Prueba realizada	Grados de libertad	Pvalor	Tamaño del Efecto	Poder de la prueba
Edad	U Mann-Whitney	-	0,578	0,105	0,061
Conductual	T de Student	36,0	0,177	0,447	0,300
Cognitivo	T de Student	36,0	0,009	0,891	0,762
Fisiológico	T de Student	36,0	0,215	0,410	0,233
Total	T de Student	36,0	0,037	0,702	0,558

Para las variables cualitativas grado que estudia el joven y género, se realizaron pruebas chicuadrado, las que mostraron que ambas variables en el pretest eran independientes del grupo experimental o control (Pvalores = 0,094 y 0,051, respectivamente).

Momento 5

Comparación grupo experimental pretest vs. Grupo experimental posttest, y comparación grupo control pretest vs. Grupo control posttest. Para el grupo experimental la prueba de Shapiro-Wilk mostró normalidad para la edad, las dimensiones conductual y fisiológica y para el total (Pvalores de 0,24 o superiores), por lo que para comparar estas variables para entre el pretest y el posttest se utilizará la prueba t para medias dependientes, mientras que, para la dimensión cognitiva, cuyo Pvalor en la prueba de normalidad dio 0,01 se utilizará la prueba de Wilcoxon. Mientras que para el grupo control ninguna de las variables se distribuyó normalmente (Pvalores de 0,005 o menores). Por ello, las comparaciones se realizarán utilizando la prueba de Wilcoxon (tabla 5).

En la tabla se muestra diferencia significativa para el grupo experimental en lo fisiológico y para el control en lo cognitivo, habiendo el grupo experimental mejorado en lo fisiológico mientras que el grupo control disminuyó en lo cognitivo.

Tabla 6. Comparación de grupo experimental Pretest vs. Posttest. Comparación de grupo control Pretest vs. Posttest						
Grupo	Variable	Prueba realizada	Grados de libertad	Pvalor	Tamaño del Efecto	Poder de la prueba
Experimental	Conductual	T de Student	18,0	0,110	0,386	0,357
	Cognitivo	W de Wilcoxon	-	0,057	0,529	0,566
	Fisiológico	T de Student	18,0	0,023	0,571	0,653
	Total	T de Student	18,0	0,159	0,337	0,285
Control	Conductual	W de Wilcoxon	-	0,554	0,286	0,210
	Cognitivo	W de Wilcoxon	-	0,030	0,692	0,794
	Fisiológico	W de Wilcoxon	-	0,865	0,107	0,072
	Total	W de Wilcoxon	-	0,079	0,56	0,614

Nuevamente se observa que la potencia de la prueba como máximo alcanza un 61,4%, lo que indica que la probabilidad de no equivocarse rechazando una hipótesis nula falsa como máximo es de ese valor.

Momento 6

Comparación entre los grupos experimental y control al finalizar el experimento. La

comparación entre grupos se realizó utilizando la t de Student para todas las variables con excepción de lo conductual (pues la prueba de normalidad para este caso dio un Pvalor de 0,048).

Los grupos experimental y control finalizaron el estudio en condiciones estadísticamente iguales (tabla 5), lo que indica que la intervención afectó las habilidades sociales de los estudiantes, teniendo en cuenta que al comenzar el experimento, el grupo control presentaba valores más altos el componente cognitivo y el grupo experimental logró alcanzar al grupo control. (Pvalores de 0,369 o mayores).

Tabla 7. Comparación de grupo experimental vs. control, en el postest					
Variable	Prueba realizada	Grados de libertad	Pvalor	Tamaño del Efecto	Poder de la prueba
Conductual	U de Mann-Whitney	-	0,907	0,025	0,050
Cognitivo	T de Student	36,0	0,383	0,286	0,138
Fisiológico	T de Student	36,0	0,369	0,295	0,144
Total	T de Student	36,0	0,709	0,122	0,065

Para este último análisis se logró como máximo una potencia del 14,4%, cuando al menos ésta debería ser del 80,0% según la mayoría de la bibliografía recomienda.

La Formación musical para el desarrollo de habilidades sociales en adolescentes

El programa de formación musical para efectuar cambios en las HHSS de los jóvenes se realizó por medio de 6 Unidades Didácticas enfocando 2 de cada una de ellas en un componente específico de las HHSS y cuyo desarrollo se tomaba entre una y dos semanas.

Para comenzar se llevó a cabo la realización de la unidad número uno llamada “Cultivos Ilícitos” y en la cual su enfoque principal consistió en trabajar sobre el Componente conductual, y específicamente en las Habilidades Verbales y Paralingüísticas. Para realizar esta actividad se dio a conocer a los jóvenes, el significado de lo que son los cultivos ilícitos, porque se dan y que efectos colaterales

pueden dejar en la tierra y en la vida de las personas que los realizan. Todo esto se hizo a partir de una lectura en la cual un hombre narra su experiencia de vida que giró en torno a este tipo de cultivos.

En respuesta a la actividad, los estudiantes manifestaron gran empatía hacia lo que la lectura expresaba, dieron sus opiniones respecto al porqué de esta situación en muchos hogares colombianos, también hubo menciones respecto a familiares de los jóvenes que se encontraban en esos momentos privados de su libertad por tener algún nexo con este tipo de procesos ilegales en Colombia, y en este sentido, ellos no expresaron en ningún momento tener algún pensamiento negativo en contra de sus familiares o de las personas para las que ellos o ellas trabajaban y que los llevaron a una situación de privación de su libertad.

Toda la actividad se desarrolló de manera orla en el aula de clase de música.



Asignatura: P.P.I	Grado: 6°-11°	Docente: Dahiana García Montes
-------------------	---------------	--------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> Nombre de la actividad # 1
<ul style="list-style-type: none"> Concepto: Cultivos Ilícitos

Foco temático
Habilidades Sociales Componente conductual: Habilidades Verbales y paralingüísticas



Propósito de la actividad
Se pretende realizar la apropiación del significado de las palabras “cultivos ilícitos” en los estudiantes que pertenecen a la orquesta Entre Cuerdas de la I.E Manzanares, el por qué se realiza esta actividad y sus consecuencias en nuestro

país, al mismo tiempo han de potenciarse habilidades sociales verbales por medio del debate, la discusión colectiva y la conceptualización grupal.



Descripción de la actividad

- Para comenzar se dará la bienvenida y se explicará la metodología y el tema a trabajar
- Se realiza la pregunta problematizadora para ser respondida de manera oral por quienes quieran participar
- Procedemos a la lectura del marco teórico por parte de la docente en voz alta
- Posteriormente escucharemos la canción “Coca por coco” mientras la letra es proyectada
- Se da lugar para responder las preguntas en grupos de 4 personas
- Finalmente hacemos una mesa redonda en la que se ha de socializar oralmente con lo cual se espera unir conceptos y encontrar la relación de la canción con las lecturas



Pregunta problematizadora

¿Sabes que son los “cultivos ilícitos”? Si sabes responde, de lo contrario cuéntanos lo que piensas



Marco teórico



“Teníamos dos finquitas que sumaban casi tres hectáreas en San Miguel, Putumayo, cerca del final del país. Sembrábamos coca y eso, ¡uy, sí que le ganábamos! En el 93 yo arranqué a traerme la coca peruana [Tingo María](#). Esta sacaba cosecha cada dos meses, por hectárea me salían 20 o 30 morros que alcanzan para cinco kilos de pasta. En 1998, un kilo de pasta de coca valía \$1.200.000. Yo le ganaba algo como \$350.000 a cada hectárea, o sea que cada dos meses me hacía \$1.500.000 en total (casi el doble del salario mínimo mensual en Colombia para la fecha). De eso vivíamos mi esposa, mis dos hijas y yo, y vivíamos bien; el pago era inmediato y en efectivo, y los comerciantes que la llevaban a Ecuador y a Bolivia la recogían allí mismo en las fincas.

En 2001 llegó el [Plan Colombia](#) al Putumayo y se dio la primera oleada de erradicación de cultivos. No nos tocó porque no teníamos nexos directos con grupos ilegales y el gobierno Pastrana con la ayuda de Estados Unidos iba tras los narcos. En 2005, llegó el Frente 48 del Bloque Sur de las FARC y se tomó las finquitas. Montaron una casucha, un laboratorio, mejor dicho, y empezaron a comercializar la cocaína ahí en nuestro territorio.

Nos hacían cultivarles nuestra coca, que, porque así no nos mataban, nos dejaban quedarnos y algo de ganancia nos daban. Para finales del 2006 un kilo de pasta estaba valiendo \$800.000 pesos y los comandantes nos dejaban a los campesinos de a \$200.000 o \$250.000 mensuales. Había días que seguíamos de largo sin un peso y nos tocaba callar. Cuando llegaron los paracos del Bloque Sur Putumayo de las AUC, se veían laboratorios por donde fuera, y cada nada había incendios porque entre los bandos se quemaban el negocio del otro. Si alguna casucha se prendía nos avisábamos entre vecinos y salíamos corriendo.

En 2007, cuando el gobierno empezó a erradicar bruscamente los cultivos, las tensiones incrementaron en San Miguel. Yo salí para Túquerres, en Nariño, con mi familia. Allá caí en una mina antipersonal que me dejó sordo de un oído, entonces a los dos años nos volvimos a la finca. El terreno estaba abandonado y como no echaron químicos nos pusimos a laborar la tierra y empezamos a sembrar cacao, porque en Ecuador se estaba comprando mucho el producto. Pero no teníamos los conocimientos. Yo no tenía idea de podarlo, lo mochaba todo y eso no crecía bueno. Perdí el tiempo y la platica.

La cosa se puso fea, fea, en 2009. Los paramilitares se habían desmovilizado entonces toda la zona quedó al mando de las FARC; estaban el frente 48, el 32 y un montón de bandas criminales que empezaron a hacer limpieza social con cualquiera que no les colaborara con el tráfico de la droga. No había control de nada y hasta los policías estaban metidos en el negocio. La violencia empezó a encrudecerse. Cuando el ejército empezó a entrar, los guerrilleros

minaron los cultivos para que no se los exterminaran como ya había pasado. Y entonces, arrancaron con las fumigaciones aéreas. Pasaban aviones que rociaban los cultivos.

Dañaron el suelo, nuestro suelo. El que por años y años, en el territorio amazónico, nuestros ancestros habían cultivado. Sí es malo lo que uno ha cultivado, la coca, digo. Pero si uno lo hace es para el beneficio de uno porque con la plata que se consigue uno no hace maldades, no va matar gente, no va a hacer matar gente, nada... Lo que uno consigue es para el sustento de la familia.

Ahora cultivamos pimienta negra. Pero se demora mucho en dar y así no podemos vivir. Por mí, vuelvo a la coca”.

*Porfirio Díaz, campesino de San Miguel, Putumayo. Excultivador de coca y actualmente de pimienta negra.

*El nombre de la fuente fue cambiado por petición propia.

Cultivos ilícitos

En Colombia, el Art. 3º de la [Ley 30 de 1986](#) define que la producción, fabricación, exportación, importación, distribución, comercio, uso y posesión de [estupefacientes](#), lo mismo que el cultivo de plantas de las cuales estos se produzcan, se limitará únicamente a fines médicos y científicos. Por ello, en el Art. 32º, se estipula que las personas que sin permiso de autoridad competente, cultiven, conserven o financien plantaciones de marihuana o cualquier otra planta de la que pueda producirse cocaína, morfina, heroína o cualquier otra droga que genere dependencia, incurrirá en un delito castigado con prisión de cuatro a doce años, y será multado con diez a 400 salarios mínimos mensuales. Así, todo cultivo que produzca estupefacientes sin autorización, se convierte en un cultivo ilícito.



Actividades de construcción del conocimiento

Responde las siguientes preguntas:

- Después de escuchar las lecturas y la canción, responde:

1. ¿Qué son cultivos ilícitos?
2. ¿Por qué las personas realizan los cultivos ilícitos?
3. ¿Qué piensas respecto a las personas que realizan cultivos ilícitos?



4. ¿Conoces a alguien que haya tenido algún contacto con los cultivos ilícitos? En caso de responder Si, ¿qué sabes sobre las experiencias de esta persona con dichos cultivos? (No es necesario mencionar nombres)
5. ¿Qué relación tiene la canción con el texto?
6. Socialización de las preguntas de manera grupal

Tiempo y lugar de ejecución:

Aula de música I.E Manzanares (nueva sede)

2 horas



La segunda Unidad Didáctica se tituló “Juego de Roles” en esta se trabajo nuevamente sobre el Componente Conductual, pero esta vez, específicamente en las Habilidades no Verbales y Verbales.

Para esta actividad se puso a los alumnos bajo situaciones hipotéticas de estrés o socialmente incómodas agrupándolos por parejas, y cada pareja debía darle solución a la situación dada en cuestión.

De manera intensional se ubicaron las situaciones a los alumnos según sus perfiles académicos, sociales y religiosos y sorpresivamente, los jóvenes aceptaron los roles hipotéticos que fueron entregados y resolvieron sus situaciones de una forma muy ética y empática con “el otro”.

Cada pareja realizó una corta obra de teatro en frente de todo el grupo narrando la situación que les correspondió resolver y realizando la acción resolutoria a modo de actuación en el aula de clase con sus compañeros como público.



Asignatura: P.P.I

Grado: 6°-11°

Docente: Dahiana García Montes

<ul style="list-style-type: none"> Nombre de la actividad # 2
<ul style="list-style-type: none"> Juego de Roles

Foco temático

Habilidades Sociales

Componente conductual: Habilidades no verbales y verbales



Propósito de la actividad

Esta actividad basada en juegos de rol, permite a los participantes practicar y desarrollar habilidades sociales de manera activa, centrándose en el componente conductual propuesto por Vicente Caballo. Es importante recordar que la práctica regular y la exposición gradual a situaciones sociales desafiantes son clave para mejorar estas habilidades.



Descripción de la actividad

Teniendo un grupo de trabajo, se propondrá formar parejas para desarrollar una actividad de juegos de rol en los cuales los alumnos se vean en situaciones sociales problemáticas e intenten desenvolverse de la mejor manera para solucionarlas. Posterior a esto habrá una retroalimentación por parte de todos los integrantes del grupo y de la docente.



Pregunta problematizadora

¿Alguna vez escuchaste la expresión “Habilidades Sociales”?

¿Sabes que significa?

Si no lo sabes, ¿Qué puedes intuir al respecto?



Marco teórico

El componente conductual en habilidades sociales, según Vicente Caballo, se refiere a la parte observable y visible de las habilidades sociales, es decir, los comportamientos y conductas que utilizamos en nuestras interacciones sociales. Este componente se basa en la premisa de que nuestras conductas influyen en la forma en que los demás nos perciben y responden, y que podemos aprender y mejorar nuestras habilidades sociales a través de la práctica y el entrenamiento.

Según Caballo, el componente conductual de las habilidades sociales implica la adquisición y utilización de un repertorio de conductas apropiadas y efectivas en diferentes situaciones sociales. Esto implica aprender a expresar emociones de manera adecuada, escuchar activamente, comunicarse de manera clara y asertiva, resolver conflictos de forma constructiva, iniciar y mantener conversaciones, entre otras habilidades sociales relevantes.

El enfoque conductual se basa en la idea de que nuestras conductas pueden ser aprendidas, modificadas y reforzadas a través de la práctica sistemática. Para desarrollar el componente conductual en habilidades sociales, es necesario identificar conductas específicas que deseamos mejorar, practicarlas en situaciones simuladas o reales, recibir retroalimentación y utilizar estrategias de refuerzo positivo para consolidar los comportamientos deseados.

Una parte fundamental del componente conductual en habilidades sociales es la exposición gradual a situaciones sociales desafiantes. Esto implica enfrentarse de manera progresiva a situaciones que generan ansiedad o dificultad, permitiendo así que la persona vaya adquiriendo confianza y habilidades para afrontarlas de manera efectiva. A medida que se va practicando y obteniendo resultados positivos, se fortalece la autoeficacia y se disminuye la ansiedad social.

Es importante destacar que el componente conductual en habilidades sociales no se limita a la mera adquisición de conductas superficiales, sino que busca promover una autenticidad en las interacciones sociales. Esto implica ser consciente de nuestras propias emociones, pensamientos y necesidades, así como considerar las de los demás, fomentando la empatía y el respeto mutuo en nuestras interacciones sociales.

Podemos decir entonces que 1|2, el componente conductual en habilidades sociales, según Vicente Caballo, se centra en el aprendizaje y utilización de comportamientos adecuados y efectivos en situaciones sociales. A través de la práctica sistemática, la exposición gradual y el uso de estrategias de refuerzo positivo, podemos mejorar nuestras habilidades sociales, desarrollar mayor confianza en nosotros mismos y establecer relaciones más satisfactorias con los demás.



Actividades de construcción del conocimiento

1. Preparación:

- Se divide al grupo de trabajo en parejas.
- Usando una lista (previamente preparada) de situaciones sociales desafiantes o conflictivas que suelen surgir en la vida diaria (por ejemplo, pedir ayuda, dar una opinión diferente, recibir una crítica, etc.).



2. Explicación:

- Se presentan brevemente los conceptos básicos del componente conductual en habilidades sociales, según la teoría de Vicente Caballo.
- Destaca la importancia de la práctica y la exposición gradual a situaciones sociales para mejorar las habilidades de interacción.

3. Instrucciones:

- Se le asigna a cada pareja una situación social de la lista preparada previamente.
- Posteriormente se procede a explicar que cada pareja representará la situación a través de un juego de rol.
- Luego, se establece un tiempo límite para la preparación de los roles y la discusión de estrategias de afrontamiento.

4. Juego de rol:

- **Ahora se invita a las parejas a realizar sus representaciones de la situación asignada.**
- **Después, se anima a los participantes a actuar de forma realista, teniendo en cuenta las emociones y los comportamientos involucrados.**
- **En esta parte, se observan las interacciones y se tomarán notas sobre los aspectos positivos y áreas de mejora.**

5. Retroalimentación:

- **Después de cada Juego de rol, se abre un espacio de retroalimentación constructiva.**
- **Aquí, se le pide a los demás participantes que compartan sus observaciones sobre los aspectos positivos y sugieran posibles mejoras.**
- **Ahora, la docente brinda sus propias sugerencias y consejos basados en el componente conductual en habilidades sociales.**

6. Rotación de roles:

- **Los alumnos cambian las parejas y se asigna una nueva situación social para que representen.**
- **Se repiten entonces los pasos 4 y 5 para cada nueva situación asignada.**

7. Discusión final:

- **Al finalizar todas las representaciones, se da lugar a una discusión grupal para que los participantes compartan sus aprendizajes y reflexiones.**

- Anima a que destaquen la importancia de la práctica continua y la aplicación de estrategias conductuales en situaciones sociales reales.

Tiempo y lugar de ejecución:

Aula de música I.E Manzanares (nueva sede)

2 horas



3La tercera unidad tenía como título “**Expresión corporal y musical. (Coca por coco)**” y se enfocó en el Componente conductual trabajando las Habilidades no verbales y también en el Componente Cognitivo respecto a las Expectativas.

Se propuso a los jóvenes que tomarán de la canción “Coca por Coco” del grupo Herencia de Timbiquí, los pregones que se aprecian al final los cuales dicen:

“En vez de chontaduro, marihuana dan

1. En de vez de chontaduro, ñame y pan

En vez de chontaduro, marihuana dan

2. Sufro tanto por eso y mi llanto

En vez de conchaduro, marihuana dan

3. Y ven más allá, más allá de la tierra del sol y el mar

En vez de chontaduro, marihuana dan

4. Dame de esa piel pa' que no cometa una imprudencia

En vez de chontaduro, marihuana dan

5. Y es la inconcencia de la gente que no piensa en un futuro

En vez de chontaduro, marihuana dan

6. Se van metiendo en un camino triste y oscuro

En vez de chontaduro, marihuana dan”

La propuesta consistió en pedir a los jóvenes que cambiaran la frase que responde al pregón por una frase mas acorde a su entrono y qu igualmente llevaría a reflexionar.

Y sus respuestas fueron estas:

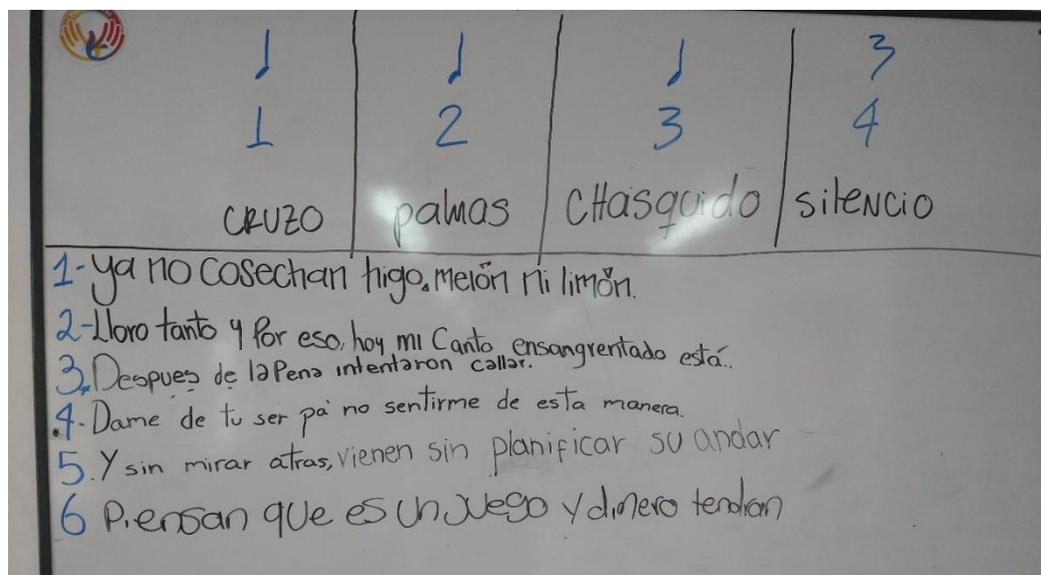


Figura 1. Pregones

Posterior a la nueva escritura de las frases de la canción todos los alumnos las cantaron en grupo desarrollando al mismo tiempo el esquema rítmico enseñado. Y para finalizar por cada grupo que realizó la frase nueva, expresaron en un pedazo de papel por medio de una frase, dibujo o cualquier forma escrita que desearan; una pequeña reflexión frente a la difícil situación que atraviesan quienes se ven inmersos en los cultivos ilícitos. Éste fue el resultado:



Figura 2. Mapa



Asignatura: P.P.I	Grado: 6°-11°	Docente: Dahiana García Montes
-------------------	---------------	--------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> • Nombre de la actividad # 3
<ul style="list-style-type: none"> • Expresión corporal y musical. (Coca por coco) •

Foco temático

Habilidades Sociales

Componente conductual: Habilidades no verbales

Componente Cognitivo: Espectativas



Propósito de la actividad

En esta propuesta se busca abordar dos de los lenguajes artísticos que generalmente no suelen ser eje central de los currículos educativos en las instituciones de nuestro país, incluso por investigaciones realizadas en la región, se evidencia que la educación artística en latinoamérica está asociada principalmente a las artes visuales. Se plantea una clase enfocada en la expresión corporal y la música, pero que al mismo tiempo lleve al trabajo sobre las Habilidades sociales en sus componentes conductual y cognitivo por medio de actividades artísticas.



Descripción de la actividad

Se interpretará a viva voz la canción coca por coco, para luego proceder a la realización de unas actividades artístico/reflexivas encaminadas a la potenciación de las habilidades sociales en sus componentes conductual y

cognitivo.



Pregunta problematizadora

Define lo que crees que significa la expresión: "Coca por coco"



Marco teórico

Canción: COCA POR COCO (Herencia de Timbiquí)

Se pusieron a talar todo el bosque
 Para un producto nuevo sembrar
 Se olvidaron de plantar papachina
 Chontaduro, yuca y la pepa 'e pan
 Y trajeron gente de otros lugares
 Pa' que los vinieran a asesorar

Hoy en el lugar de coco, se cosecha coca
 Y en lugar de amores, hay enemistad
 En lugar de huapuco, se come bazuco
 Y en lugar de guarapo, marihuana dan

Y como consecuencia de esos malos cambios
 En nuestro paraíso se acabó La Paz
 Y como consecuencia de esos malos cambios
 En nuestro paraíso se acabó la paz

No hay hombres pescadores
 Solo hombres pescados
 Que aparecen muertos por cualquier manglar
 Con la lengua afuera y dedos cortados
 Porque dijo algo que era de guardar

**Irreconocible porque les echaron
Químicos que usan para procesar**

**Y como consecuencia de esos malos cambios
En nuestro paraíso se acabó la paz**

**En vez de chontaduro, marihuana dan
En vez de chontaduro, ñame y pan
En vez de chontaduro, marihuana dan
Sufro tanto por eso y mi llanto se quedó en el mar
En vez de chontaduro, marihuana dan
más allá, más allá de la tierra del sol y el mar
En vez de chontaduro, marihuana dan
Dame de esa piel pa' que no cometa una imprudencia
En vez de chontaduro, marihuana dan**

Y es la inconcencia de la gente que no piensa en un futuro

**En vez de chontaduro, marihuana dan
Se van metiendo en un camino triste y oscuro
En vez de chontaduro, marihuana dan**

**En vez de chontaduro, marihuana dan
Ale ale ale ale oye ale ale
En vez de chontaduro, marihuana dan**



Actividades de construcción del conocimiento

- 1. Interpretación de la canción Coca por coco de la agrupación Herencia de Timbiquí.**
- 2. A continuación, se hace una reflexión respecto al contenido de la canción.**
- 3. Se enseña el esquema rítmico corporal que ha de servir como acompañamiento de la canción propuesta.**
- 4. Se hace la propuesta de inventar un movimiento corporal relacionado con fragmentos de las estrofas y de reescribir un verso pequeño para modificar los pregones finales de la canción y realizar un nuevo ensamble con todos los integrantes del grupo.**



5. Se lleva a cabo el ensamble artístico por todo el grupo en el cual durante toda la canción los alumnos interpretan el esquema rítmico excepto en el momento de participación de su grupo, así mismo, todos cantarán los pregones del final menos en el momento de cantar las frases por grupo.

6. A partir de la vivencia en clase, cada alumno expresará a través de palabras o dibujos en una ficha de rompecabezas una reflexión final sobre cómo creen que podrían cambiar la realidad del país (ideales, sueños, propuestas), para finalmente formar con estas el croquis del mapa de Colombia.

Tiempo y lugar de ejecución:

Aula de música I.E Manzanares (nueva sede)

2 horas



La Unidad número cuatro tenía por nombre “Cuestionamiento y reestructuración cognitiva en habilidades sociales” para esta ocasión el trabajo enfatizó en el componente Cognitivo de las HHSS.

Para esta ocasión los alumnos fueron llevados a unas situaciones hipotéticas que fueran emocionalmente estresantes y también que se ajustaran a las vivencias diarias de los jóvenes.

En primer lugar, ellos debían resolver de manera inmediata la situación como lo hubieran hecho en su vida cotidiana, sin reflexionar o meditar al respecto, sino más bien simplemente actuando de manera instintiva, esto con el fin de acercarnos a la realidad y a la verdadera forma en que las personas suelen resolver sus asuntos.

Tras permitir que los estudiantes “resolvieran” las situaciones difíciles en que estaban inmersos, se evaluó si fue o no fue asertiva la manera en que lo hicieron, analizando los pros y contras y especialmente sus efectos a largo plazo, y, posterior a este análisis, cada uno de ellos hizo una nueva resolución a la situación habiendo pensado cual pudo haber sido la mejor manera de resolver el conflicto.

Para finalizar esta jornada se hizo un proceso de reflexión oral con los alumnos en el cual se retroalimentó de manera positiva toda la experiencia y quedó en cada uno de ellos la invitación al análisis de resolución de conflictos en cualquier entorno en el que se dieran encontrar.



Asignatura: P.P.I	Grado: 6°-11°	Docente: Dahiana García Montes
-------------------	---------------	--------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> Nombre de la actividad # 4
<ul style="list-style-type: none"> Cuestionamiento y reestructuración cognitiva en habilidades sociales

Foco temático
Habilidades Sociales Componente Cognitivo: Cuestionamiento y reestructuración cognitiva



Propósito de la actividad
Desarrollar el componente cognitivo en habilidades sociales según Vicente Caballo.



Descripción de la actividad
<p>Esta actividad se centra en el componente cognitivo en habilidades sociales, permitiendo a los participantes identificar y cuestionar los pensamientos automáticos negativos o distorsionados que pueden influir en sus habilidades sociales. Mediante el cuestionamiento y la reestructuración cognitiva, los participantes pueden desarrollar un pensamiento más realista y adaptativo, lo que a su vez puede mejorar su confianza y capacidad para interactuar de manera efectiva en situaciones sociales desafiantes.</p>



Pregunta problematizadora

¿Alguna vez actuaste de manera acelerada bajo alguna situación de estrés?

¿Después de haber actuado tuviste la sensación de que hubieras preferido actuar de otra manera?

¿Que has hecho para remediar tus acciones?



Marco teórico

El cuestionamiento y reestructuración cognitiva es una técnica fundamental en el desarrollo de habilidades sociales, según Vicente Caballo. Esta técnica se basa en la idea de que nuestros pensamientos y creencias influyen en nuestras emociones y comportamientos en situaciones sociales. Al identificar y cuestionar los pensamientos negativos o distorsionados, podemos reemplazarlos por pensamientos más realistas y adaptativos, lo que nos permitirá mejorar nuestras habilidades sociales.

La primera etapa de esta técnica consiste en la identificación de los pensamientos automáticos o creencias negativas que surgen en situaciones sociales desafiantes. Estos pensamientos suelen ser automáticos y pueden estar relacionados con el miedo al rechazo, la baja autoestima o el temor a hacer el ridículo. Es importante ser conscientes de estos pensamientos para poder abordarlos de manera efectiva.

Una vez que los pensamientos negativos han sido identificados, el siguiente paso es cuestionar su validez y precisión. Vicente Caballo sugiere que se utilicen preguntas desafiantes para poner a prueba la lógica y evidencia detrás de esos pensamientos. Por ejemplo, se puede preguntar "¿Cuál es la evidencia de que mi pensamiento negativo es cierto?" o "¿Hay alguna otra forma de interpretar esta situación?". Estas preguntas ayudan a generar una perspectiva más objetiva y realista.

Después de cuestionar los pensamientos negativos, el siguiente paso es reemplazarlos por pensamientos más adaptativos y equilibrados. Esto implica encontrar alternativas más racionales y positivas que sean consistentes con la evidencia disponible. Por ejemplo, si alguien tiene el pensamiento automático de "Nadie me va a querer hablar en esta fiesta", podrían reemplazarlo por "Puede que haya personas interesantes en la fiesta con las que puedo entablar conversaciones interesantes".

Es importante destacar que la reestructuración cognitiva no se trata de negar los desafíos o dificultades que puedan surgir en las situaciones sociales, sino de abordarlos de manera más constructiva y realista. Al cambiar nuestros pensamientos negativos por otros más positivos y adaptativos, podemos mejorar nuestra autoconfianza, reducir la ansiedad social y aumentar nuestras habilidades para interactuar de manera efectiva con los demás.



Actividades de construcción del conocimiento

1. Preparación:

- Se prepara una lista de situaciones sociales desafiantes o conflictivas que suelen surgir en la vida diaria.
- Se tienen listas, hojas de papel y bolígrafos para cada participante.



2. Explicación:

- Se presentan brevemente los conceptos básicos del componente cognitivo en habilidades sociales, según la teoría de Vicente Caballo que se encuentra en el marco teórico
- Se destaca la importancia de identificar y cuestionar los pensamientos automáticos negativos o distorsionados que pueden influir en nuestras habilidades sociales.

3. Instrucciones:

- A cada participante se le asigna una situación social de la lista preparada previamente.
- Luego se le pide a los participantes que escriban en su hoja de papel los pensamientos automáticos negativos o distorsionados que les vienen a la mente ante esa situación.

4. Cuestionamiento cognitivo:

- Los participantes son guiados a cuestionar y analizar sus pensamientos automáticos utilizando preguntas como:
 - ¿Qué evidencia tengo de que este pensamiento es cierto?
 - ¿Hay alguna otra forma de ver esta situación?
 - ¿Cuál sería el consejo que daría a un amigo/a en esta situación?
 - ¿Qué pensamiento más realista o constructivo podría reemplazar este pensamiento negativo/distorsionado?

5. Reestructuración cognitiva:

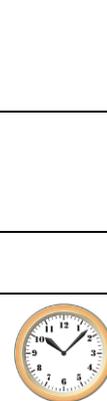
- Se invita a los participantes a reescribir sus pensamientos automáticos negativos o distorsionados de manera más realista y adaptativa.
- Posteriormente se anima a utilizar afirmaciones positivas, pensamientos realistas y objetivos, considerando diferentes perspectivas y opciones.

6. Discusión y reflexión:

- Después de la reestructuración cognitiva, se facilita una discusión grupal para que los participantes compartan sus reflexiones y aprendizajes.
- Luego se le pide a los participantes que comenten cómo se sintieron al cuestionar y cambiar sus pensamientos automáticos, así como cómo creen que esto puede influir en sus habilidades sociales.

7. Aplicación en situaciones reales:

- **Para cerrar se invita a los participantes a aplicar sus nuevos pensamientos y enfoques en situaciones sociales desafiantes fuera del entorno de la actividad.**
- **Finalmente, los participantes son animados a practicar el cuestionamiento y la reestructuración cognitiva en tiempo real, y a tomar nota de los resultados y las mejoras experimentadas.**



Tiempo y lugar de ejecución:

Aula de música I.E Manzanares (nueva sede)

2 horas



La Unidad Didáctica número cinco llevaba como nombre "Técnicas de Relajación para Habilidades Sociales" y centraba su atención en el Componente Fisiológico de las HHSS. Para el desarrollo de esta actividad, se aplicaron a los jóvenes una serie de técnicas de relajación tales como respiración profunda, relajación muscular progresiva, visualización guiada y mindfulness.

En un principio se dio a conocer a los estudiantes el porque y para que sirven estas técnicas de relajación y seguido a esto se dieron instrucciones para realizar cada una de ellas en el aula de clase en conjunto con todo el grupo.

Durante la experiencia muchos de los estudiantes rompieron en llanto mientras estaban haciendo los ejercicios, especialmente el de meditación guiada, y al terminar y volver nuevamente al lugar que estábamos habitando hubo muchas reflexiones positivas frente a este ejercicio. Los jóvenes explicaron que algunos no sabían porque lloraban, pues simplemente sintieron deseos de hacerlo y dejaron salir sus lágrimas libremente sin la intención de contenerlas, pues sentían que estaban en un lugar seguro para expresar sus emociones. Otros, mencionaron que se sintieron identificados con ciertas palabras que escucharon y que al mismo tiempo los hicieron reflexionar respecto a sus actos.

Al finalizar la actividad y habiendo logrado estabilizar con paciencia y amor al grupo, las personas que se vieron más afectadas por esta actividad hicieron sus comentarios reflexivos junto a sus demás compañeros, expresando la importancia de tomarse un tiempo para cada uno/a en el que se pueda hacer introspección sobre los actos que se van dejando en la vida social, también en cómo se debería la gente preparar para ciertas situaciones y de cómo cada persona tiene el poder mental de manejar incluso sus impulsos fisiológicos bajo situaciones de estrés.



Asignatura: P.P.I	Grado: 6°-11°	Docente: Dahiana García Montes
-------------------	---------------	--------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> Nombre de la actividad # 5
<ul style="list-style-type: none"> Actividad: "Técnicas de Relajación para Habilidades Sociales"

Foco temático

Habilidades Sociales

Componente Fisiológico: Respiración y presión sanguínea



Propósito de la actividad

Desarrollar el componente fisiológico en habilidades sociales, según Vicente Caballo.



Descripción de la actividad

Es una actividad encaminada a potenciar el componente fisiológico en los estudiantes por medio de técnicas de relajación. Se puede adaptar y ajustar las técnicas de relajación según las necesidades y preferencias de los participantes. Además, se enfatiza la importancia de la práctica regular para que puedan aprovechar al máximo estas habilidades en su vida diaria.



Pregunta problematizadora

¿Alguna vez actuaste de manera acelerada bajo alguna situación de estrés?

¿Después de haber actuado tuviste la sensación de que hubieras preferido actuar de otra manera?

¿Que has hecho para remediar tus acciones?



Marco teórico

Vicente Caballo, reconocido psicólogo y experto en habilidades sociales, destaca la importancia del entrenamiento del componente fisiológico para mejorar nuestras habilidades sociales. El componente fisiológico se refiere a los aspectos físicos y corporales que están implicados en nuestras interacciones sociales. Aquí hay algunas estrategias propuestas por Caballo para entrenar el componente fisiológico en habilidades sociales:

- **Respiración profunda:** Guía a los participantes para que respiren lenta y profundamente, enfocándose en llenar sus pulmones de aire y luego exhalar lentamente.
- **Relajación muscular progresiva:** Indica a los participantes que tensen y relajen distintos grupos musculares de su cuerpo, comenzando desde los pies y ascendiendo hasta la cabeza.
- **Visualización guiada:** Conduce a los participantes a imaginar un lugar tranquilo y relajante, describiendo detalladamente los elementos sensoriales y fomentando la relajación mental.
- **Mindfulness:** Invita a los participantes a practicar la atención plena, centrándose en el presente y observando sus pensamientos y sensaciones sin juzgarlos.



Actividades de construcción del conocimiento

2. Se comienza la actividad reuniendo a los participantes en un ambiente tranquilo y cómodo.
3. Se realiza una explicación del objetivo de esta actividad, que es aprender técnicas de relajación que les ayudarán a manejar la ansiedad y el estrés en situaciones sociales.
4. Se introduce brevemente el concepto del componente fisiológico en habilidades sociales, destacando cómo nuestras respuestas fisiológicas pueden afectar nuestras interacciones sociales.
5. Presenta una serie de técnicas de relajación que los participantes pueden practicar y utilizar en situaciones sociales desafiantes. Algunas posibles técnicas incluyen:
 - Respiración profunda
 - Relajación muscular progresiva
 - Visualización guiada
 - Mindfulness
6. Realiza una demostración de cada técnica de relajación, guiando a los participantes paso a paso.
7. Luego, da tiempo a los participantes para que practiquen cada técnica de relajación por sí mismos, asegurándote de que se sientan cómodos y tranquilos durante el proceso.
8. Después de la práctica, abre un espacio para que los participantes compartan sus experiencias y sensaciones. Anímalos a hablar sobre cómo se sintieron antes y después de aplicar las técnicas.
9. Facilita una discusión sobre cómo pueden aplicar estas técnicas de relajación en situaciones sociales desafiantes y cómo podrían beneficiar su interacción con los demás.

10. Concluye la actividad resaltando la importancia de cuidar el componente fisiológico en habilidades sociales y animando a los participantes a practicar estas técnicas regularmente para fortalecer su bienestar en contextos sociales.



Tiempo y lugar de ejecución:

Aula de música I.E Manzanares (nueva sede)

2 horas



Para cerrar el proceso de formación, se llevó a cabo el proceso de Grabación profesional de la canción “Coca por coco” del grupo Herencia de Timbiquí, comenzando inicialmente en el estudio de grabación de la Institución Educativa se da el ambiente perfecto para poner a prueba los componentes trabajados en las sesiones anteriores, pues participar en una grabación de tipo profesional es un evento estresante por naturaleza en el que los alumnos debían desenvolverse al lado de otras personas como sonidistas, directora de orquesta, y compañeros de grupo en un lugar físicamente pequeño y acalorado, además debían dar cuenta de sus procesos formativo musical al demostrar sus habilidades como instrumentistas o cantantes y esto bajo presión, pues el hecho de grabar, implica que las cosas debía hacerse de la mejor manera posible, ya que en su grabación individual, cada miembro de la orquesta debía dejar su mejor huella y tratar de hacerlo con la mínima cantidad de errores posible o en el mejor de los casos sin errores.

Igualmente, en la parte audiovisual que daría como resultado un videoclip, los jóvenes debían llevar a cabo lo que aprendieron sobre el componente fisiológico para intentar controlar sus impulsos nerviosos en la grabación de las tomas.

Continuamente, durante este proceso que tardo varios meses, diversas situaciones, llevaron a reflexiones en los cuales se recordaban los talleres vistos en clase en los que se trabajó específicamente con los componentes de las HHSS, eran llevados a las conversaciones en medio de las grabaciones, observaciones respecto a lo que los alumnos habían aprendido en las diferentes sesiones de trabajo y también se intentaba constantemente llevar estos aprendizajes de manera consciente al ámbito profesional musical.



Asignatura: P.P.I	Grado: 6°-11°	Docente: Dahiana García Montes
-------------------	---------------	--------------------------------

<ul style="list-style-type: none"> Nombre de la actividad # 6
<ul style="list-style-type: none"> Grabación profesional

Foco temático

Habilidades Sociales

Componente Fisiológico: Respiración y Relajación



Propósito de la actividad

Desarrollar el componente fisiológico en habilidades sociales, según Vicente Caballo.



Descripción de la actividad

Es una actividad encaminada a potenciar el componente fisiológico en los estudiantes por medio de técnicas de relajación. Se puede adaptar y ajustar las técnicas de relajación según las necesidades y preferencias de los participantes. Además, se enfatiza la importancia de la práctica regular para que puedan aprovechar al máximo estas habilidades en su vida diaria.



Pregunta problematizadora

¿Que sientes en tu cuerpo al momento de grabar en vivo?

**Marco teórico**

Es importante recordar que el entrenamiento del componente fisiológico en habilidades sociales requiere práctica constante y paciencia. Cada persona puede tener sus propias necesidades y desafíos, por lo que es recomendable adaptar las estrategias a nuestras características individuales. La búsqueda de apoyo de un profesional de la salud mental, como un terapeuta o un entrenador de habilidades sociales, puede ser beneficioso para recibir orientación específica y personalizada en este proceso de entrenamiento. A continuación, se muestran algunas estrategias propuestas para entrenar el componente fisiológico.

1. **Relajación:** La relajación es fundamental para manejar las respuestas fisiológicas al estrés y la ansiedad que pueden surgir durante las interacciones sociales. Practicar técnicas de relajación, como la respiración profunda, la relajación muscular progresiva o la meditación, puede ayudarnos a reducir la tensión y el malestar físico. Al aprender a relajarnos, podemos mejorar nuestra capacidad para afrontar situaciones sociales desafiantes de manera más calmada y tranquila.
2. **Ejercicio físico:** El ejercicio regular no solo es beneficioso para nuestra salud en general, sino que también puede tener un impacto positivo en nuestras habilidades sociales. La actividad física regular ayuda a reducir la ansiedad, mejorar el estado de ánimo y aumentar la confianza en uno mismo. Además, el ejercicio puede ayudarnos a regular nuestros niveles de energía y promover una postura corporal más abierta y segura, lo cual puede influir en nuestras interacciones sociales.
3. **Cuidado de la voz y el lenguaje no verbal:** La voz y el lenguaje no verbal son aspectos fisiológicos importantes en las habilidades sociales. Para mejorar estos aspectos, es útil prestar atención a la calidad de nuestra voz,

el volumen, el tono y la entonación. Practicar ejercicios de vocalización y cuidar nuestra voz mediante una buena hidratación y descanso vocal puede contribuir a una comunicación más clara y efectiva. Además, ser conscientes de nuestro lenguaje no verbal, como nuestra postura, gestos y expresiones faciales, nos permite transmitir mensajes de manera más coherente y congruente.

4. **Práctica de contacto físico y proximidad:** El contacto físico y la proximidad son aspectos fisiológicos que pueden tener un impacto en nuestras interacciones sociales. Practicar el contacto físico adecuado y respetuoso, como un apretón de manos o un abrazo, puede contribuir a establecer conexiones más cercanas y afectivas con los demás. Además, ser conscientes de las normas culturales y las preferencias individuales en cuanto a la proximidad física puede ayudarnos a ajustar nuestro comportamiento de acuerdo con cada situación.



Actividades de construcción del conocimiento

1. Los alumnos entran de manera individual o grupal (según el caso) al estudio de Grabación.
2. A cada estudiante se le dirá que se está haciendo solamente una prueba en la grabación, pero realmente se estará captando el sonido de manera profesional.
3. Posteriormente se les dirá que pueden aplicar algunas de las técnicas de relajación ya practicadas en el ejercicio anterior:
 - Respiración profunda

- **Relajación muscular progresiva**

- **Visualización guiada**

- **Mindfulness**

4. Finalmente, cuando se capte la toma deseada se les dirá que ya terminaron.

5. Para cerrar, una vez todos los estudiantes hayan terminado su proceso de grabación se les preguntará como se sintieron y si creen que los ejercicios de relajación ayudaron en el proceso.



Tiempo y lugar de ejecución:

Aula de música I.E Manzanares (nueva sede), Estudio de grabación Institucional, Estudio de Grabación "Super Nova"

2 horas



Conclusiones

Después de haber desarrollado el experimento, la investigación arrojó algunas conclusiones relevantes, las cuales han de mencionarse a continuación:

1. Al comenzar el estudio se escogieron dos grupos, uno experimental, de alumnos que pertenecen a la orquesta Entre Cuerdas y otro grupo (Control) que no pertenecen al grupo musical, ambos grupos con características similares en cuanto a edad, genero y grado. En

la realización del Pretest, el resultado arrojó que el grupo control se mostraba con un puntaje más alto en cuanto al componente cognitivo de las HHSS en comparación con el grupo experimental.

2. Para el final del experimento, el Postest indicó que tanto el grupo control como el grupo experimental terminaron mostrando un puntaje igual en el componente cognitivo, lo que indica que el grupo control disminuyó en cuanto a este componente, mientras que el grupo experimental aumentó, alcanzando al grupo control. Esto podría indicar que en cuanto a los jóvenes que hicieron parte de la intervención, esta contribuyó al crecimiento en sus habilidades sociales respecto al componente cognitivo, mientras que los alumnos que no reciben formación musical tienden a disminuir sus HHSS en el componente mencionado.
3. En cuanto al componente conductual, no se encontraron cambios significativos en ninguno de los dos grupos, manteniendo un puntaje similar tanto en el pretest como en el Postest.
4. Para hablar del componente fisiológico, la estadística demostró que el grupo experimental mejoró significativamente respecto al grupo control, mostrando valores más bajos para el Postest, lo que en este caso, es bueno teniendo en cuenta la forma en la que los puntajes de la prueba evalúan los diferentes componentes de las HHSS. Esto refleja que el hecho de participar en un ensamble musical, contribuye de manera relevante a la mejora en el las HHSS, especialmente en el componente fisiológico.

Si bien se pudo establecer algunas diferencias entre ambos grupos en cuanto al tratamiento y la mejora en HHSS, el reducido tamaño de la muestra no permite observar de una manera

efectiva el efecto del experimento, según lo indica Cárdenas en su artículo sobre potencia estadística de del 2014.

Discusión de resultados

Según Caballo, en su libro “Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales”, es posible modificar las conductas que hacen a las personas poco habilidosas socialmente, lo que da pie al interés en realizar la intervención que en este estudio se ha tratado. Al citar documentos como el artículo “Más allá de la música: Habilidades emocionales y su desarrollo en jóvenes adultos en coros y bandas” de la autora mencionada al principio de este documento Agnès Ros-Morente, en el cual, la española quería demostrar la importancia y estrechés en la relación entre la música y el desarrollo emocional e interpersonal de quienes que la practican, se da cuenta del interés que se ha despertado a lo largo del mundo por estudiar esta relación entre disciplinas, igualmente con artículos que se encuentran alrededor del mundo con títulos como “El poder social de la música: Una perspectiva evolutiva de los efectos sociales de las actividades y programas educativos basados en la música” que fue realizado en Londres, y así mismo en Latinoamérica, especialmente en Perú tales como “Música para el fortalecimiento de habilidades sociales en estudiantes de segundo grado de secundaria en una institución educativa de Huarmaca” y educación musical y habilidades sociales en estudiantes de la sección estudios preparatorios programa escolar de la Universidad Nacional de Música” lo que sigue constatando la afirmación de que desde hace tiempo los docentes e investigadores han demostrado un interés genuino en desarrollar trabajos de investigación que se enfoquen en estudiar la relación entre las HHSS y la música. Si se habla de Colombia

Se encuentra un gran vacío con respecto a este tipo de investigaciones, escasamente se pueden encontrar estudios que en algunos casos evalúan la relación entre música y cultura, música y emociones, o en algunos casos música y relaciones interpersonales, sin embargo, no es posible hallar artículos o trabajos de tesis que se enfoquen específicamente en estudiar la relación que estas dos disciplinas mantienen.

En cuanto a los objetivos de esta investigación en los cuales se planteaba estudiar si un programa de formación musical tiene efectos en las HHSS de alumnos entre los 12 y 19 años de una institución de carácter público, se han logrado demostrar que las prácticas de conjunto musicales sí tienen incidencia en la modificación y potenciación de conductas que son poco habilidosas socialmente, lo cual resulta ser muy positivo para quienes reciben este tipo de formación.

Se ha logrado probar que el programa de formación musical que se implementó con los alumnos, fue especialmente beneficioso en cuanto al componente fisiológico de las HHSS, mejorando de manera significativa aquellas respuestas negativas involuntarias que sufre el cuerpo humano al encontrarse bajo la exposición de situaciones estresantes que son producidas en diferentes momentos que se dan en ambientes escolares, por ejemplo, situaciones en las que los jóvenes son presionados para hablar en público, expresar o defender opiniones, o participar en discusiones o debates públicos; pues es bajo estas circunstancias, en las que el componente fisiológico puede identificarse fácilmente al lograrse visualizar coloración en las mejillas, sudor en manos o rostro, temblor en diferentes partes del cuerpo o respiración agitada entre otras, efectos que ponen en

evidencia el nerviosismo de la persona en cuestión. Poniendo en relación estas dificultades de HHSS con las prácticas de conjunto musicales, se puede decir que el hecho de participar en ensayos en los que el trabajo colaborativo y la comunicación son fundamentales, y que de estas prácticas ocasionalmente surgen presentaciones y conciertos, influye de manera positiva en el control de signos de nerviosismo y ansiedad social que son reflejadas en situaciones que en el aula están presentes cada día como las mencionadas anteriormente.

De igual importancia es el cambio o mejora en cuanto al componente cognitivo, que en este estudio fue evidenciado, pues al comenzar el experimento el grupo control mostró un mejor puntaje en cuanto a esta instancia, mientras que el grupo experimental reflejaba un puntaje mas bajo, a pesar de ello, al terminar la intervención, el grupo control redujo su puntaje en cuanto a este componente, mientras que el grupo experimental alcanzó el puntaje del del grupo control, esto lleva a pensar que en los procesos musicales, hay una tendencia a crecer en el componente cognitivo de habilidades sociales potenciando asuntos como la percepción social, la Interpretación social, la memoria social, la planificación social, atención social, la interpretación de las señales sociales, el procesamiento de la información social, y las habilidades de solución de problemas sociales, (según lo expresa el autor Vicente Caballo en su libro “Manual de entrenamiento de las habilidades sociales); lo cual se debe probablemente a formas de trabajo que en la música se dan de manera natural, pues en el caso de las prácticas de conjunto, cada integrante del ensamble musical va adquiriendo las características anteriormente mencionadas, pues claramente si está dando un concierto, por ejemplo, los

músicos aprenden a comunicarse con una mirada o un gesto, incluso, el mero hecho de saber interpretar lo que el director o directora de una orquesta o una banda, es una cualidad que permite desarrollar otros tipos de comunicación. Igualmente importante tanto en la música como en las HHSS se puede evidenciar la mejora de la solución de problemas, en casos en que en un ensayo o concierto falle un instrumento, se rompa una cuerda, haya un corto o simplemente algún integrante se equivoque, los músicos generalmente están preparados para este tipo de situaciones que son comunes en los eventos en vivo, procesar e interpretar información al leer una partitura, e incluso anticiparse en la lectura musical, como es usual en los músicos, puede ayudar a perfeccionar estas cualidades en el ámbito de las relaciones sociales, volviendo a las personas más analíticas y precavidas.

En cuanto al componente conductual, la prueba no arrojó diferencias significativas, este componente se caracteriza, según Caballo 2007, por las habilidades de comunicación verbal, habilidades de comunicación no verbal, empatía y habilidades de relación, habilidades para el manejo de situaciones sociales. Se puede inferir que las mencionadas son conductas a las que todos están expuestos a lo largo de su vida, sean músicos o no, lo cual no va a reflejar una mayor diferencia entre los grupos control y experimental debido a que ambos tienen contacto con estos asuntos en su vida cotidiana y en diferentes ambientes en los que se desenvuelven. Sin embargo, sería posible implementar un programa musical que sea enfocado en este componente para corroborar si lo expuesto anteriormente tiene validez o es verídico que los procesos musicales no ayudan a potenciar esta parte de las HHSS.

Recomendaciones

Resulta importante para este apartado, dar cuenta de situaciones que de una u otra forma

afectaron el desarrollo de la investigación, igualmente identificar algunas falencias que se pudieron haber presentado en el proceso.

1. Es importante realizar este tipo de estudios con un número mayor de sujetos, pues debido a la cifra tan baja de personas con que se trabajó (38 estudiantes en total) la confiabilidad de la prueba fue muy baja respecto a lo que sugieren las bibliografías especializadas. En este caso esto sucedió porque el tamaño del grupo experimental que en un comienzo era de 30 alumnos terminó únicamente con 19 estudiantes, debido a que varios de ellos se cambiaron su lugar de residencia saliendo del municipio y otros fueron retirados de la orquesta al no cumplir con compromisos académicos reglamentarios para pertenecer al grupo. Por consiguiente, el número de alumnos para formar el grupo control debió ser el mismo número que en el grupo experimental, lo que dio como resultado final 38 estudiantes.
2. También es relevante realizar una verificación antes de comenzar el experimento ya que en el caso de esta investigación, el grupo control tenía una pequeña ventaja en cuanto al componente cognitivo de las HHSS, sin embargo, se trabajó con los estudiantes que por su propia voluntad decidieron colaborar en el experimento y cuyos padres permitieron que lo hicieran por medio del consentimiento informado que fue enviado a sus hogares al principio de la investigación.
3. Sería valioso, para los docentes que hacen de la música su forma de enseñanza, que en Colombia se ejecutaran más programas de educación que vinculen el desarrollo y mejora de las HHSS con las prácticas musicales, pues es evidente que estas sí influyen en el

mejoramiento de las mismas debido a situaciones que naturalmente se viven en el ambiente musical pero que difícilmente puedan ser identificadas hablando de relaciones interpersonales, y aun así aquellas experiencias potencian de manera indirecta el conjunto de componentes que forman las HHSS.

Referencias

Salazar, I. C & Caballo, V. E. Víctor Arias, et al. Aplicación internacional del programa “intervención multidimensional para la ansiedad social” : Eficacia del tratamiento para problemas relacionados con la ansiedad social. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, Vol. 30, N° 1, 2022, pp. 19-49 <https://doi.org/10.51668/bp.8322102s>.

Caballo, V. E., & Ollendick, T. (s. f.). *Cross-cultural assessment of social skills View project Cross-cultural assessment and treatment of social anxiety View project*. <https://www.researchgate.net/publication/287079880>.

Caballo, V. E., & Salazar, I. C. (2018). LA AUTOESTIMA Y SU RELACIÓN CON LA ANSIEDAD SOCIAL Y LAS HABILIDADES SOCIALES 1. En *Behavioral Psychology / Psicología Conductual* (Vol. 26).

Enrique, E., & Mosquera, M. (2022). *CREATING SHORT RHYMES TO IMPROVE THE SPEAKING SKILL OF THE SECONDARY SCHOOL STUDENTS IN COLOMBIA Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree Master of Arts in Teaching English to Speakers of Other Languages*.

Gómez-Zapata, J. D., Herrero-Prieto, L. C., & Rodríguez-Prado, B. (2021). Does music soothe the soul? Evaluating the impact of a music education programme in

Medellin, Colombia. *Journal of Cultural Economics*, 45(1), 63-104.
<https://doi.org/10.1007/s10824-020-09387-z>

Saibunmi, S., Chandransu, N., & Chanoksakul, S. (2021). Developing Social and Emotional Learning Skills through Secondary School Concert Bands. *Malaysian Journal of Music*, 10(1), 1-11. <https://doi.org/10.37134/mjm.vol10.1.1.2021>.

Soley, G., & Kösele, B. (2021). The social power of music: A developmental perspective on the social effects of music-based activities and education programs. *Hacettepe Egitim Dergisi*, 36(3), 758-773. <https://doi.org/10.16986/HUJE.2020062043>.

Caballo, V. E [Ed.]. Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales, España: Siglo XXI de España Editores.

Gooding, L. F. (2011). The effect of a music therapy social skills training program on improving social competence in children and adolescents with social skills deficits. *J Music Ther.* Winter;48(4):440-62. doi: 10.1093/jmt/48.4.440. PMID: 22506299.

Pasiali, V. & Clark, C. (2018). Evaluation of a Music Therapy Social Skills Development Program for Youth with Limited Resources. *Journal of Music Therapy*. 55. 10.1093/jmt/thy007.

Morente, A. R, Requena, O. S, Carnicer, G. J, & Guiu, F. G. (2019). Beyond music: Emotional skills and its development in young adults in choirs and bands. *International Journal of Music Education*, 37(4), 536546. <https://doi.org/10.1177/0255761419853634>.

Oriola, S. & Gustems, J. La dirección musical de agrupaciones juveniles: un referente de liderazgo y competencias socioemocionales. *Revista Internacional de educación musical*. Vol, 7, ISSN: 2307-4841, 2019, pp. 69-79 doi: 10.1177/2307484 119878639.

Cárdenas, M. & Arancibia, H. potencia estadística y cálculo del tamaño del efecto en g*power: complementos a las pruebas de significación estadística y su aplicación en psicología. *Salud & Sociedad* (vol. 5, núm. 2, mayo-agosto, 2014, pp. 210-224) Universidad Católica del Norte Antofagasta, Chile.

Herrera, J (2019). Construcción de una escala de habilidades sociales EHSA en estudiantes de secundaria de una institución educativa pública de San Martín de Porres. (ORCID: 0000-0001-6656-6654). tesis para obtener el título profesional de: Licenciada en Psicología, Universidad Cesar Vallejo. Google Scholar.

Salazar, J.P (2022). Taller de banda de música y las habilidades sociales en estudiantes del cuarto grado de secundaria de la Institución Educativa N° 16205 - Numparque, 2022. Tesis para obtener el título de licenciado en educación musical, Conservatorio regional de música del norte público “Carlos Valderrama”. Web of science.

Barrios, C. (2023). Música para el fortalecimiento de habilidades sociales en estudiantes de segundo grado de secundaria en una institución educativa de Huarmaca. (orcid.org/0000-0002-5666-8478). Tesis para obtener el grado académico de: magister en psicología educativa, Universidad Cesar Vallejo, Web of science.

Pajares, L.J (2020) **7Educación musical y habilidades sociales en estudiantes de la sección estudios preparatorios programa escolar de la Universidad Nacional de Música, Lima, 2020.** Pajares Leon, Jorge Erick (ORCID: 0000-0003-4797-6898).

Vasquez, F. (2005). 500 Conectores.

Pupo, J. (2015). Cómo empezar una tesis. Perú. Biblioteca Nacional de Perú.

Zuleta, E. (1994). Los signos de puntuación 1.

Anexos

Manzanares, abril 13 de 2023

Magister

Juan Diego Torres

Manizales

MOTIVO SOLICITUD VALIDACION POR JUICIO DE EXPERTOS DE PRUEBA DIAGNÓSTICA DE CONOCIMIENTOS MUSICALES, INSTRUMENTO A UTILIZAR EN LA INVESTIGACION TITULADA: EFECTOS DE UN PROGRAMA DE FORMACIÓN MUSICAL EN HABILIDADES SOCIALES EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES QUE TIENEN ENTRE 12 Y 17 AÑOS EN UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE CARÁCTER PÚBLICO.

Respetado Magister

Yo, Dahiana García Montes, en mi calidad de estudiante de Maestría en Educación de la Universidad de Caldas me encuentro Actualmente desarrollando el proyecto de tesis “Efectos de un programa de formación musical en habilidades sociales en una muestra de estudiantes que tienen entre 12 y 17 años en una institución educativa de carácter público”, bajo la dirección de la Dra Diana Marcela Montoya docente del Departamento de Estudios Educativos de la Universidad de Caldas. Me permito presentar para su consideración una breve referencia sobre los principales aspectos considerados en el proyecto, a fin de solicitar su participación como experto para evaluar la pertinencia del presente instrumento que deseo utilizar en mi investigación para valorar los conocimientos musicales de los estudiantes que estarán inmersos en la investigación, me permito exponer resumidamente el trabajo para solicitar la evaluación del instrumento de recolección con el que se plantea evaluar una serie de conocimientos teórico musicales.

Pregunta de investigación

¿Cuál es el efecto de un programa de formación musical basado en las prácticas de conjunto, sobre el desarrollo de habilidades sociales en una muestra de estudiantes que tienen entre 12 y 17 años en una institución educativa de carácter público?

Objetivo general

Establecer el efecto de un programa de formación musical basado en las prácticas de conjunto, sobre el desarrollo de habilidades sociales en una muestra de estudiantes que tienen entre 12 y 17 años en una institución educativa de carácter público.

Objetivos específicos

- Caracterizar el desarrollo de las habilidades sociales en una muestra de estudiantes de la I.E Manzanares previo a un proceso de intervención.
- Establecer el nivel de conocimientos en música previo a un proceso de intervención.
- Diseñar un plan actividades a través de la música para el fortalecimiento de habilidades sociales basado en las prácticas de conjunto musicales.
- Identificar los cambios en las habilidades sociales a partir del proceso de intervención llevado a cabo en la muestra de estudiantes incluida en la investigación.

El contexto de la investigación que se plantea será en la básica secundaria y media académica, específicamente se trabajará con estudiantes de la Institución Educativa Manzanares que pertenecen al Proyecto Pedagógico “Entre Cuerdas” (Orquesta que se compone de 30 estudiantes en la que se interpretan instrumentos de cuerdas, teclados, placas, percusión y canto). Los alumnos cuentan con un consentimiento informado firmado previamente por sus acudientes. Dentro de las estrategias de recolección se incluyen: un cuestionario de diagnóstico de conocimientos musicales y una prueba estandarizada para evaluar las habilidades sociales denominada escala EHSA.

Para esta ocasión y teniendo como objeto la validación del cuestionario de conocimientos en música, presento a usted este instrumento que busca valorar algunos temas de conocimientos musicales, de acuerdo a las temáticas y formas de trabajo que se utilizan en la orquesta.

Al conocer su experiencia y amplio conocimiento en el tema, solicito a usted la valoración de este instrumento, revisar las proposiciones que se plantean y dar su concepto frente a tres criterios fundamentales: claridad, lenguaje y coherencia.

Prueba diagnóstica de conocimientos musicales

1. ¿Qué es el pulso?

- a- El tiempo fuerte de una canción
- b- El latido del corazón
- c- Golpe continuo que marca el ritmo de la música
- d- Forma de unir una nota con otra

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

2. ¿Por qué los directores de música mueven los brazos de manera extraña?

- a- Para avisar cuando parar de tocar
- b- Porque así los músicos saben que ritmo seguir
- c- De esa manera dicen a los músicos cuando empezar a tocar
- d- Todas las anteriores

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

3. ¿Qué es el cifrado americano?

- a- Son cifras en inglés
- b- Las notas musicales
- c- Es una forma simple de leer armonía musical
- d- Es la forma de escribir música en el pentagrama

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

4. ¿Cuál es el nombre de los siguientes acordes: G#m / Bb / Fm7

- a- La sostenido menor, Si y Fa
- b- Sol sostenido menor, Si bemol y Fa menor siete
- c- Sol bemol menor, Si bemol y Fa menor siete
- d- Sol, La y Fa siete

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

5. ¿Qué es una tablatura?

- a- Es una forma sencilla de escritura musical
- b- Es la partitura de una canción
- c- Es una tabla donde están todos los acordes de la guitarra
- d- Es la ubicación de las notas de una canción

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

6. ¿Cuál de estas es una escala musical?

- a- Si Mi La Re Sol Do Fa
- b- Mi Si Sol Re La Mi
- c- Do Mi Re Fa Mi Sol Fa La
- d- Do Re Mi Fa Sol La SI

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

7. ¿Cómo se llaman las siguientes figuras rítmicas, en ese orden?



- a- Blanca, silencio de blanca, redonda, silencio de blanca, negra silencio de negra, corchea y silencio de corchea.
- b- Silencio de redonda, redonda, blanca, negra, corchea, silencio de corchea
- c- Negra, blanca, corchea, redonda, silencio de blanca, silencio de redonda, silencio de negra y silencio de corchea
- d- Redonda, silencio de redonda, blanca, silencio de blanca, negra, silencio de negra, dos corcheas y silencio de corchea

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

8. ¿Qué es un pentagrama musical?

- a- Es la escala escrita de do a do
- b- Es una lista de notas musicales en orden ascendente
- c- Es donde se escribe la música
- d- Es lo que forma una tablatura

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

9. ¿Como se llama este símbolo?



- a- Clave de fa
- b- Clave de Do
- c- Semicorchea
- d- Calve de sol

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

10. ¿Cómo se llaman las cuerdas de la guitarra en orden ascendente?

- a- Do, Mi, Re Fa, Mi Sol
- b- La, Do, Mi, Sol, Si, Re
- c- Mi, Si, Sol, Re, La, Mi
- d- Si, Mi, La, Re, Sol, Do

La proposición es clara		El lenguaje es adecuado		La proposición está articulada a los objetivos		• Comentarios
Si	No	Si	No	Si	No	

Agradezco su colaboración, quedo pendiente a comentarios,

DAHIANA GARCÍA

Licenciada en Música

dahiana.garcia33195@ucaldas.edu.co

Cel 3104758269

PRUEBA DIAGNOSTICA DE CONOCIMIENTOS MUSICALES

Nombres y apellidos: _____

Edad:

a.12

b.13

c.14

d.15

e.16

f.17

g.18

h.19

Grado:

a. 6°

b. 7°

c. 8°

d. 9°

e. 10°

f. 11°

Género: Masculino _____ Femenino: _____ Prefiero no decirlo: _____

Número de tarjeta de identidad: _____

Teléfono: _____

Grado: A-Sexto

B-Sétimo

C-Octavo

D-Noveno

E-Décimo

F-Once

Fecha: _____

1. ¿Has tenido formación musical?

SI _____ NO _____

2. ¿Pertenece a la orquesta entre cuerdas?

SI_____ NO_____

3. ¿Qué es el pulso?

- e- El tiempo fuerte de una canción
- f- El latido del corazón
- g- Es una sucesión constante de pulsaciones que se repiten dividiendo el tiempo en partes iguales
- h- Es cuando se une una nota con otra

4. ¿Por qué los directores de música hacen gestos y mueven los brazos de diferentes formas?

- e- Para avisar cuando parar de tocar
- f- Porque así los músicos saben que ritmo seguir
- g- De esa manera dicen a los músicos cuando empezar a tocar
- h- Todas las anteriores

5. ¿Qué es el cifrado americano?

- e- Son números en inglés
- f- Son todas las notas musicales
- g- Es una forma simple de leer armonía musical
- h- Es cuando se escribe música en el pentagrama con clave de sol

6. ¿Cuál es el nombre de los siguientes acordes? G#m / Bb / Fm7

- e- La sostenido menor, Si y Fa
- f- Sol sostenido menor, Si bemol y Fa menor siete
- g- Sol bemol menor, Si bemol y Fa menor siete
- h- Sol, La y Fa siete

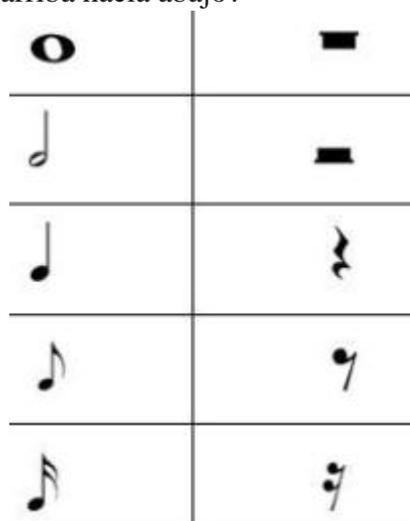
7. ¿Qué es una tablatura?

- e- Es una forma sencilla de escritura musical
- f- Es la partitura de una canción
- g- Es una tabla donde están todos los acordes de la guitarra
- h- Es el audio en mp3 de una canción

8. ¿Cuál de estas es una escala musical?

- e- Si Mi La Re Sol Do Fa
- f- Mi Si Sol Re La Mi Opción 1
- g- Do, Mi, Re, Sol, Fa, La
- h- Do Re Mi Fa Sol La SI

9. ¿Cómo se llaman las siguientes figuras rítmicas de acuerdo a lo que hay en cada renglón de arriba hacia abajo?



- e- Blanca, silencio de blanca, redonda, silencio de blanca, negra silencio de negra, corchea y silencio de corchea.
- f- Silencio de redonda, redonda, blanca, negra, corchea, silencio de corchea
- g- Negra, blanca, corchea, redonda, silencio de blanca, silencio de redonda, silencio de negra y silencio de corchea
- h- Redonda, silencio de redonda, blanca, silencio de blanca, negra, silencio de negra, corchea y silencio de corchea

10. ¿Qué es un pentagrama musical?

- e- Es la escala escrita de do a do
- f- Es una lista de notas musicales en orden ascendente
- g- Es donde se escribe la música de manera profesional
- h- Es lo que forma una tablatura

11. ¿Como se llama este símbolo?



- e- Clave de fa
- f- Clave de Do
- g- Semicorchea
- h- Calve de sol

12. ¿Cómo se llaman las cuerdas de la guitarra nombrándolas desde la más delgada hasta la más gruesa?

- e- Do, Mi, Re Fa, Mi Sol
- f- La, Do, Mi, Sol, Si, Re
- g- Mi, Si, Sol, Re, La, Mi
- h- Si, Mi, La, Re, Sol, Do

A continuación, se muestran las opciones de respuesta correctas cuyo puntaje será de 1 punto, escoger una respuesta incorrecta tendrá un puntaje de 0.

PREGUNTA	RESPUESTA	PUNTAJE
1	SI	N/A
	NO	N/A
2	SI	N/A
	NO	N/A
3	C	1
4	D	1
5	C	1
6	B	1
7	A	1
8	D	1
9	D	1
10	C	1
11	D	1
12	C	1

ESCALA EHSA

Nombres y apellidos: _____

Edad:

a.12

b.13

c.14

d.15

e.16

f.17

g.18

h.19

Grado:

g. 6°

h. 7°

i. 8°

j. 9°

k. 10°

l. 11°

Género:

Selecciona **1** si es **MASCULINO**Selecciona **2** si es **FEMENINO**Selecciona **3** si prefieres no decirlo

Número de tarjeta de identidad: _____

Fecha: _____

INSTRUCCIONES

- La presente escala es para que te puedas conocer mejor a ti mismo
- los resultados serían secretos y confidenciales
- elige solo una alternativa para cada frase y encierra la respuesta
- no uses mucho tiempo en cada frase

- Esto no es un examen, no hay respuestas buenas o malas, lo importante es que seas sincero al responder
- Usa las siguientes convenciones para responder:

Si tu respuesta es **SIEMPRE** selecciona la opción 4

Si tu respuesta es **CASI SIEMPRE** selecciona la opción 3

Si tu respuesta es **CASI NUNCA** selecciona la opción 2

Si tu respuesta es **NUNCA** selecciona la opción 1

1. Me resulta fácil dar mi opinión sobre algún tema 1	4	3	2	
2. Prefiero estar lejos de otra persona cuando converso con ella	4	3	2	1
3. Si me acerco a conversar, es posible que los demás me rechacen o Ignoren	4	3	2	1
4. Puedo defender mi punto de vista ante los demás 1	4	3	2	
5. Prefiero mantenerme callado en eventos o reuniones sociales	4	3	2	1
6. Comparto mis gustos o preferencias con los demás 1	4	3	2	
7. Me sudan las manos cuando estoy frente a los demás	4	3	2	1
8. Soy capaz de hacer preguntas frente a las personas	4	3	2	1
9. Cuando converso con una persona evito mirarla a los ojos	4	3	2	1
10. Mi tono de voz es seguro y fuerte cuando hablo con las personas	4	3	2	1
11. Cuando algo es difícil de resolver, pido ayuda 1	4	3	2	

12. Puedo llegar a hacer amigos fácilmente 1	4	3	2	
13. Muestro comprensión cuando algo malo le pasa a las personas Cercanas a mi	4	3	2	1
14. Respiro rápidamente cuando converso con las personas	4	3	2	1
15. Me es fácil sonreír cuando algo me agrada 1	4	3	2	
16. Hablo bastante cuando estoy con un grupo de personas	4	3	2	1
17. Pienso que las personas malas merecen todo lo malo que les sucede	4	3	2	1
18. Me llegaría a sentir cómodo(a) con un nuevo grupo de personas	4	3	2	1
19. Puedo brindar ayuda cuando una persona está pasando por un Momento difícil	4	3	2	1
20. Mi corazón palpita aceleradamente cuando hablo delante de las Personas	4	3	2	1
21. Me gusta que los demás me incluyan en sus diferentes actividades (Paseos, salidas, etc)	4	3	2	1
22. Mi cuello, brazos o piernas duelen cuando hablo frente a los demás	4	3	2	1
23. Puedo compartir mis conocimientos y emociones con los demás	4	3	2	1
24. Respeto las ideas y opiniones de los demás a pesar de estar en desacuerdo con ellas	4	3	2	1
25. Me sonrojo cuando realizo actividades frente a los demás	4	3	2	1

A continuación, se muestra el puntaje correspondiente a cada opción de respuesta:

	S	CS	CN	N
OPCIÓN	SIEMPRE	• CASI SIEMPRE	• CASI NUNCA	NUNCA
PUNTAJE	4	3	2	1

Consentimiento informado

La docente del Área de Educación Artística, Lic. Dahiana García Montes y estudiante de la Maestría en Educación de la Universidad de Caldas, realizará durante los próximos meses un trabajo de investigación titulado “ **Efectos de un programa de formación musical basado en las prácticas de conjunto en habilidades Sociales en alumnos de 12 a 17 años en una institución educativa de carácter público**” que se llevará a cabo en el marco de las actividades que se realizan en la clase y que buscan promover el fortalecimiento de las Habilidades sociales. Esta investigación es acompañada por la Doctora en Ciencias Cognitivas Diana Marcela Montoya Londoño, docente del Departamento de Estudios Educativos de la Facultad de Artes y Humanidades de la Universidad de Caldas.

La participación del niño(a) en este proyecto consiste en:

- **Resolución de una prueba de conocimiento musicales**
- **Realización de un pre-test compuesto por 25 preguntas, mediante un instrumento de papel y lápiz en el que se indaga por las interacciones sociales del niño en sus diferentes ambientes y será diligenciado durante la clase.**
- **Participación en la intervención que se hará durante las clases del proyecto pedagógico (Entre Cuerdas) centradas en la grabación de la canción “Coca por coco” y adicionalmente se realizarán ejercicios reflexivos y de aplicación dentro de la práctica de conjunto musical.**
- **Aplicación de un post-test con las mismas 25 preguntas de habilidades sociales.**

Es importante que antes de aceptar tenga en cuenta que:

- a) Su participación es de carácter voluntario.
- b) Se mantendrá el anonimato del desempeño de su hijo(a).
- c) Por la participación de su hijo(a) en este estudio no se otorga ningún tipo de beneficio económico.
- d) Las pruebas que se aplicarán no tienen ningún riesgo para la salud física, ni mental.

- e) Los resultados del estudio serán de utilidad para cualificar el trabajo que realizamos con los jóvenes que participan en la orquesta
- f) Beneficio de nota

Para constancia señalo mi decisión acerca de la participación de mi hijo (a) en el estudio.

Entiendo que, al firmar, **ACEPTO LA PARTICIPACION DE MI HIJO(A) EN ESTE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN:**

Fecha: _____

Firma del padre o tutor

Nombre del padre o tutor

No. de identificación