

Universidad Católica de Santa María
Escuela de Postgrado
Maestría en Educación Superior



**INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD ESCÉNICA EN LA
EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE
CUERDAS FROTADAS DEL CONSERVATORIO
REGIONAL DE MUSICA LUIS DUNCKER
LAVALLE, AREQUIPA – 2018**

Tesis presentada por la Bachiller:

Cáceres Chávez, Milagros del Rosario

Para optar el Grado Académico de:

Maestro en Educación Superior

Asesora:

Dra. Arias Messa, Frigia

Arequipa- Perú
2019

DICTAMEN DEL BORRADOR DE TESIS

A : Dr. José Villanueva Vizcarra,
Director de la Escuela de Postgrado

De : Dra. Frigia Arias Messa,
Dictaminadora

Graduando : CÁCERES CHÁVES Milagros del Rosario.

Maestría : En Educación Superior.

Enunciado: : INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD ESCENICA EN LA EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUERDAS FROTADAS DEL CONSERVATORIO REGIONAL DE MÚSICA LUIS DUNKER LAVALLE, AREQUIPA - 2018.

Resultado : Aprobado.

Fecha : 15/5/2019

Señor Director:

Habiendo procedido a la verificación del levantamiento de las observaciones realizadas por el graduando, le hago saber que el Dictamen es Aprobatorio para su consecución, salvo mejor opinión.

Atentamente,

Atentamente:



Dra. Frigia Arias Messa
DICTAMINADORA

U.C.S.M.
Escuela de Postgrado

Señor
Doctor José A. Villanueva Salas
Director de la Escuela de Postgrado UCSM
Presente.-

De mi consideración:

Asunto: Dictamen de Borrador de Tesis

Grado Académico: **Maestro en Educación Superior**

Bachiller: ~~Cáceres Chávez, Milagros del Rosario~~

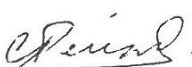
Título del Proyecto de Tesis: "INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD ESCÉNICA EN LA EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUERDAS FROTADAS DEL CONSERVATORIO REGIONAL DE MÚSICA LUIS DUNKER LAVALLE, AREQUIPA – 2018"

Observaciones:

- SIN OBSERVACIONES

Resultado del dictamen: Procede la sustentación de la tesis de investigación, salvo mejor parecer.

Fecha: Arequipa, 18 de enero 2019



Dra. Cécilia Pérez Quintanilla

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARIA DE AREQUIPA
ESCUELA DE POST GRADO
'Año de la lucha contra la corrupción y la impunidad'.

Arequipa, 2019 abril 22

Señor Doctor:

José Villanueva Vizcarra.

Director de la Escuela de Postgrado de la UCSM

Presente. -

De mi mayor consideración:

Saludándolo cordialmente hago de su conocimiento el dictamen solicitado sobre el proyecto de Tesis:

“INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD ESCÉNICA EN LA EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUERDAS FROTADAS DEL CONSERVATORIO REGIONAL DE MUSICA LUIS DUNKER LAVALLE, AREQUIPA -2018”.

Presentado por el Bachiller Cáceres Chávez, Milagros del Rosario, para optar el Grado Académico de Maestro en Educación Superior.

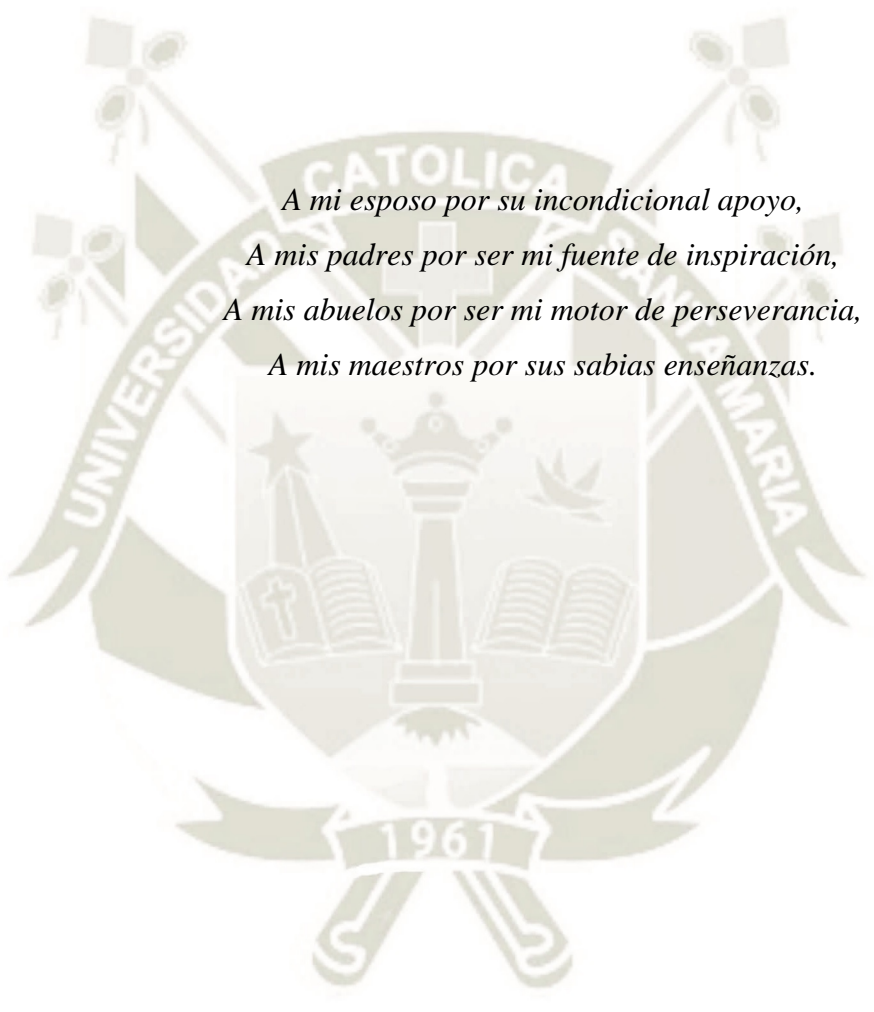
Se otorga DICTAMEN APROBATORIO, para continuar con los trámites pertinentes.

Aprovecho la ocasión para expresarle mi especial consideración y estima personal.


Atentamente,



DRA. ROSA PATRICIA BELTRÁN MOLINA.
DOCENTE DE LA EPG
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA



*A mi esposo por su incondicional apoyo,
A mis padres por ser mi fuente de inspiración,
A mis abuelos por ser mi motor de perseverancia,
A mis maestros por sus sabias enseñanzas.*



*“La música debe elevar el alma por encima de sí misma,
crear una región donde, libre de toda ansiedad,
pueda refugiarse sin obstáculos
en el puro sentimiento de sí misma.”
Georg Wilhelm Friedrich Hegel*

ÍNDICE GENERAL

RESUMEN	21
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN	
HIPÓTESIS	
OBJETIVOS	
Objetivo General	
Objetivos Específicos	
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO	1
1. Ansiedad Escénica	1
1.1. Síntomas y Características	3
1.1.1. Síntomas Fisiológicos	3
1.1.2. Síntomas Emocionales	4
1.1.3. Síntomas Cognitivos	5
1.1.4. Síntomas Conductuales	6
1.2. Elementos de la Ansiedad Escénica	6
1.2.1. El intérprete	6
1.2.2. El público	9
1.2.3. El escenario	10
1.2.4. El repertorio	12
1.2.5. El evento	13
1.3. Factores de la Ansiedad Escénica	14
1.3.1. Factores Desencadenantes	14
1.3.2. Factores Mantenedores	16
2. Ejecución Musical	17
2.1. Elementos de la Ejecución Musical	17
2.1.1. Técnica	17
2.1.1.1. Cuerpo y Colocación del Instrumento	18
2.1.1.2. Mano Derecha	18
2.1.1.3. Mano Izquierda	18
2.1.1.4. Afinación	19
2.1.1.5. Digitación	19
2.1.1.6. Producción del Sonido	20
2.1.1.7. Sentido del Ritmo	21

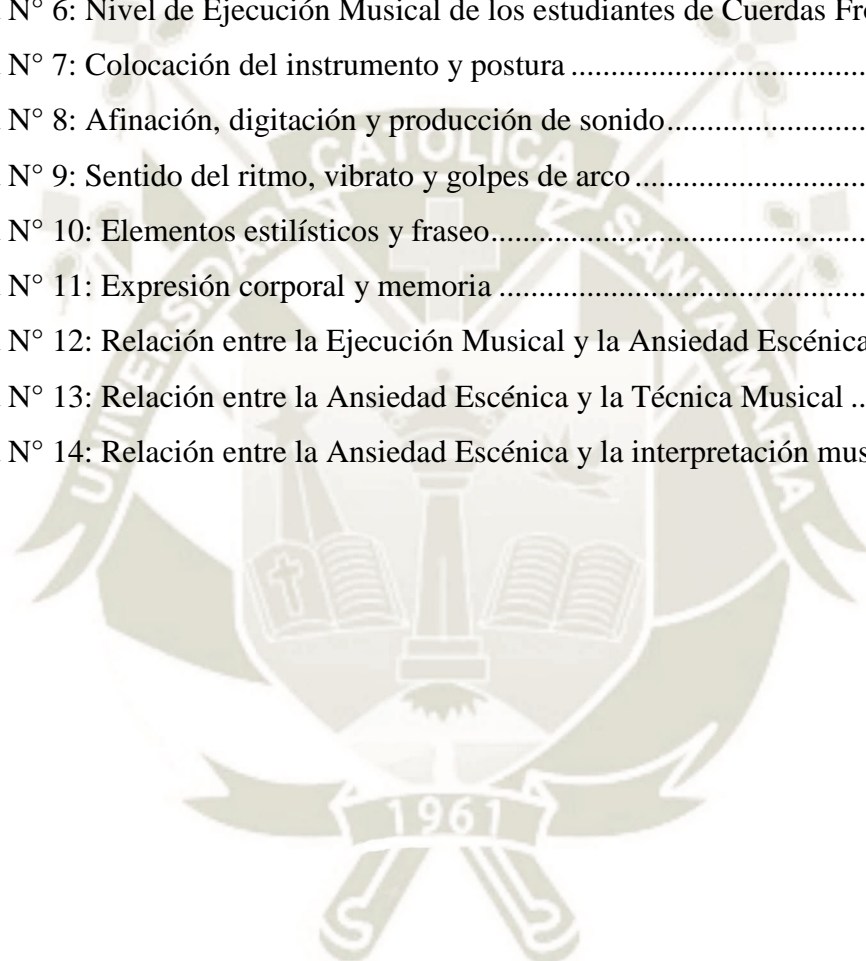
2.1.1.8. Vibrato	21
2.1.1.9. Golpes de Arco	22
2.1.2. Interpretación	23
Elementos Estilísticos.....	23
Fraseo	24
Expresión Corporal.....	24
Memoria	24
3. Cuerdas Frotadas	24
3.1. Construcción.....	25
3.2. El Violín.....	25
3.3. La Viola.....	26
3.4. El Violoncello	26
3.5. El Contrabajo.....	26
4. Análisis de Antecedentes Investigativos.....	27
CAPÍTULO II METODOLOGÍA	30
1. Técnicas.....	31
1.1. Instrumentos	31
1.2. Cuadro de Coherencias.....	33
1.2.1. Modelo del Instrumento.....	34
2. Campo de Verificación	36
DISCUSIÓN.....	52
CONCLUSIONES.....	54
RECOMENDACIONES	55
PROPUESTA	56
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	59
ANEXOS.....	61

ÍNDICE DE TABLAS

tabla N° 1 Nivel de Ansiedad Escénica de los Estudiantes de Cuerdas Frotadas	38
Tabla N° 2 Síntomas Fisiológicos de Ansiedad Escénica	39
Tabla N° 3 Síntomas Emocionales de Ansiedad Escénica	40
Tabla N° 4 Síntomas Cognitivos de Ansiedad Escénica	41
Tabla N° 5 Síntomas Conductuales de Ansiedad Escénica	42
Tabla N° 6 Nivel de Ejecución Musical de los Estudiantes de Cuerdas Frotadas	43
Tabla N° 7 Colocación del Instrumento y Postura	44
Tabla N° 8 Afinación, Digitación y Producción del Sonido	45
Tabla N° 9 Sentido del Ritmo Vibrato y Golpes de Arco	46
Tabla N° 10 Elementos Estilísticos y Fraseo	47
Tabla N° 11 Expresión Corporal y Memoria	48
Tabla N° 12 Relación entre la Ansiedad Escénica y la Ejecución Musical	49
Tabla N° 13 Relación entre la Ansiedad Escénica y la Técnica Musical	50
Tabla N° 14 Relación entre la Ansiedad Escénica y la Interpretación	51
Tabla N° 15 Matriz de Sistematización de Datos	62
Tabla N° 16 Matriz de Consistencia	64

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1: Nivel de Ansiedad Escénica de los estudiantes de Cuerdas Frotadas	38
Figura N° 2: Síntomas Fisiológicos de Ansiedad Escénica.....	39
Figura N° 3 Síntomas Emocionales de Ansiedad Escénica.....	40
Figura N° 4: Síntomas Cognitivos de Ansiedad Escénica.....	41
Figura N° 5: Síntomas Conductuales de Ansiedad Escénica	42
Figura N° 6: Nivel de Ejecución Musical de los estudiantes de Cuerdas Frotadas.....	43
Figura N° 7: Colocación del instrumento y postura	44
Figura N° 8: Afinación, digitación y producción de sonido.....	45
Figura N° 9: Sentido del ritmo, vibrato y golpes de arco.....	46
Figura N° 10: Elementos estilísticos y fraseo.....	47
Figura N° 11: Expresión corporal y memoria	48
Figura N° 12: Relación entre la Ejecución Musical y la Ansiedad Escénica	49
Figura N° 13: Relación entre la Ansiedad Escénica y la Técnica Musical	50
Figura N° 14: Relación entre la Ansiedad Escénica y la interpretación musical	51



LISTA DE ABREVIATURAS

AE: Ansiedad Escénica

APA: American Psychological Association

CELLO: Violoncello

CRM: Conservatorio Regional de Música

f: Forte

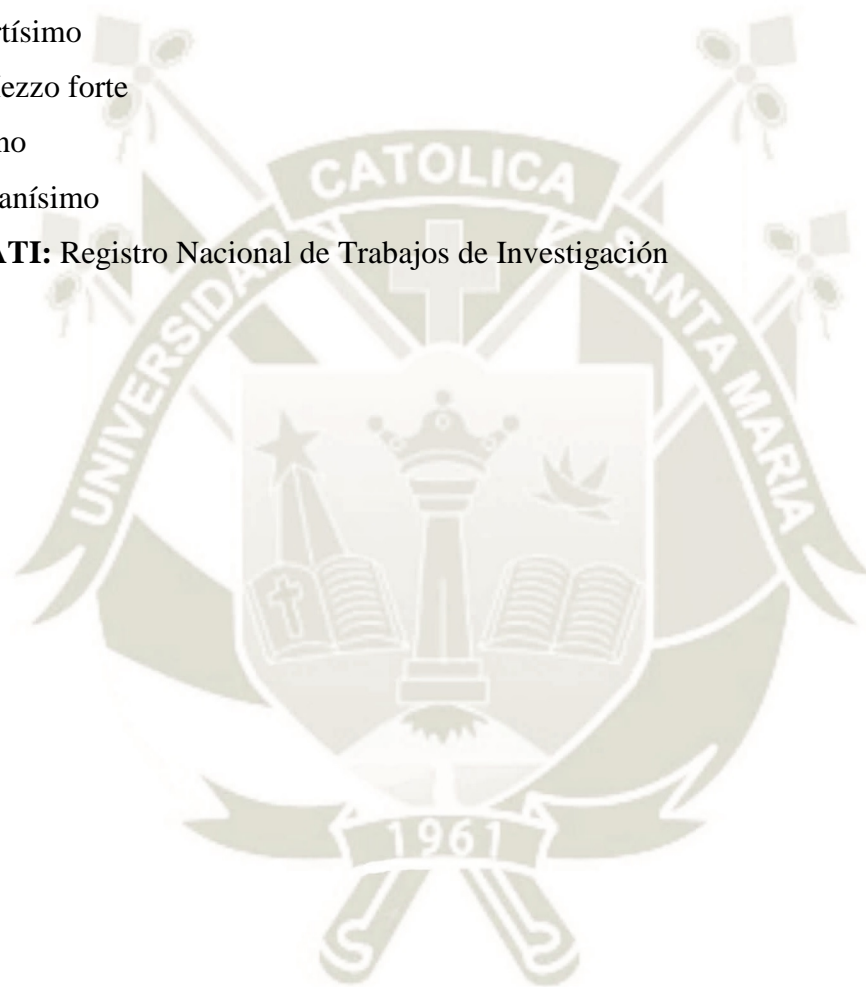
ff: Fortísimo

mf: Mezzo forte

p: Piano

pp: Pianísimo

RENATI: Registro Nacional de Trabajos de Investigación



RESUMEN

Esta investigación establece la influencia de la ansiedad escénica en la ejecución musical de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”, ubicado en la ciudad de Arequipa. Se consideró como variable independiente la ansiedad escénica y como variable dependiente la ejecución musical, ambas variables cualitativas.

La población estuvo constituida por estudiantes matriculados en el semestre par del año académico 2018, de la especialidad de cuerdas frotadas. Para el presente estudio la muestra fue censal, es decir, se trabajó con todos los estudiantes de la población.

El tipo de investigación es de campo y el nivel es correlacional causal. El instrumento de recolección utilizado para la Ansiedad Escénica, es de técnica encuesta, el Test Pingüino para la Ansiedad Escénica en Músicos, es un instrumento validado por Eduardo Carlos Juárez López (2014), que clasifica la ansiedad a través de sus síntomas, validado mediante prueba piloto y para determinar la confiabilidad del test se aplicó el método test-retest, y se obtuvo una confiabilidad del 85.87%. El instrumento utilizado para la Ejecución Musical, fue de tipo observación, y fue una Rúbrica de Evaluación de Ejecución Musical, de fuente propia, clasificando la ejecución en técnica e interpretación, cuya validación fue concretada a través de la consulta a tres expertos, que actuaron como jueces externos y revisaron críticamente los enunciados permitiendo realizar los ajustes necesarios.

Los resultados obtenidos muestran que el 32% de estudiantes con ansiedad escénica media tienen ejecución musical deficiente. La hipótesis ha sido demostrada, según la prueba de chi cuadrado, estableciendo que la ansiedad escénica influye significativamente de manera negativa en la ejecución musical de los estudiantes de la especialidad de Cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle.

PALABRAS CLAVES: Ansiedad escénica, ejecución musical, cuerdas frotadas, síntomas, técnica, interpretación.

ABSTRACT

This research establishes the influence of the scenic anxiety in the musical performance on the strings students of the Regional Conservatory of Music "Luis Duncker Lavalle", located in Arequipa city. The independent variable is the scenic anxiety and musical performance is the dependent variable, both qualitative variables.

The population was constituted by students enrolled in the pair semester of the academic year 2018, of the strings specialty. For the present study, we worked with all the students of the population.

The type of research is field and the level is causal correlational. The collection instrument used for Scenic Anxiety, is a survey technique, the Penguin Test for Scenic Anxiety in Musicians, is an instrument validated by Eduardo Carlos Juárez López (2014), which classifies anxiety through its symptoms, validated by pilot test and to determine the reliability of this test was applied the test-retest method, and a reliability of 85.87% was obtained. The instrument used for Musical Execution was an observation type, and it was a Rubric of Musical Execution Evaluation, from its own source, classifying the execution in technique and interpretation, whose validation was concretized through the consultation of three experts, who acted as external judges and critically reviewed the statements allowing to make the necessary adjustments.

The results obtained show that 32% of students with average scenic anxiety have poor musical performance. The hypothesis has been demonstrated, according to the chi-square test, establishing that the scenic anxiety significantly influences in a negative way the musical performance on the strings students of the Regional Conservatory of Music "Luis Duncker Lavalle".

KEY WORDS: Scenic anxiety, musical performance, strings, symptoms, technique, interpretation.

INTRODUCCIÓN

La ansiedad escénica es una fobia social que se presenta ante un estímulo (examen, recital, etc.), donde el ser humano siente que está en riesgo su autoestima y se interioriza negativamente un fracaso anticipado provocando síntomas fisiológicos (pulso acelerado, respiración descontrolada, sudoración excesiva, etc.), emocionales (nerviosismo, temor, pánico, etc.), cognitivos (falta de concentración y memorización) y conductuales (temblor en extremidades, rigidez muscular) que pueden afectar su ejecución musical. La ejecución musical es la decodificación de un lenguaje musical a través de un instrumento, en la que el ejecutante se involucra física, mental y emocionalmente que se ven reflejados en la técnica e interpretación; la técnica se adquiere a través de los años de estudio mediante una formación académica, mientras que la interpretación es la expresión personal que propone cada músico a la obra que ejecuta.

Sentir nervios al presentarse ante un público es normal, sin embargo cuando éstos suben de nivel hablamos de ansiedad escénica. Los jóvenes estudiantes del Conservatorio Regional de Música no están exentos de este problema, ya que este debe someterse a recitales en los que se evalúan su ejecución musical para poder acreditar semestralmente el curso de instrumento, sin embargo el plan de estudios de dicho Conservatorio carece de algún curso que los ayude a mejorar el desenvolvimiento escénico. Cierta nivel de tensión puede favorecer la ejecución musical, pero el hablar de ansiedad escénica puede menoscabarla, provocando en el estudiante una crisis en su ejecución y, en ciertos casos, llevarlo al abandono de la profesión. Es por tal motivo que nace la idea de realizar este estudio profundo y organizado sobre la influencia de la ansiedad escénica en la ejecución musical de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

Durante la presente investigación se comprobó la hipótesis planteada, es probable que la ansiedad escénica influya significativamente de manera negativa en la ejecución musical, siendo esta la causa de un bajo nivel de ejecución musical de los estudiantes de la

Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

Por ello, la presente investigación tiene como propósito identificar el nivel de ansiedad escénica, el nivel de la ejecución musical y determinar la influencia de la ansiedad escénica en la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

La investigación abarca a todos los estudiantes de cuerdas frotadas (violín, viola, violoncello, contrabajo) matriculados en el semestre par del año académico 2018 del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”. Se cuenta con la disponibilidad de los estudiantes, ya que son ellos quienes actualmente presentan este problema. Además, se busca que los resultados de esta investigación sean útiles como base para la implementación de mejoras académicas en dicha institución.

Considerando lo expuesto se presenta el siguiente informe el mismo que está estructurado por cinco capítulos. El primer capítulo introductorio; el segundo capítulo de marco teórico nos provee una revisión y un análisis exhaustivo de los fundamentos teóricos de nuestro problema; en el tercer capítulo será de metodología que incluirá el planteamiento teórico y el planteamiento operacional; el cuarto capítulo de los resultados y discusión; y finalmente en el quinto capítulo serán expuestas las conclusiones y recomendaciones. En el anexo se presentará una propuesta para disminuir el nivel de ansiedad escénica y así mejorar la ejecución musical en los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

Así pues, se pone la presente investigación a consideración de los señores miembros del jurado y de la comunidad educativa en general, buscando contribuir en el logro de la calidad del servicio educativo universitario.

HIPÓTESIS

Dado que la ansiedad escénica es un estado de ánimo que se presenta en los músicos y se manifiesta a través de combinaciones de síntomas fisiológicos, emocionales, cognitivos y conductuales.

Es probable que el nivel de ansiedad escénica influya negativamente en el nivel de ejecución musical, siendo causa de un bajo nivel de ejecución musical en los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

OBJETIVOS

Objetivo General

Determinar la influencia de la ansiedad escénica en la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

Objetivos Específicos

Precisar el nivel de ansiedad escénica de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

Precisar el nivel de la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

Establecer la influencia de la ansiedad escénica en la técnica musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

Establecer la influencia de la ansiedad escénica en la interpretación de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle”.

CAPÍTULO I

MARCO TEÓRICO

1. Ansiedad Escénica

“La ansiedad escénica, es definida como una emoción que se manifiesta cuando no se debe. Es comparada con un miedo ilógico a algo, a este algo se le conoce como estímulo, debido a que puede producir un efecto en nuestro organismo” (Dalia, 2004, p.39).

Para Kenny (2011), es una vivencia determinada y continua de acción ansiosa asociada con las presentaciones musicales que se han originado por medio de diversas ansiedades restringidas las cuales se expresan a través de relaciones afectivas, cognitivas, somáticas y conductuales. Pueden surgir en algunas presentaciones, pero por lo general es más fuerte en las presentaciones donde se encuentra el peligro ego, lo cual podría llegar a tener un efecto negativo en la calidad de la presentación musical (p. 25)

Mucho de las personas que comienza sus estudios en los conservatorios de música y lo dejan a un lado porque padecen ansiedad escénica, es decir, por no poder manejar los nervios que se producen previos al concierto, prueba etc. Pero no únicamente en el grupo de estudiantes que siguen evidencia un deterioro en su ejecución musical producido por los nervios y en este grupo, existen los que padecen de una preocupación irritante que no les da acceso al disfrute de la interpretación, asimismo se evidencian casos más vulnerables en los que esta se considera insostenible y malogra todo el trabajo realizado.

Al respecto el Manual de Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales American Psychiatric Association (2014), indica que la ansiedad es un estado anímico negativo con rasgos que determinan síntomas de tensión física y aprehensión en relación al futuro; en su quinta edición brinda unos ítems que permiten el diagnóstico de la fobia social:

A. Miedo o ansiedad elevada es una o más circunstancias sociales en las que la persona se encuentra expuesta a posibles pruebas que le realiza otra persona algunos son las relaciones sociales (p. ej., sostener una conversación, congregarse con otras personas desconocidas) ser visto (p. ej., comiendo, bebiendo) y comportarse delante de los demás (p. ej., dar un discurso). Nota: En el caso de los niños la ansiedad se puede generar en las reuniones entre pares y no únicamente con la interacción en adultos.

B. La persona siente miedo de comportarse de cierta forma o de manifestar signos de ansiedad que se han visto como negativos (es decir, que lo traten mal o se burlen de él, que se vea como un rechazo o que sea ofensivo para los demás)

C. Las situaciones sociales por lo general producen miedo o ansiedad. Nota: En los niños, el miedo o ansiedad puede verse manifestado a través del llanto, rabietas, quedarse paralizado, aferrarse, encogerse o frustración de expresarse en contextos sociales.

D. Las situaciones se previenen o se soportan con miedo o ansiedad elevada.

E. El miedo o la ansiedad son desmedidos a los riesgos reales establecidos por las circunstancias sociales y el entorno sociocultural.

Especificaciones: las personas con problemas de ansiedad social únicamente de actuación poseen miedo de actuar que son comúnmente los que se originan más limitantes en su vida profesional (p.ej., músicos, bailarines/artistas, deportistas) o en circunstancias que demandan la expresión en público de manera cotidiana. El miedo de actuar también puede evidenciarse en el entorno laboral, educativo o académico en los que demanda las actuaciones en público de forma cotidiana. Las personas con trastornos de ansiedad social únicamente de actuación no sienten miedo ni previenen los contextos sociales sin actuación. (American Psychiatric Association, 2014: p.253)

Además, un determinado nivel de intensidad positiva es bueno para fortalecer el rendimiento de la acción a ejecutar, debido a que las personas son competitivas. La problemática surge cuando la ansiedad es negativa, dándose las siguientes circunstancias: duración e intensidad en exceso, que sea paralizante, genera bloqueos y consecuencias negativas en las acciones de las personas (Bilbao, 2010).

Aunado a esto, la ansiedad escénica no siempre surge a edad temprana, en caso de que esta se manifieste lo hace de diferente forma, debido a que cuando se está en edad infantil aún no se encuentra establecida el discernimiento que tiene el individuo respecto a su valor, dándole poca importancia de lo que piensan las demás personas sobre si, la vergüenza, etc. De igual forma a esta edad el individuo no siente la coerción social, por lo que no tiene efecto en este. (Dalia, 2004).

De acuerdo con lo planteado se puede decir que la Ansiedad Escénica es un estado de ánimo negativo que se evidencia en los individuos ante situaciones sociales como, conciertos o exámenes; que el músico cree son negativos para su autoestima. Asimismo se interioriza un fracaso adelantado generando signos fisiológicos (pulso acelerado, respiración descontrolada, transpiración descomunal, entre otros.); emocionales (nervios, miedo, pánico, etc.), cognitivos (poca concentración y memorización) y conductuales (temblor en brazos y piernas; rigidez muscular) los cuales pueden interferir en la interpretación musical.

Entre los estímulos más comunes están:

Realizar presentación delante de compañeros o profesores.

Pruebas, audiciones, conciertos, recitales.

Tocar delante cámaras o para grabaciones.

Practicar con conjunto o grupo.

Realizar presentaciones delante de especialistas.

1.1.Síntomas y Características

1.1.1. Síntomas Fisiológicos

De acuerdo con Juárez (2014) son transformaciones que demuestra la existencia de problemas fisiológicos en el cuerpo del músico. Estas transformaciones son originadas por medio del sistema nervioso automático, lo que quiere decir que puede ser manejado de manera deliberada. (p.12)

Según la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (2013), los síntomas que suelen evidenciarse más son:

Pulso acelerado.

Dificultad para respirar que limita la relajación.

Transpiración en las manos que limita la toma adecuada del instrumento.

Resequedad bucal. (Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés 2013: p.45)

Por otro lado, Ristad (1989) sostiene que, "Mientras el músico conozca y compartan sus síntomas fisiológicos determina que al elevarlos a un nivel de dificultad este comienza a esfumarse, desafía a su propio cuerpo y determina que solo pueden alcanzar algunos límites" (p.169).

1.1.2. Síntomas Emocionales

Se refiere a las transformaciones que determinan la existencia de un problema en una vivencia o nivel psíquico, descrito por un nivel muy elevado de sentimientos. Estas actitudes por lo general son producto de la ilusión o de la poca racionalidad, debido a que se ven y predisponen a los resultados negativos que aún no se producen, pero que se sienten como si paralizaran al músico. (Juárez 2014: p. 65)

Al respecto la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés (2013) indica que, los síntomas comúnmente evidenciados son los siguientes:

Nerviosismos, generado por la presión psicológica que produce impaciencia.

Mide, está relacionado con una reacción emotiva ante una circunstancia de riesgo.

Síntomas de presión, preocupación continua y pensamiento recurrente a cosas negativas que pueden suceder, la persona puede llegar a sentirse que llegó al final de sus fuerzas, lo cual impide su desarrollo.

Temor al fracaso.

Irritabilidad, identificado por la rabia y el mal humor.

Pánico, imprevisto exceso de miedo. (Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés 2013: p.56)

1.1.3. Síntomas Cognitivos

Los síntomas cognitivos son las transformaciones estructurales o funcionales en los procesos mentales del intérprete, en los que se destacan la poca comprensión y dificultades para memorizar la pieza musical a ejecutar. (Juarez,2014)

La poca concentración se puede relacionar con el murmullo de las personas asistentes al concierto, el sonido producido por una persona que escribe comentarios en hojas de papel o el sonido que se produce al hojear las partituras, lo cual es reflejado por el músico como algo negativo de el en esos comentarios, produciendo mayor inseguridad. (Juárez, 2014)

El proceso de memorización está limitado por dos factores: el primero es comprender lo que se quiere memorizar y el segundo el interés acerca de la obra. Se considera que es más fácil recordar las obras con las que se establece un lazo afectivo y que se comprende de forma individual (Rodríguez, 2010).

El fallo de la memoria se origina cuando el intérprete no siente seguridad de lo que va a interpretar, unido a los miedos que genera el bloqueo de la mente. El miedo a perder la memoria en un concierto puede ser un motivo recurrente de poca seguridad emotiva. (Hoppenot, 2005, p.56).

1.1.4. Síntomas Conductuales

Estos síntomas se generan por medio del sistema nervioso central, por lo general por nuestra propia voluntad. “En los músicos se pueden reflejar en no mirar al público, repasar en el último momento y muchas veces la partitura, realizar movimientos de manera inquieta antes de ejecutar una presentación, mirar continuamente a los asistentes al concierto, estas son entre otras los factores que inciden en el incremento del malestar”.

Los síntomas más nocivos para la interpretación musical son los siguientes:

Temblor en extremidades.

Tensión en hombros.

Rigidez muscular. (Dalia, 2004, p.28).

1.2.Elementos de la Ansiedad Escénica

Al respecto Juárez (2014), indica que la música se distingue de otras artes debido a que esta es producida por la persona que la interpreta en el instante, a través de una preparación anticipada, pero el fruto último será generado delante de un público que evaluará la presentación sin alternativa de otra oportunidad. Por lo cual es relevante que en el instante de la presentación, la concentración sea máxima, que le permita manifestar y demostrar su preparación previa.

Los factores de la Ansiedad Escénica más relevante son el intérprete, el público, el escenario, el repertorio, y las clases de eventos. (Juárez, 2014, p.149).

1.2.1. El intérprete

“Se debe tener en cuenta que el intérprete es un ser humano, con defectos y habilidades, con historia pasada que incide en su presente. Esta persona tiene el compromiso

de ser un medio que permita que la música sea transmitida de la partitura del compositor a los oídos de los presentes”. (Juárez, 2014, p.150).

Al ser todos distintos los nervios y el miedo, se manifiestan de forma única en cada uno de los intérpretes, debido a que está limitada por sus rasgos particulares, el grado de autoestima, de las seguidas presentaciones y exposiciones ante el público, de la cantidad y vivencias instrumentales o de condiciones externas evidentes y el reflejo que cada uno tenga a las mismas.

Para Rodríguez (2010) las dimensiones que identifican el funcionamiento del músico en el momento de la interpretación son las siguientes (p.67):

Motriz: Integrada por el sistema óseo y muscular, es responsable de los procesos técnicos y plasma el mundo individual del intérprete.

Intelectual: Esta manejado por el hemisferio izquierdo del cerebro y es el que permite el toque formal de la interpretación.

Emocional: Está integrado por la intensidad de la memoria afectiva, pasiones, sentimientos, expresiones de todas clases, instintos e intuición

Las dimensiones antes descritas se unen para alcanzar una excelente presentación, debido a que si no se desarrolla la dimensión emocional el intérprete no podrá estremecer a quien lo escucha, la dimensión motriz hacen que los impedimentos técnicos del interprete no lo permiten desenvolverse de una mejor manera en el escenario, esto se manifiesta en el músico por medio de un sentimiento de inseguridad y la dimensión intelectual que no es desarrollada correctamente produce la poca comprensión de lo que se quiere expresar

Según Juárez (2014), los factores que intervienen directamente ante la presentación en público son los siguientes (p.86):

Cambios de temperatura: Influye directamente en interpretación y en la ejecución del instrumento. Los cambios de temperatura inciden en la afinación de los instrumentos

musicales, un clima muy cálido produce que las cuerdas se destensen y que la cuerda del arco se suelte. Mientras un clima frío produce que la cuerda se tensa y que la cuerda del arco se rompa debido a la tensión que se produce, lo cual afecta directamente al intérprete porque tiene que estar constatando progresivamente la afinación, por lo que la concentración en la interpretación se hace más difícil incrementando los nervios.

La altura: La temperatura genera distintas respuestas fisiológicas tales como la falta de oxígeno, dificultad para respirar, dolor de cabeza, náuseas, fatiga, vómito, debilidad mareo, insomnio, irritación en la mucosa y deshidratación. La buena condición física y los rasgos de cada una de las personas lo hacen menos vulnerables a estas situaciones cotidianas, por lo que se recomienda que tenga una buena alimentación en su vida que resulta favorecedor para su desempeño, una buena dieta baja en calorías teniendo presente la ingesta de líquidos abundancia, esto incrementa la calidad del glucógeno en el organismo, lo que ayuda a disminuir en gran forma los efectos del “mal de altura” (Rodríguez, 2010: p.70).

El cambio de horario: La persona está sujeta a un ciclo de horario de 24 horas, por lo que la transformación de este horario interfiere y agota las áreas regulares del organismo entre los signos más comunes que suelen generarse debido al cambio de horario de acuerdo Juárez (2014), con son los siguientes dolencia, indisposición al trabajo, efectos físicos y motrices, negativos, dolor de cabeza, poca concentración, ansiedad, cansancio y agotamiento, torpeza y aturdimiento, fatiga, poca coordinación, diarrea deshidratación y retraso, escalofríos y tendencia a la desorientación (p.82). Para que la persona pueda ajustarse a un nuevo horario puede tardar de 2 a 18 días esto depende también de la capacidad de la persona. (Rodríguez, 2010: p. 72).

Vestuario: La congruencia del vestuario con la profesión, la elegancia y el buen gusto realzan la presencia escénica del artista. Está en sintonía con la interpretación que se quiere expresar, el vestuario es el delimitador de la personalidad es un factor que la distingue y que lo identifica como profesional, además muestra el cultura o actividad realizada el grupo al cual se encuentra unido el intérprete. De igual manera, se considera lo psicológico y anatomía así como otros aspectos para estar correctamente vestidos en el escenario cómo son los colores y su uso relacionado con los diferentes estados de ánimo, color de la piel, fisionomía del individuo. Agregar la coherencia

del vestido con la profesión, la elegancia y el buen gusto destacan la presencia en escena del músico. (Rodríguez, 2010).

1.2.2. El público

Distintos rasgos como el número, edad, profesión. El grado de confianza este grupo se identifica por activar el escenario del intérprete y a la profesión de este, el entorno que brinda el público es un escenario que inciden proporcionalmente en la tensión del mismo produciendo nervios o distracción. (Rodríguez, 2010)

La solemnidad del escenario permite que el público sienta tranquilidad y participe en concierto de forma que demuestre atención y silencio, la energía contraria y directamente igual a la dimensión, relevación eventos y número de personas. El intérprete pueden emplear sus habilidades artísticas para ir más allá de lo posible por la vulnerabilidad del público, por lo general el público es una pantalla en blanco dónde se puede reúne proyecciones positivas y negativas. (Juárez, 2014, p.46)

El músico puede llegar a emitir emociones a este público pero también puede llegar a transmitir su tensión, nervios, desorientación para salir del escenario y es allí donde el público no disfruta lo que observa y escucha, lo que hace que este se comporte como un juez qué perjudica la autoestima del músico.

Para Juárez (2014) por lo general los músicos enfrentan a los siguientes públicos (p.90):

Especializado: este tipo de público en su mayoría son expertos en el instrumento o tipo de música, por lo general tienen presencia en los conciertos y competencia donde existe mucho interés por la interpretación.

Frecuente: este tipo de público por lo general asiste a recitales y conciertos y se encuentra disperso con otro tipo de público que asiste por primera vez y que se

sienten a gusto al escuchar la música, por lo que en este tipo de grupo la crítica surge por la comparación y no por un conocimiento especializado.

Escolar: este tipo de público lo conforman niños y jóvenes estudiantes, los cuales por lo general participan en concierto didáctico donde el intérprete llega hacer más divertido para captar la atención e interés de estos.

Familiar: este tipo de público lo conforma la familia del intérprete, se crea un tono más relajado con una gran recepción sensorial y baja crítica, en caso de que la familia lo apoye, de lo contrario se torna un público crítico y difícil.

Primer contacto: este tipo de público no asiste te los conciertos de música sinfónica, escuchar instrumentos musicales solo en un grupo, se dan concierto de presentación para comunidades rurales o pueblos lejanos, con poca alternativa de que las personas puedan presenciar un concierto de este tipo, por lo que existe un buen entorno debido a la disposición para escuchar, el sentimiento de agradecimiento hacia los intérpretes que viajan a estos sitios.

1.2.3. El escenario

De distintas maneras y tamaño el escenario de un elemento que incide directamente en el desarrollo del músico. Este ambiente puede ir desde un espacio pequeño integrado por grupos pequeños de personas que atienden un punto determinado hasta los escenarios más grandes creados para que el público pueda tener una mejor visión de la presentación (Juárez, 2014, p.48)

El intérprete necesita ajustarse al escenario para sentirse a gusto. El lugar donde se desarrolla la música debe ser silencioso, limpio, relacionado con la ocasión, que le brinda el músico seguridad de que su interpretación será estimada positivamente

De acuerdo con Rodríguez (2010), el escenario debe tener una acústica, sonorización y ecualización del sonido.

Acústica: ciencia encargada del estudio del sonido y todo lo asociado con su transmisión y efecto. La sala debe evidenciar una resonancia equilibrada, el lugar de la sala donde el sonido no se escucha con nitidez, (puntos ciegos) y donde el sonido se apaga rápidamente en su viaje (reverberación) demanda un desempeño excesivo del intérprete, por lo que se recomienda verificar la sala con anticipación, conocer la ubicación de los objetos en el espacio y determinar la fuerza en el para prevenir que el sonido transmitido sea irreal, lo que permite que éste corresponde a la demanda acústica del escenario (Rodríguez, 2010: p. 76).

Sonorización: el incremento de la potencia de sonido para potenciar su difusión en un escenario con sonido amplificado puede transformar la técnica del intérprete completamente, el sonido resulta del movimiento vibratorio de un cuerpo con características de elasticidad, si la vibración es normal el resultado de un sonido musical irregular sería un ruido, la intensidad con la cual se genera el volumen, el número de vibraciones por segundo de la onda altura y el número armónico que vibra con el sonido fundamental (timbre) son factores determinantes a tener en cuenta durante el proceso de sonorización (Rodríguez, 2010: p.79).

Ecualización: mediante este proceso se ajustan los criterios de intensidad, timbre, altura y frecuencia del sonido, la ecualización ajusta las frecuencias graves, medias o altas que el instrumento tenga desajustado, el ajuste de un equipo de sonido, una onda de ecualización ayuda a brindarle un sonido de real al instrumento y previene que suene de manera desagradable o irritante al oído (Rodríguez, 2010: p. 80).

Iluminación: la iluminación de forma adecuada genera un ambiente agradable, al contrario si una iluminación es muy intensa puede provocar en el intérprete la acumulación de tensión y nervios, al igual que el incremento de la temperatura descrita anteriormente.

1.2.4. El repertorio

“El repertorio este tiene una relevancia qué repercute en el surgimiento de la ansiedad escénica o área” (Juárez, 2014, p.88). En una prueba de ejecución musical es determinante la dificultad de la obra en torno al nivel de estudio estipulado por un reglamento curricular, el equilibrio adecuado entre la técnica y la interpretación, por lo que es comprensible que una necesidad de medios técnicos o falta de confianza al momento de validar el propio trabajo produciendo incomodidad al momento de la interpretación. (Hoppenot, 2005)

Según Juárez (2014), el proceso para un buen resultado en cuanto al repertorio es:

Selección: En este proceso incide la inseguridad y confianza del músico los ámbitos de obras a ejecutar que escogen en función a sus capacidades técnicas y en torno de la presentación (Juárez, 2014, p.49). Entre los factores generales a considerar en la escogencia de repertorio se encuentran los artísticos, como el lapso estilístico de la obra formativa con el grado de abstracción del estudiante, la dificultad técnica y los espirituales como la dificultad para vivenciar emocionalmente la obra. La selección anticipada de gran relevancia ya que una vez que es elegido este se le dedica muchas horas de estudio y práctica, un cambio de repertorio durante el proceso tendría consecuencias muy graves, esto debido a que no se tuvo la preparación correcta y qué existe un motivo que incidió en el cambio, lo que produce desconfianza en sí mismo para el intérprete en el caso del estudiante y es el maestro quién toma la decisión del repertorio teniendo presente el grado de estudio, las habilidades del estudiante y la clase de presentación, recital, prueba, concurso en eventos de gran magnitud como examen de concurso. El inicio de la obra es de gran importancia debido a que es la primera impresión y el reflejo de cómo se valora la obra, generando juicios de aceptación o negación ante los evaluadores.

Preparación: “Es la adecuada repartición de la carga de acuerdo con su nivel de dificultad y la buena planificación del trabajo ayudaba obtener gratos resultados” (Juárez, 2014, p.50). Por lo cual se recomienda distribuir la jornada de práctica en distintas sesiones las cuales son mejor aprovechadas que en las extensas y recurrentes esto debido a la concentración que ese aprovecha cada 50 minutos aproximadamente. (Rodríguez, 2010) como forma de preparación se encuentra el

calentamiento previo a la presentación de la obra, el cual va a depender de la complejidad de la misma, al igual que los deportistas un músico debe ejercitar sus músculos para la exigencia que demanda la presentación, si esto no ocurre se pueden originar lesiones que afectan su carrera musical. Se recomienda que antes de una prueba, concurso o recital el calentamiento no sea un ensayo general de la presentación, debido a que se pueden emplear todas las energías físicas y emocionales cometiendo un error, porque el músico puede entrar en pánico originando en el incremento de los nervios al momento de realizar la presentación debido a que pensar que cometerá nuevamente el error durante la presentación. (Dalia, 2004, p.32)

1.2.5. El evento

Según Juárez (2014) entre los eventos que considera una evaluación musical hacia el intérprete se pueden citar las pruebas, concursos, recitales con grado de evaluación. Es una prueba individual que no está relacionada a la comparación entre estudiantes, sino que en esta cada estudiante presenta una obra para obtener una puntuación que le permita seguir al siguiente ciclo de estudio, mientras que los concursos tienen una evaluación más calificada exigida por el entorno para escoger por lo general uno o más ganadores.

Entre los tipos de concursos encontramos los exámenes de admisión para entrar al conservatorio, facultad o escuela; las audiciones para entrar a trabajar a una orquesta o ganar una beca de estudio y los concursos nacionales o internacionales. Los concursos deben ser considerados como una herramienta de superación, formativa y beneficiosa cuando el estudiante está en fase de desarrollo debido a que los jóvenes pueden erradicar sus deficiencias profesionales, ya que estarán sometidos constantemente a un tipo de presión que luego será considerada como normal o simplemente parte de la carrera (Rodríguez, 2010, p.82).

Debemos decir que hay situaciones en el contexto fuera del alcance del músico y la pérdida de control de estos detalles hace que los nervios se disparen, apareciendo un nivel de ansiedad. “Tomar medidas de prevención adecuadas a la situación sin expectativas catastrofistas podría disminuir la ansiedad del artista” (Juárez, 2014, p.51). Estudiantes que

se presentan por primera vez ante un concurso pasen por malas situaciones generadas por la misma inexperiencia depositando su frustración en los organizadores, jurado o demás concursantes. Es por ello que se recomienda la continua exposición a este tipo de situaciones ya que se provoca que la sensación de evaluación sea constante y que se proyecte ante futuros públicos sin importar el contexto. (Juárez, 2014: p. 52)

1.3. Factores de la Ansiedad Escénica

Según Dalia (2004), podemos hablar de las causas que provocan la ansiedad escénica como factores desencadenantes y los mantenedores, ya que suelen ser distintos (p.40).

1.3.1. Factores Desencadenantes

Pueden estar relacionados a sucesos del pasado, sin embargo, están más relacionadas con el ambiente en donde nos desarrollamos, según Dalia (2004) son:

El ambiente familiar, donde nos educan bajo el hecho de no exponernos a situaciones sociales para evitar el “qué dirán”, o evitar el ridículo, exagerando las consecuencias negativas. Además, nuestros familiares actúan como modelos para nuestro comportamiento, es decir aprendemos por observación cómo reaccionar ante situaciones de nervios o estrés, y muchas veces ver como es preferible rechazar dichas situaciones.

La presión social, desde que somos pequeños la sociedad nos inserta ideas de perfeccionismo, donde es algo fatal el fallar o equivocarse, y menos delante de los demás. La imagen que ofrecemos a los demás ayuda a fortalecer nuestra autoestima, y un error público puede ser perjudicial para ella, por la presión que la sociedad ejerce sobre nosotros en base al perfeccionismo. Los niños no suelen sufrir fobia social como la que sufren los adultos, ya que generalmente para los niños aún no tiene importancia el qué dirán de la sociedad, es a partir de la pubertad cuando se empieza a tener el temor por el juicio de los demás.

La vulnerabilidad biológica, es la posibilidad que poseen ciertas personas a desarrollar un trastorno de ansiedad más que otras, es decir genéticamente tienen más probabilidades de sufrir en este caso fobia social. Sin embargo, esto actúa también como una predisposición en la que el ambiente será el que determinará haciéndola realidad.

Un ambiente donde se ejerza una presión por los resultados perfectos y el realizar bien la ejecución delante de los demás, donde lejos de enseñar a controlar la situación, se favorezca respuestas de ansiedad, miedo e inseguridad.

“El Condicionamiento Clásico, consiste en la asociación de un estímulo neutro que no provoca ninguna respuesta con otro estímulo que produce una respuesta para convertir aquel en un estímulo capaz de provocar una respuesta” (Dalia, 2004, p.44). Este mecanismo descubierto por Ivan Pavlov, resumido en su libro *Reflejos Condicionados* (1927), experimentó con un perro, logrando relacionar una luz con la comida del animal, logrando como resultado, que cada vez que el animal observaba la luz, lo relacionaba con su alimento.

En el ámbito musical también existen muchos aprendizajes a través del condicionamiento clásico, que en muchas ocasiones dificultan la tarea de la interpretación. Es frecuente que, si un músico tuvo una mala experiencia interpretando en un escenario generándose ansiedad y temor, las siguientes veces que esté en ese lugar sea como público o como intérprete, tenga la misma sensación (de repente en menor nivel) de ansiedad y temor. Si un estudiante tiene que dar un examen frente a un jurado que lo calificó severamente, este jurado se volverá un estímulo negativo, y cada vez que lo enfrente generará una respuesta de ansiedad y nervios.

1.3.2. Factores Mantenedores

“Se refieren a aquellos que hacen que el problema se vaya haciendo crónico con el tiempo, y lejos de solucionarse, empeore cada vez más” (Dalia, 2004, p.47).

Según Dalia (2004) el más importante es el Refuerzo Negativo de la Conducta, estudiada por Skinner (1975), donde una respuesta se puede reforzar positivamente, es decir, recibiendo un premio después de haber realizado una acción; o se puede reforzar negativamente, es decir la realización de la conducta produzca un alivio de un malestar anterior o posible; por ejemplo el no acudir a una cita comprometida, el no opinar sobre algún tema para evitar los posibles reproches, el tomarse un tranquilizante para aliviar los temblores, el no presentarse a un recital para evitar los comentarios posteriores. Este Refuerzo Negativo se puede manifestar a través de dos procesos: la Evitación y el Escape.

La evitación, en los músicos mantiene la ansiedad, existen casos que únicamente por una mala experiencia en un recital, el músico evita cualquier otra presentación, ya que tiene el temor que le ocurrirá la misma mala experiencia, lo que es perjudicial para su carrera, ya que niega cualquier tipo de exposición musical.

El escape, se da cuando el músico, sí hace frente a la ansiedad de un recital, sin embargo, pone de pretexto cualquier excusa en el momento ya que cree que no podrá soportarlo. Entre los escapes más frecuentes tenemos marcharse de la situación, taparse con la partitura para no ser visto, no mirar al público, llevar o tomar ansiolíticos, ensayar a escondidas de los demás, imaginar no estar en esa situación, pensamientos alentadores como si ya se hubiera padecido el fallo. 8Dalia, 2004: pp. 47 - 49),

2. Ejecución Musical

Galamian (1998), refiere que para que la ejecución de un instrumento sea un éxito es necesario la combinación de la técnica con la interpretación. Una buena ejecución dependerá de los siguientes factores:

Factor físico: es la combinación de la forma anatómica del individuo, la forma de los dedos, manos, brazos, flexibilidad de los músculos y su funcionamiento en lo referente a los movimientos de la ejecución.

Factor mental: la capacidad para anticipar, dirigir y supervisar la actividad muscular.

Factor estético – emocional: la capacidad para comprender y sentir el significado de la música, además del talento personal para proyectar su mensaje y transmitirlo al oyente. (Galamian 1998: p.14),

Podemos decir que la ejecución musical es la decodificación de un lenguaje musical a través de un instrumento, en la que el ejecutante se involucra física, mental y emocionalmente que se ven reflejados en la técnica e interpretación.

2.1.Elementos de la Ejecución Musical

En el momento de la ejecución de un instrumento musical nos enfrentamos con dos categorías. Los primeros pueden ser llamados absolutos o inalterables, referidos a la técnica y no se ven afectados por alteraciones de las circunstancias. Los segundos son relativos o cambiantes y están referidos a la interpretación ya que puede verse modificada o transformada por el estilo de un periodo, el auditorio, el público. (Galamian, 1998)

2.1.1. Técnica

“La técnica es la capacidad de dirigir mentalmente y ejecutar físicamente todos los movimientos necesarios de las manos, brazos y los dedos” (Galamian, 1998, p.17). Es decir, representa el dominio total y potencial del instrumento, permite al ejecutante llevar a la

práctica toda la base teórica con la que fue formado. El objetivo del dominio de la técnica es que el ejecutante pueda realizar su propia interpretación de la obra, ya que lo desliga de la preocupación de aspectos técnicos que se vuelven parte de él, quedando libre para expresar sus sentimientos. La técnica descansa en los cimientos de una adecuada relación entre la mente y los músculos, es esta relación la que constituye la llave de la destreza.

Según Galamian (1998: p. 16), el estudio de la técnica podemos dividirla en cuerpo y colocación del instrumento, mano derecha, mano izquierda, afinación, digitación, producción del sonido, sentido del ritmo, vibrato y golpes de arco.

2.1.1.1. Cuerpo y Colocación del Instrumento

La relación entre el instrumento y el cuerpo, los brazos y las manos ha de ser cómoda para permitir una ejecución eficiente y cómoda, bajo ciertos criterios de corrección (Galamian, 1998: p. 19). La postura debe ser una posición erguida, siempre relajada evitando movimientos exagerados, y el alzamiento de los hombros. Existe cierto grado de movimiento que resulte natural y a favor de la expresividad, sin convertirse en un marcador rítmico.

2.1.1.2. Mano Derecha

Los principios fundamentales en este caso están relacionados con la adaptación de los movimientos naturales del brazo, la mano derecha y sus dedos a la técnica del arco. La flexibilidad debe ser muy natural para su funcionamiento, todos los movimientos de la mano derecha se realizan de modo que el arco forme parte integral del mecanismo completo de la mano. (Galamian, 1998: p.18)

2.1.1.3. Mano Izquierda

Según Galamian (1998), es favorable llevar el codo izquierdo a la derecha para tener mayor acceso a la cuarta cuerda, la muñeca debe mostrarse recta y relajada mostrando una

posición natural, los nudillos deben permanecer siempre paralelos a la cuerda, no se debe apretar la mano sobre el instrumento ya que se creará tensión que restringe la libertad de movimientos de los dedos, la mano y el brazo. Los dedos descienden perpendicularmente sobre sus yemas. El pulgar no debe sobresalir por encima del diapasón, ya que puede generar presión. (p.21)

2.1.1.4.Afinación

Conseguir una buena afinación depende esencialmente del sentido del tacto en combinación con el del oído. El principio del doble contacto significa que la mano izquierda debe tener dos puntos de contacto con el instrumento para poder orientarse correcta y fiablemente, usualmente el doble contacto lo aportan el dedo pulgar y el índice. Para lograr una buena afinación es indispensable seguir la orientación que le brinda su propio oído, por ello el artista debe ser extremadamente perceptivo y ha de disponer de la capacidad de ajustar instantáneamente su afinación. (Galamian, 1998, 22)

Los principales factores en el desarrollo de una correcta afinación son:

Sentido del tacto.

Guía y control intenso por parte del oído.

Aplicación correcta y espontánea del marco.

Capacidad de realizar ajustes inmediatamente. (Galamian, 1998, p.22)

2.1.1.5.Digitación

Según Galamian (1998), la digitación tiene dos aspectos: el musical y el técnico. Musicalmente, la digitación debe garantizar el mejor sonido posible y la mejor expresión para una frase. Técnicamente debe hacer que el pasaje resulte lo más sencillo y cómodo para el ejecutante. Estos dos aspectos no siempre tendrán correspondencia, se da mayor importancia a la parte expresiva que a la comodidad, lo que lleva a un virtuosismo. El avance en el campo de la digitación ha contribuido al progreso de la técnica como:

Mayor uso de las posiciones.
Desplazamiento de semitonos.
Cambios de posición sobre cuerdas al aire.
Mejores digitaciones cromáticas.
Nuevos tipos de extensiones al exterior del marco.
Nuevos tipos de digitaciones basadas en extensiones o contracciones.
(Galamian 1998: p.31),

2.1.1.6. Producción del Sonido

La producción del sonido depende generalmente del arco, y será este bajo la batuta del ejecutante el responsable del respeto por las dinámicas (Galamian, 1998, p.26):

p = Piano: este símbolo de dinámica nos indica que debemos tocar suave, nuestro volumen de interpretación debe ser bajo.

f = Forte: Este símbolo nos indica que debemos tocar fuerte, nuestro nivel de interpretación debe ser alto.

mf = Mezoforte

mp = Mezopiano

Galamian (1998) nos dice que los tres factores principales para la producción de un buen sonido son: velocidad, presión y punto de ataque.

Velocidad: un aumento de velocidad significa que transmite mayor energía al violín, si la presión es constante entonces todo cambio de velocidad producirá un cambio en la dinámica.

Presión: la presión que el arco ejerce sobre las cuerdas puede proceder del peso del arco, del peso de la mano y el brazo, de una acción muscular controlada. La presión deberá ser mayor cerca del extremo del arco para contrarrestar la pérdida de peso de éste y correspondientemente menor en las proximidades de la nuez, donde el peso del arco es máximo. Una presión controlada puede producir diferentes cambios en la afinación, matices y dinámicas.

Punto de ataque: es el lugar concreto en relación con el puente, en el que el arco debe entrar en contacto con la cuerda para obtener mejores resultados sonoros, antes de atacar una nota es necesario establecer el punto de contacto, así el sonido tendrá mayor calidad. (Galamian, 1998: pp. 45-49)

2.1.1.7.Sentido del Ritmo

El sentido musical del ritmo refiere a la ejecución de las notas siguiendo con exactitud el patrón rítmico y la velocidad que requiera la música. El sentido técnico del ritmo hace referencia a la realización de los movimientos necesarios, tanto de la mano izquierda como con la derecha, en el momento exacto y con la velocidad justa para obtener un ritmo musical correcto. (Galamian, 1998: p.50)

El sentido musical y el sentido técnico suelen coincidir, por lo que a la mano izquierda refiere a menudo los dedos deberán estar preparados antes de la ejecución de la nota, lo mismo aplica en la mano derecha (mano del arco). La maestría sobre el complejo rítmico es un problema de correlación de respuesta inmediata y precisa de los músculos a las directrices de la mente.

2.1.1.8.Vibrato

Existen diferentes escuelas acerca de la forma correcta de ejecutar el vibrato, puede ser de mano, brazo o dedo. La variedad resultante de la combinación de los tres tipos ofrece una gama de expresividad y una calidad sonora especial. En los tres tipos la velocidad, la profundidad o amplitud y la intensidad pueden variarse, el ejecutante será capaz de tomar el control, ha de ser capaz de cambiar de un tipo de vibrato a otro en una transición sutil y homogénea. (Galamian, 1998: p.51)

En general, el vibrato describe una variación periódica de la frecuencia del sonido entre dos notas y tendrá que adaptarse a la dinámica del arco, el color del vibrato es

fundamentalmente cuestión de gustos personales, pero esa elección debe considerar las exigencias del estilo musical.

2.1.1.9. Golpes de Arco

Galamian (1998) refiere a los diferentes movimientos del arco, para la generación del sonido en relación a la velocidad, presión y punto de ataque, con el objetivo de resolver regularmente las exigencias de las diferentes obras musicales.

Legato: cuando se ligan dos o más notas en un mismo movimiento del arco.

Detaché: se emplea un golpe de arco separado para cada nota, cada uno debe ser suave y homogéneo de principio a fin, sin ninguna variación en la presión.

Portato: serie de golpes detaché en un solo arco.

Fouetté: detaché acentuado, levantando rápidamente el arco de la cuerda y bajándolo de nuevo brusca y enérgicamente.

Martelé: o martellato es uno de los golpes de arco fundamentales y su dominio beneficiará a la técnica de la mano derecha, es un golpe percusivo con un acento fuerte y silencio entre golpe y golpe.

Collé: se sitúa sobre las cuerdas desde el aire y en el momento del contacto, la cuerda es pellizcada ligera pero intensamente.

Spiccato: El arco se deja caer desde el aire y se levanta de nuevo de la cuerda tras cada nota.

Sautillé: también llamado saltellato, golpe de arco con salto, que se distingue del spiccato por el hecho que no existe un levantamiento y bajada individuales del arco para cada nota.

Staccato: es una sucesión de golpes cortos, claramente separados y articulados en forma de consonantes en un solo golpe de arco, que se ejecutan con las cerdas del arco en contacto continuo con la cuerda.

Ricochet: este movimiento del arco se basa totalmente en la elasticidad natural de su madera, con cada golpe se tocan varias notas, con solo un impulso. (Galamian, 1988: pp. 65 – 68)

2.1.2. Interpretación

“La interpretación, como aclara la palabra misma, implica un fuerte elemento subjetivo; más concretamente, supone la concepción personal del intérprete de cómo debería sonar la música. Dado que este elemento subjetivo está decisivamente influido por el gusto, estilo y las modas, la interpretación es un valor cambiante” (Galamian, 1998, p.16).

La interpretación es el objetivo final del estudio de cualquier instrumento musical, el intérprete debe comprender en profundidad el significado de la música, tener una imaginación creativa y un enfoque personal de su trabajo respecto a la obra.

Según Galamian (1998), un buen intérprete es aquel cuya ejecución combina una perfecta técnica con una interpretación comprensible y convincente para el oyente. La interpretación estará formada por elementos estilísticos, fraseo, expresión corporal y memoria. (p. 87)

Elementos Estilísticos

Los elementos estilísticos, son los “detalles”, que se presentan por cada periodo de la historia, donde es el ejecutante el encargado de respetar y resaltar, como el tipo de vibrato, trinos, finales de frase, dinámicas, todo esto hace de la ejecución una interpretación con mayor preparación, donde si hay espacio para la creatividad, pero bajo el respeto por ciertas formas ya establecidas. (Juárez, 2014)

Fraseo

Hace referencia a la organización expresiva de la música, comparada con oraciones, que podemos clasificar como preguntas respuestas, frases propiamente dichas. Las frases dan lógica a la interpretación y fueron analizadas durante el estudio de la obra.

Expresión Corporal

Es un medio para poder transmitir lo que el músico desea a su público, una expresión relajada y con movimiento acorde al ritmo de la música, transmitirá al público confianza y seguridad en lo que hace; al igual que una persona rígida, sin movimiento hará evidente su nerviosismo e inseguridad.

Memoria

Es un requisito para una buena interpretación, ya que permite expresar, ayuda a la expresión corporal; lo que provoca que en el momento de la interpretación el músico no esté concentrado por las notas sino por transmitir los sentimientos que desea. (Galamian, 1998: pp. 16 – 19)

3. Cuerdas Frotadas

Se llaman instrumentos de cuerda frotada a aquellos que producen su sonido por la torsión de las cuerdas debido al frotamiento de estas con un arco. Un arco consta de una vara de palo de madera generalmente de Pernambuco, con una punta y un talón que tensa el encordado. Las cerdas se frotan con una resina (colofonia) para favorecer el agarre de las cuerdas. En esta familia se encuentran el violín, la viola, el violoncelo y el contrabajo.

Adler (2006) nos dice que las características de los instrumentos de cuerdas frotadas son:

Su enorme registro, que abarca siete octavas entre los contrabajos y violines.

La homogeneidad del color tonal en todo el registro.

Su amplio registro dinámico.

La riqueza de la calidad del sonido.

Su versatilidad en la producción de diferentes tipos de sonido.

Su capacidad para producir sonido continuamente. (Adler, 2006: p. 56)

3.1.Construcción

Cada instrumento está formado por dos partes principales: la caja y el mástil, ambas están hechas de madera, la superficie de la parte superior del cuerpo, llamada tapa o tabla de resonancia y el fondo o parte de atrás, son encorvado. Junto con las paredes, llamadas aros, forman una caja hueca que actúa como resonador y amplifica las vibraciones de las cuerdas. El mástil consiste de una pieza tallada de madera, larga y delgada, llamada diapasón. Termina en su extremo superior en un clavijero que sujeta las clavijas de afinación. Sobre el diapasón y la tapa se sitúan las cuatro cuerdas. El puente sirve de soporte las cuerdas, también vibra y sus vibraciones pasan a la tapa a la parte de atrás. En la tapa encontramos dos aberturas de resonancia llamadas “efes”, que permiten que la tapa del instrumento vire libremente y proporciona salida al sonido del cuerpo del instrumento. (Adler, 2006: pp. 61)

3.2.El Violín

Es el instrumento soprano de la sección de cuerdas. Se apoya en el hombro izquierdo, se sujeta con el lado izquierdo de la barbilla y se sostiene desde abajo con el brazo y la mano izquierda. (Adler, 2006: p. 23)

3.3.La Viola

La viola es la voz del contralto de la orquesta de cuerda y su técnica interpretativa es similar a la del violín. Es bastante más grande que el violín, hasta 3 o 4 pulgadas, lo que significa que hay que estirar más la mano para ejecutar intervalos afinados. La tensión en la mano izquierda también es mayor, se escoge el tamaño de acuerdo al tamaño de la mano. (Adler, 2006: p. 24)

3.4.El Violoncello

También llamado cello, es de manera ambivalente el tenor y el bajo. A causa de su mayor tamaño se sostiene entre las rodillas cuando el intérprete está sentado, una plica ajustable que va de la parte inferior del instrumento hasta el suelo, proporciona apoyo adicional. El mástil del cello se sitúa por encima del hombro izquierdo del ejecutante. (Adler, 2006: p. 25)

3.5.El Contrabajo

Ésta es la voz más grave de la sección, en los pasajes solistas las notas superiores pueden producirse por medio del uso de armónicos naturales. El contrabajo descansa sobre un soporte ajustable; el intérprete está de pie, o sentado en banco alto y sujeta el instrumento con el cuerpo y la rodilla izquierda. Casi todos los instrumentistas usan un instrumento de tamaño convencional, por el tamaño del instrumento. (Adler, 2006: p. 25)

4. Análisis de Antecedentes Investigativos

Luego de una búsqueda mesurada en distintas bibliotecas universitarias locales, y en el repositorio de Tesis RENATI (Sunedu), se ha encontrado un trabajo de investigación nacional que pueda ser consideradas dentro de éste trabajo de investigación, por lo que se ha tenido que recurrir a diferentes páginas académicas de internet. Considerando las siguientes investigaciones:

Raluca Matei y Jane Ginsborg, (2017), en su Artículo “*Ansiedad en la Interpretación Musical en Músicos Clásicos*”, publicado en la Revista electrónica BJPsych llega a las siguientes conclusiones:

Fancourt y otros encontraron niveles más altos de glucocorticoides (cortisol y cortisona) en cantantes actuando en público, que cuando cantaban sin audiencia. Además, la investigación utilizando una realidad virtual simulador de rendimiento demostró que la la audiencia ni siquiera tiene que ser "real" para la ansiedad para ser activado o la frecuencia cardíaca elevada (Aufegger, 2016).

Según una encuesta de más de 2000 músicos profesionales realizada por la Internacional Conferencia de músicos sinfónicos y de ópera. (ICSOM), la muestra más grande hasta la fecha, 24% sufrió del miedo escénico, el 13% reportó ansiedad aguda y el 17% reportó depresión (Fishbein et al, 1988). Los niveles más altos de Ansiedad Escénica generalmente se activan por actuaciones en solitario (Spahn, 2016), mientras que los instrumentistas orquestales calificaron las audiciones como las más probables a producir Ansiedad Escénica.

Eduardo Carlos Juárez López, (2014), en su Tesis “*Ansiedad Escénica: La Cara Oculta del Artista*”, para obtener el grado de Maestría en Psicoterapia Gestalt en México, llega a las siguientes conclusiones:

Se determina que la Autoestima se relaciona ligera pero significativamente con la Ansiedad Escénica. Existe una leve relación inversamente proporcional, mientras el individuo presente más Autoestima demuestra menos Ansiedad escénica y viceversa.

La prueba P de Pearson arrojó un resultado de correlación de -0.2277 . Dicha conclusión afirma la hipótesis y descarta la hipótesis nula.

Los síntomas principales de la ansiedad escénica son cuatro: fisiológicos que incluyen cambios en el pulso y la respiración, sudoración en las manos, sequedad en la boca; emocionales tales como sentimientos de aprensión, temor al fracaso, irritabilidad, pánico; cognitivos, como falta de concentración y problemas de memorización; y conductuales, como temblor en manos y piernas, alzamiento de hombros, rigidez en cuello y brazos.

Como recomendación se da la creación de un programa de seguimiento psicoterapéutico para los alumnos debido a corta edad en la que ingresan y a los cambios emocionales presentados a lo largo del tiempo en que se mantienen estudiando, especial para las mujeres quienes presentan más síntomas. La creación de un taller con enfoque Gestalt para el manejo y disminución de los niveles de Ansiedad Escénica en el músico así como el incremento de los niveles de autoestima. La creación de una experiencia educativa en la Universidad Veracruzana dentro del Modelo Educativo Integral y Flexible (MEIF) dirigida por un especialista en el tema para que los alumnos tengan un espacio para manejar sus inquietudes y síntomas.

Estefanía Atencio Ramirez, (2015), en su Tesis “*Ansiedad Escénica en Músicos de la fundación Simón Bolívar en la Ciudad de Maracaibo*”, para obtener el grado de Psicólogo en Venezuela, llega a las siguientes conclusiones:

La ansiedad escénica se ubicó en un nivel moderado así como sus dimensiones contexto familiar, indefensión y cogniciones negativas específicas. Esto puede indicar que los músicos para el momento de responder la evaluación mostraron niveles moderados de ansiedad escénica, confirmando la presencia de esta en dicha población, más no en niveles elevados.

Se puede decir con respecto a la ansiedad escénica y la edad según los resultados obtenidos, que a menor de edad en los músicos se evidencia más la presencia de la ansiedad escénica, a medida que la edad aumenta los niveles de ansiedad disminuyeron.

En cuanto a la relación del tipo de instrumento y la ansiedad escénica, se encontraron en un nivel moderado los grupos de cuerda frotada, viento madera, viento metal, cuerda pulsada, percusión y piano, por su parte el canto se encontró en un nivel bajo.

Rosa María Vento Manihuari, (2017), en su Tesis “*Ansiedad y Afrontamiento en Estudiantes de un Conservatorio*”, para obtener el grado de Licenciatura en Psicología Clínica en Lima, llega a las siguientes conclusiones:

Los análisis indican una asociación directa, grande y significativa entre ansiedad rasgo y la estrategia enfocar y liberar las emociones. Esto quiere decir que aquellos estudiantes que reportaron mayores puntuaciones en ansiedad rasgo también reportaron una mayor tendencia a enfocarse en el malestar o las emociones displacenteras que sienten y suelen expresarlos con un bajo control, según la definición de la estrategia (Carver et al., 1989). Por un lado, este resultado estaría de acuerdo a lo esperado teóricamente, ya que cuando las personas perciben que sus emociones o sus reacciones fisiológicas están fuera de su control sienten que la ansiedad aumenta, generándose un circuito que se retroalimenta (Barlow 2000). Estudios previos concuerdan con que las personas con altos niveles de ansiedad tienen dificultades para manejar emociones displacenteras y son menos eficaces para superar dichos estados de ánimo (Carthy, Horesh, Apter, Edge & Gross, 2010; Esbjørn, Bender, Reinholdt-Dunne, Munck & Ollendick, 2012). Por ende, se podría considerar que los alumnos con mayores puntuaciones en ansiedad rasgo tendrían dificultad para controlar sus emociones displacenteras. De esta manera, se correlaciona directamente con la mayor recurrencia de esta estrategia que manifiesta esta falta de control (Carver et al., 1989).

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

El enunciado del problema es la influencia de la ansiedad escénica en la ejecución musical de los estudiantes de cuerdas frotadas del CRM Luis Duncker Lavalle, Arequipa – 2018. El campo de investigación es educación, el área general es educación superior, el área específica es la ejecución musical y la línea de investigación es la autoestima escénica.

El estudio de investigación es de dos variables cualitativas.

VARIABLE	INDICADORES	SUBINDICADORES
Variable Independiente: Ansiedad Escénica Estado de ánimo negativo manifestado mediante síntomas de diverso orden.	Síntomas fisiológicos	Pulso Respiración Sudoración en manos Sequedad en boca
	Síntomas emocionales	Nerviosismo Miedo Síntomas de aprensión Temor al fracaso Irritabilidad Pánico
	Síntomas cognitivos	Falta de concentración Problemas de memorización
	Síntomas conductuales	Temblor en manos y piernas Alzamiento de hombros Rigidez muscular
Variable Dependiente: Ejecución Musical Decodificar un lenguaje musical a través de una técnica previa e interpretación.	Técnica	Cuerpo y colocación del instrumento Mano derecha Mano izquierda Afinación Digitación Producción del sonido Sentido del ritmo Vibrato Golpes de arco
	Interpretación	Elementos estilísticos Fraseo Expresión corporal Memoria

Fuente: Elaboración propia.

Las interrogantes de esta investigación son: ¿Cómo influye la ansiedad escénica en la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle?, ¿Cuál es el nivel de la ansiedad escénica de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle?, ¿Cuál es el nivel de la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle?. El tipo de investigación es de campo y el nivel es relacional causal y explicativa.

1. Técnicas

Se utilizó para la primera variable, Ansiedad Escénica, la Técnica de Encuesta, mediante el Test Pingüino para la Ansiedad Escénica en Músicos, validado por Eduardo Carlos Juárez López, (2014) con una confiabilidad de 0.85, y una adaptación a nuestro contextos con un alfa de Cronbach de 0.979.

Para la segunda variable, Ejecución Musical, la Técnica de Observación, mediante una Rúbrica de Evaluación de Ejecución Musical, aprobado mediante juicio de expertos.

1.1. Instrumentos

Para la primera variable ansiedad escénica se utilizará el Test Pingüino para la Ansiedad Escénica en Músicos, es un instrumento validado por Eduardo Carlos Juárez López, (2014), en su Tesis “Ansiedad Escénica: La Cara Oculta del Artista”.

El instrumento cuenta con 20 ítems, para la valoración de preguntas se utilizaron cinco reacciones enunciadas en frases propuestas en la escala de Likert: Definitivamente no, probablemente no, indeciso, probablemente sí, definitivamente sí. El método consiste en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios, ante los cuales se pide la reacción de los participantes. A cada punto se le asigna un valor numérico. Así el participante obtiene una puntuación respecto de la afirmación y al final su puntuación total.

El resultado total para medir el nivel de la variable Ansiedad Escénica fue dividido en cinco niveles:

Niveles	Porcentaje
Muy Baja	0 – 20
Baja	21 – 40
Media	41 – 60
Alta	61 – 80
Muy Alta	81 – 100

Para su validación Eduardo Carlos Juárez López, (2014) hizo un prueba piloto y para determinar la confiabilidad del test se aplicó el método de la medida de estabilidad: Método test-retest. Se obtuvo una confiabilidad del 85.87%. Se realizaron adaptaciones a nuestro contexto con un Alfa de Cronbach de 0.979.

Para la segunda variable ejecución musical se utilizará una Rúbrica de Evaluación en base a los Indicadores, que consta de cinco criterios correspondientes a los indicadores y sub-indicadores de la variable.

El resultado total para medir el nivel de la variable Ejecución Musical fue dividido en cuatro niveles:

Niveles	Puntuación
Deficiente	0 – 50
Regular	51 – 75
Bueno	76 – 90
Muy Bueno	91 – 100

Para su validación, ésta rúbrica ha sido aprobada a través de un informe de opinión del juicio de experto, a cargo de tres expertos en el tema.

1.2. Cuadro de Coherencias

Variable	Indicadores	Sub indicadores	Técnicas e Instrumentos	Estructura del Instrumento	
Ansiedad Escénica	Síntomas fisiológicos	Pulso	Técnica: Encuestas	5	
		Respiración		6	
		Sudoración en manos		7	
		Sequedad en boca		8	
	Síntomas emocionales	Nerviosismo		Instrumento: Test Pingüino de Ansiedad Escénica en Músicos	3, 4
		Miedo			1
		Síntomas de aprensión			2, 9
		Temor al fracaso	10		
		Irritabilidad	11		
	Síntomas cognitivos	Pánico	12		
		Falta de concentración	13, 14		
		Problemas de memorización	15, 16		
	Síntomas conductuales	Temblor en manos y piernas	17, 18		
		Alzamiento de hombros	19		
		Rigidez muscular	20		
		Ejecución Musical	Técnica musical	Cuerpo y colocación del instrumento	Técnica: Observación
	Mano derecha			1.b.	
	Mano izquierda			Instrumento: Rúbrica de Evaluación en base a los indicadores	1.c.
	Afinación				2.a.
	Digitación				2.b.
Producción del sonido	2.c.				
Sentido del ritmo	3.a.				
Vibrato	3.b.				
Golpes de arco	3.c.				
Interpretación	Elementos estilísticos		4.a.		
	Fraseo		4.b.		
	Expresión corporal		5.a.		
	Memoria		5.b.		

Fuente: Elaboración propia.

1.2.1. Modelo del Instrumento

TEST PINGÜINO DE ANSIEDAD ESCÉNICA EN MÚSICOS

Nombre: _____ Edad: _____

Sexo: _____ Instrumento: _____

Objetivo: Determinar el Nivel de Ansiedad Escénica

Instrucciones: Coloca una “X” en el cuadro correspondiente.

Durante el periodo comprendido entre minutos antes y durante una presentación musical de importancia como un examen o concurso

N°	Pregunta	Definitivamente no	Probablemente no	Indeciso	Probablemente si	Definitivamente si
1	¿Temes que vaya a pasar algo peligroso durante tu presentación?					
2	¿Piensas que los resultados serán desfavorables?					
3	¿Tus compañeros se refieren a ti como una persona nerviosa?					
4	¿Practicar ejercicios de relajación antes de entrar al escenario?					
5	¿Puedes sentir el aumento de las palpitaciones?					
6	¿Tu respiración es tan agitada que sientes que se sale de control?					
7	¿La excesiva sudoración te impide maniobrar bien tu instrumento?					
8	¿Sientes demasiada sed?					
9	¿Pasa por tu mente la idea que te equivocarás en el pasaje más difícil?					
10	¿Es importante para ti que tu presentación sea siempre un éxito?					
11	¿Prefieres evitar la plática con los demás para evitar alterarte?					
12	¿Tu ansiedad es tan intensa que piensas que tu resultado será una catástrofe?					
13	¿Te es difícil concentrarte en los que estás haciendo?					
14	¿Tu mente está en un lugar diferente al de la presentación?					
15	¿Revisas constantemente la partitura para revisar la memoria?					
16	¿Se te pone la mente en blanco en la parte más difícil de la pieza que estás interpretando?					
17	¿El temblor de tus manos te impide maniobrar bien tu instrumento?					
18	¿Sientes que tus piernas tiemblan?					
19	¿Sientes fatiga en cuello y hombros?					
20	¿Puedes sentir rigidez en alguna parte de tu cuerpo?					

¡Gracias por tu participación!

RÚBRICA DE EVALUACIÓN DE EJECUCIÓN MUSICAL

Nombre: _____

Instrumento: _____

Objetivo: Determinar el Nivel de Ejecución Musical

Criterios		19 – 20 pts.	16 -18 pts.	11 – 15 pts.	0 – 10 pts.	PUN- TAJE
TÉCNICA MUSICAL	1 a. Cuerpo y colocación del instrumento. b. Mano derecha. c. Mano izquierda	El estudiante cumple con los criterios 1.a, 1.b y 1.c	El estudiante cumple con los criterios 1.b y 1.c	El estudiante cumple con el criterio 1.b	El estudiante cumple esporádicamente con los criterios mencionados.	
	2 a. Afinación. b. Digitación. c. Producción del sonido	El estudiante cumple con los criterios 2.a, 2.b y 2.c	El estudiante cumple con los criterios 2.a y 2.b	El estudiante cumple con el criterio 2.b	El estudiante cumple esporádicamente con los criterios mencionados.	
	3 a. Sentido del ritmo. b. Vibrato. c. Golpes de arco	El estudiante cumple con los criterios 3.a, 3.b y 3.c	El estudiante cumple con los criterios 3.a y 3.c	El estudiante cumple con el criterio 3.a	El estudiante cumple esporádicamente con los criterios mencionados.	
INTERPRETACIÓN	4 a. Elementos estilísticos. b. Fraseo	El estudiante cumple con los criterios 4.a y 4.b durante toda la obra	El estudiante cumple con el criterios 4.b	El estudiante cumple con el criterio 4.a	El estudiante cumple esporádicamente con los criterios mencionados.	
	5 a. Expresión corporal b. Memoria	El estudiante cumple con los criterios 5.a y 5.b durante toda la obra	El estudiante cumple con el criterios 5.a	El estudiante cumple con el criterio 5.b	El estudiante cumple esporádicamente con los criterios mencionados.	
TOTAL						

Escala de Valoración	
Muy Bueno	91 - 100
Bueno	76 - 90
Regular	51 – 75
Deficiente	0 – 50

2. Campo de Verificación

El estudio se realizó en el ámbito del Conservatorio Regional de Música “Luis Duncker Lavalle” situada en Av. Lima s/n – Alto Libertad – Cerro Colorado. El horizonte temporal del estudio está referido al año 2018, por tanto el estudio es coyuntural.

Las unidades de estudio están constituidas por los estudiantes de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle de Arequipa. El universo está formado por 25 estudiantes, de las siguientes especialidades:

Especialidad	Estudiantes
Violín	18
Viola	3
Violoncello	1
Contrabajo	3
Total	25

Fuente: Elaboración propia.

3. Validación de Instrumentos

El Test Pingüino para la Ansiedad Escénica en Músicos, es un instrumento validado por Eduardo Carlos Juárez López, (2014), en su Tesis “Ansiedad Escénica: La Cara Oculta del Artista”, validación por prueba piloto y para determinar la confiabilidad del test se aplicó el método de la medida de estabilidad: Método test-retest. Se obtuvo una confiabilidad del 85.87%. Se realizó una adaptación a nuestro contexto musical con un Alfa de Cronbach de 0.797.

La validación de la Rúbrica de Evaluación de Ejecución Musical fue concretada a través de la consulta a tres expertos, que actuaron como jueces externos y revisaron críticamente los enunciados permitiendo realizar los ajustes necesarios.

4. Criterios para el Manejo de Resultados

A efectos de la investigación, para la sistematización o procesamiento de los datos obtenidos se empleó como procedimientos la seriación, la codificación, la tabulación y la graficación para la contabilización de las respuestas y la elaboración de cuadros o tablas y gráficas.

En el análisis de la información que se obtuvo, se empleó el proceso de jerarquización de datos para establecer relaciones previas y apreciar posteriormente de manera crítica la información así ordenada y sistematizada. Para establecer la correlación entre variables se aplicó chi cuadrado.

De esta forma el estudio de los datos observados y encontrados en el momento del análisis que se realizó, sirvió de fundamento de las conclusiones de la investigación.

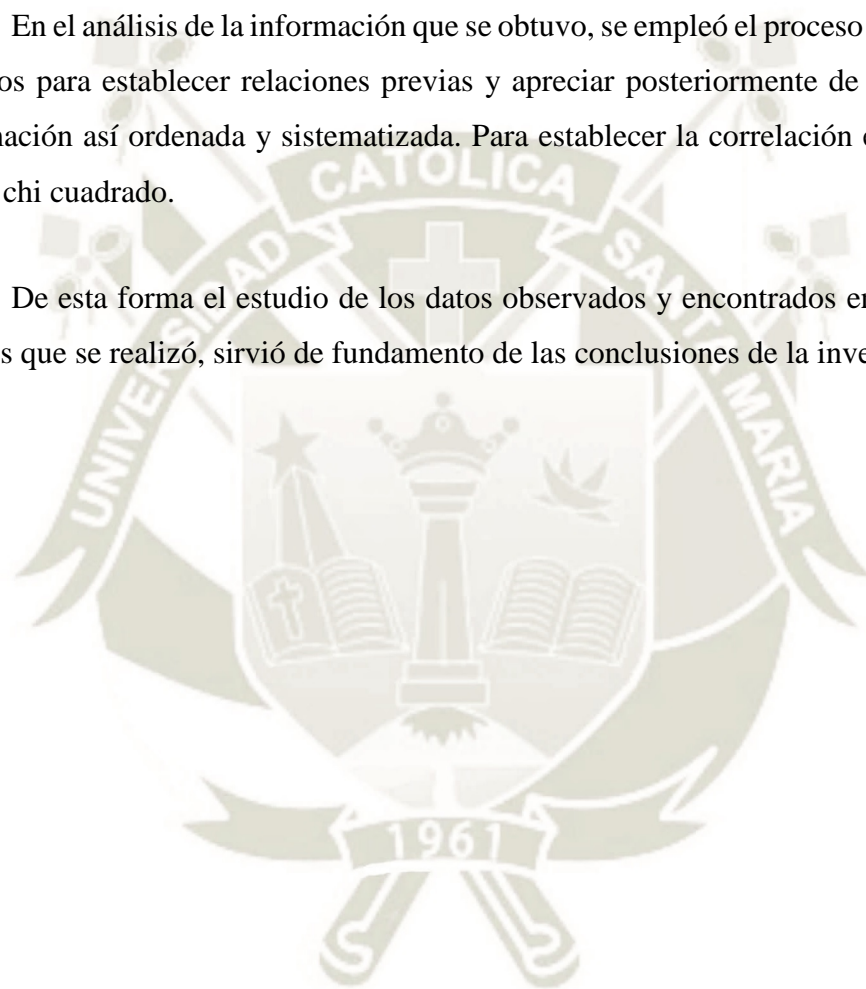


TABLA N° 1
NIVEL DE ANSIEDAD ESCÉNICA DE LOS ESTUDIANTES DE CUERDAS FROTADAS

Nivel	N°.	%
Baja	0	0
Media	11	44
Alta	13	52
Muy alta	1	4
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia.

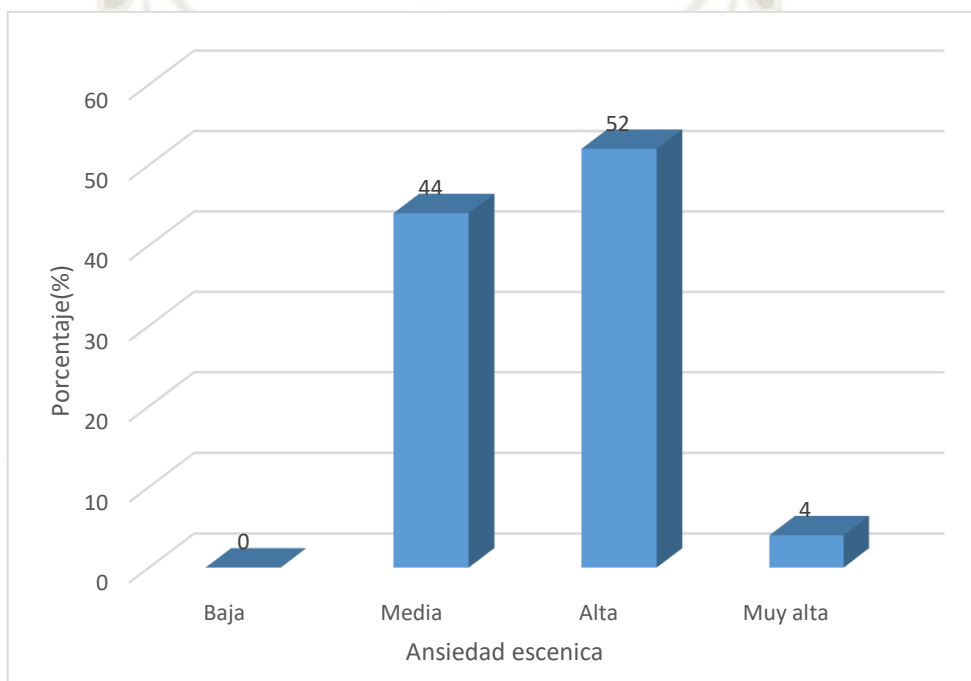


Figura N° 1: Nivel de Ansiedad Escénica de los estudiantes de Cuerdas Frotadas
Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 1 muestran que el 52% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan un nivel de ansiedad escénica alta, el 44% tiene una ansiedad escénica media y el 4% presentan ansiedad escénica muy alta.

El 56% manifiestan un nivel de ansiedad escénica alta, lo que afecta directamente a los estudiantes

Se infiere que la mayoría de estudiantes presentan este estado de ánimo a través de diferentes síntomas fisiológicos, emocionales, cognitivos y conductuales, que deben ser tratados ya que puede ser perjudicial para su carrera musical.

TABLA N° 2
SÍNTOMAS FISIOLÓGICOS DE ANSIEDAD ESCÉNICA

Nivel	N°.	%
Baja	1	4
Media	9	36
Alta	15	60
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

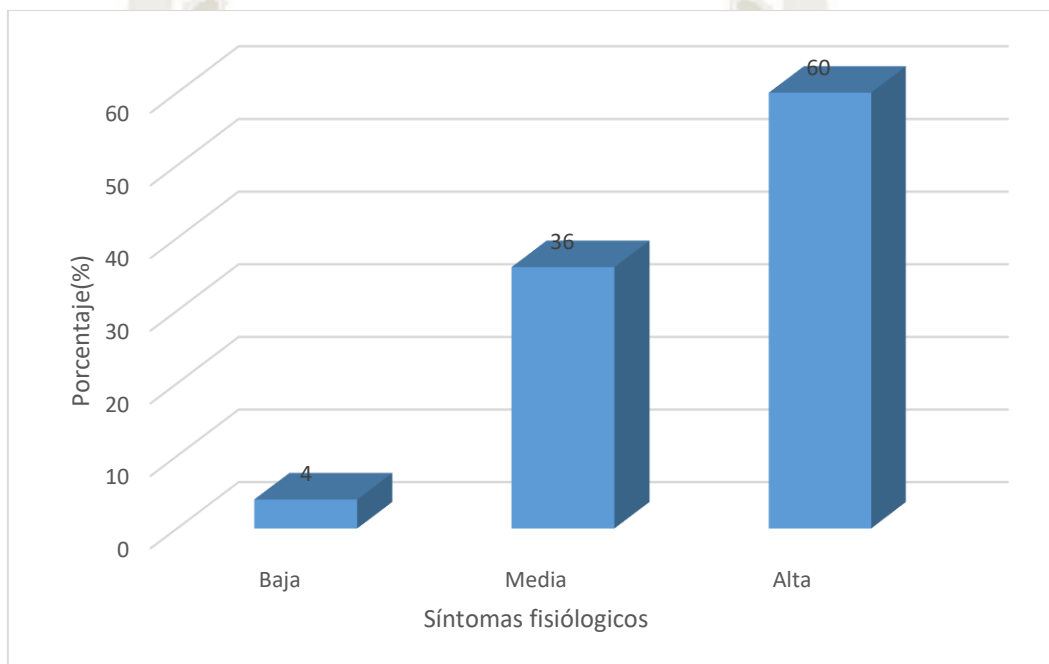


Figura N° 2: Síntomas Fisiológicos de Ansiedad Escénica

Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 2 muestran que el 60% de los estudiantes de cuerdas frotadas del CRM Luis Duncker Lavalle presentan un nivel de ansiedad escénica según los síntomas fisiológicos alta, mientras que el 4% presentan ansiedad baja.

Más de la mitad de los estudiantes presentan en un nivel alto los síntomas fisiológicos, es decir presentan pulso y respiración acelerados, sudoración en manos y sequedad en boca de manera acentuada.

Se infiere que estos síntomas son los más comunes, ya que todos los estudiantes presentan en algún nivel estos síntomas por lo que es necesario su tratamiento o alternativas de solución.

TABLA N° 3
SÍNTOMAS EMOCIONALES DE ANSIEDAD ESCÉNICA

Nivel	N°.	%
Baja	1	4
Media	18	72
Alta	6	24
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

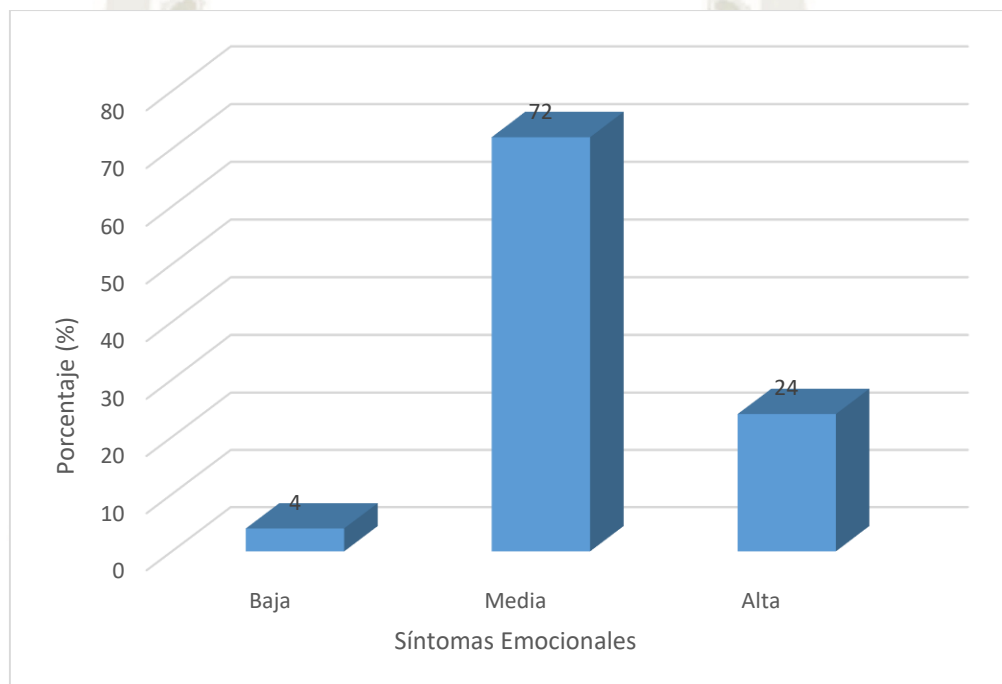


Figura N° 3 Síntomas Emocionales de Ansiedad Escénica

Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 3 muestran que el 72% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan un nivel de ansiedad escénica según los síntomas emocionales media, mientras que el 4% presentan ansiedad baja.

La mayoría de estudiantes presentan en un nivel medio nerviosismo, es decir miedo, síntomas de aprensión, temor al fracaso, irritabilidad y pánico.

Se infiere que el 96% manifiestan síntomas emocionales negativos lo que incrementa la ansiedad escénica, sentir nervios es normal, pero cuando estos son exagerados necesitan un tratamiento de solución.

TABLA N° 4
SÍNTOMAS COGNITIVOS DE ANSIEDAD ESCÉNICA

Nivel	N°.	%
Baja	1	4
Media	15	60
Alta	9	36
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

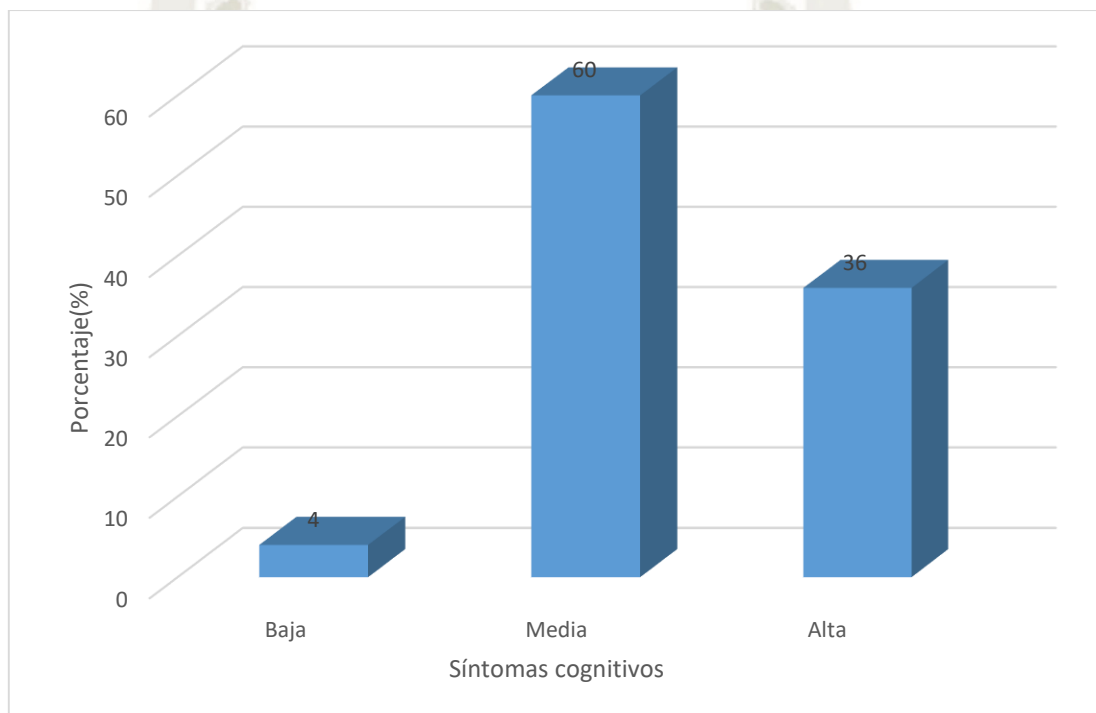


Figura N° 4: Síntomas Cognitivos de Ansiedad Escénica
Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 4 muestran que el 60% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan un nivel de ansiedad cognitiva media, mientras que el 4% presentan ansiedad baja.

Más de la mitad de estudiantes presentan falta de concentración y problemas de memorización al momento de ejecutar el tema musical.

Se infiere que el 96% manifiestan síntomas cognitivos negativos lo que incrementa el nivel de ansiedad escénica, ya que la falta de concentración es uno de los principales problemas que presentan los estudiantes en el momento de su ejecución.

TABLA N° 5
SÍNTOMAS CONDUCTUALES DE ANSIEDAD ESCÉNICA

Nivel	N°.	%
Baja	0	0
Media	3	12
Alta	22	88
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

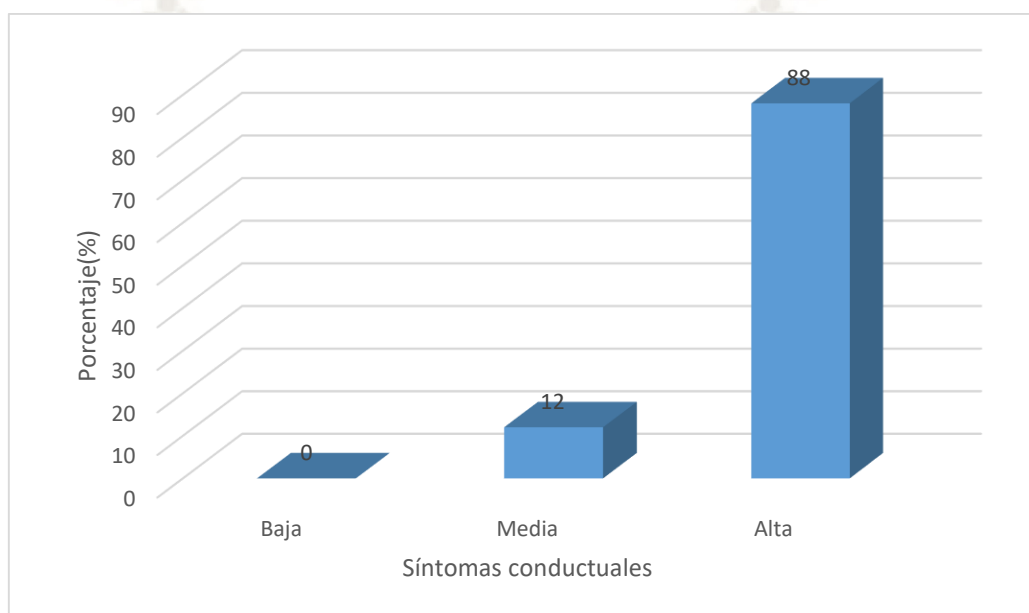


Figura N° 5: Síntomas Conductuales de Ansiedad Escénica

Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 5 muestran que el 88% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan un nivel de ansiedad según los síntomas conductuales alta, mientras que el 12% presentan ansiedad media.

Los síntomas conductuales, son los que más se acentúan los estudiantes, ya que la mayoría presentan un nivel alto, es decir presentan temblor en manos y piernas, alzamiento de hombros y rigidez conductual.

Se infiere que el 88% manifiesta síntomas conductuales que ocasionan el incremento de la ansiedad escénica, ya que el temblor en manos y la rigidez muscular, provoca inestabilidad en la ejecución.

TABLA N° 6
NIVEL DE EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUERDAS FROTADAS

Nivel	N°.	%
Deficiente	11	44
Regular	12	48
Bueno	2	8
Muy bueno	0	0
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

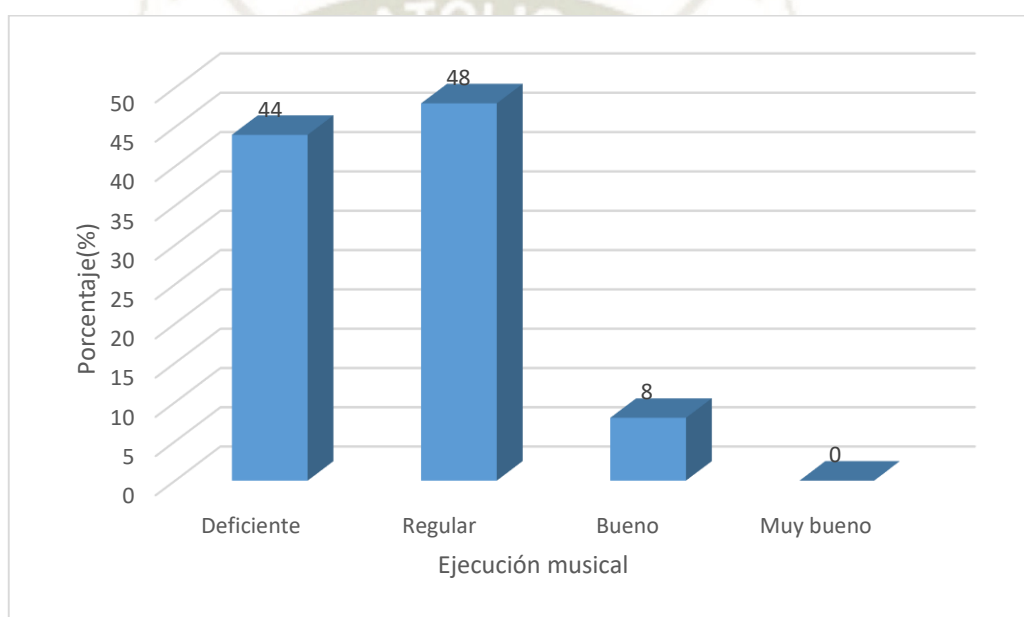


Figura N° 6: Nivel de Ejecución Musical de los estudiantes de Cuerdas Frotadas
Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 6 muestra que el 48% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan un nivel ejecución musical regular, mientras que el 44% de los estudiantes presentan un nivel de ejecución musical deficiente y solo el 8% tienen ejecución musical buena.

El 92% de estudiantes no presentan un nivel aceptable de ejecución musical dado que la técnica e interpretación no cumplen los requisitos necesarios.

Se infiere que la mayoría de estudiantes tienen un nivel de ejecución musical regular, seguido por el nivel deficiente, que los estudiantes se encuentren en este nivel es muy bajo para ser estudiantes de nivel profesional de un Conservatorio de Música.

TABLA N° 7
COLOCACIÓN DEL INSTRUMENTO Y POSTURA

Nivel	N°.	%
Deficiente	11	44
Regular	13	52
Bueno	1	4
Muy bueno	0	0
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

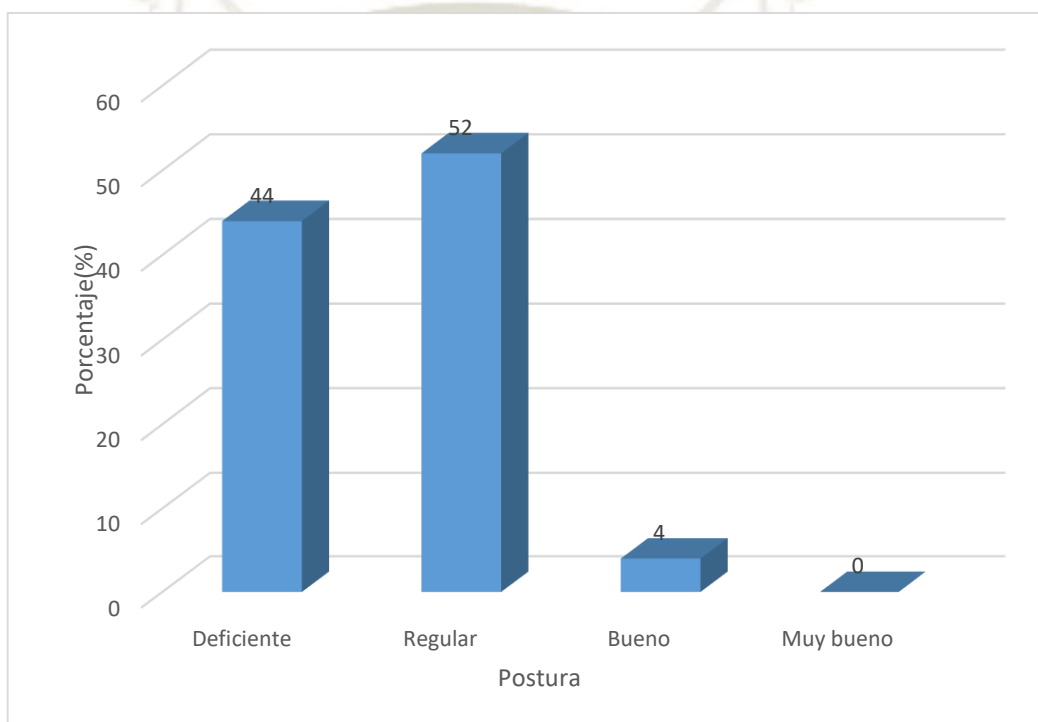


Figura N° 7: Colocación del instrumento y postura

Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 7 muestran que el 52% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan una técnica de la colocación del instrumento y manos regular, mientras que el 44% tienen técnica deficiente.

Referido a la colocación del instrumento y la postura de la mano derecha e izquierda, se puede evidenciar que la mayoría de estudiantes presenta un nivel regular, lo que nos indica que recién están adquiriendo buena postura.

TABLA N° 8
AFINACIÓN, DIGITACIÓN Y PRODUCCIÓN DEL SONIDO

Nivel	N°.	%
Deficiente	10	40
Regular	13	52
Bueno	2	8
Muy bueno	0	0
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

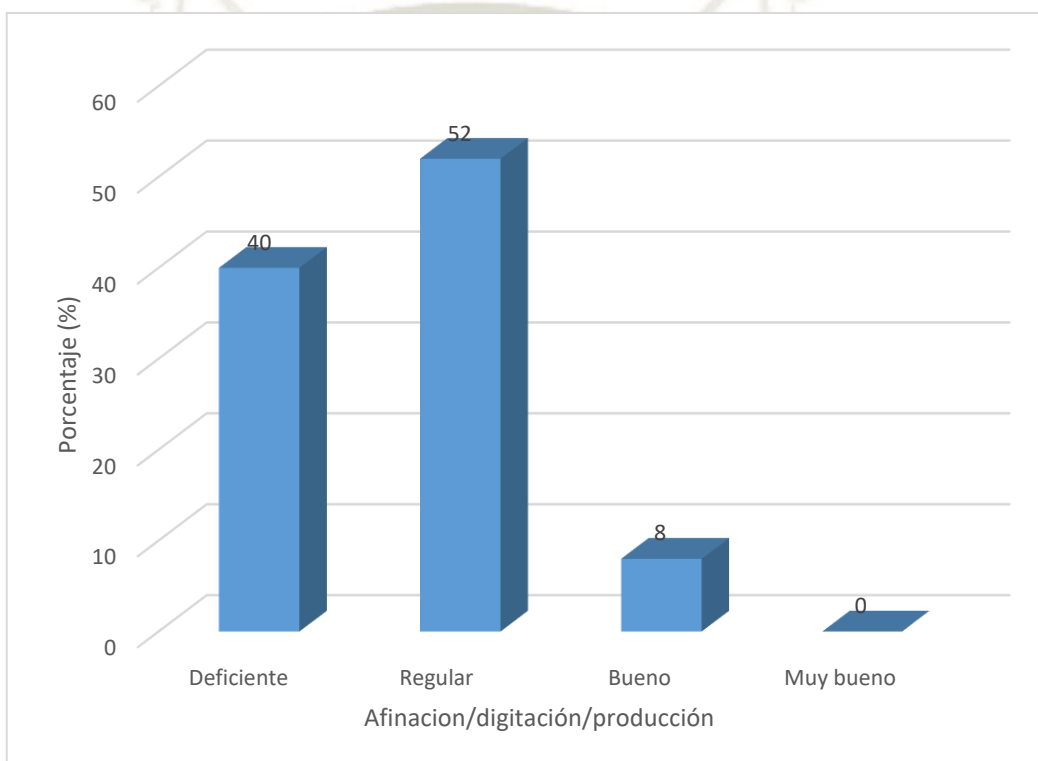


Figura N° 8: Afinación, digitación y producción de sonido

Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 8 muestran que el 52% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan afinación, digitación y producción de sonido regular, mientras que el 40% tienen técnica deficiente.

Más de la mita de estudiantes presentan un nivel regular en lo que refiere a la afinación, digitación y producción del sonido, este nivel nos indica que la ejecución no estará dentro de los estándares básicos de calificación.

TABLA N° 9
SENTIDO DEL RITMO VIBRATO Y GOLPES DE ARCO

Nivel	N°.	%
Deficiente	11	44
Regular	12	48
Bueno	2	8
Muy bueno	0	0
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

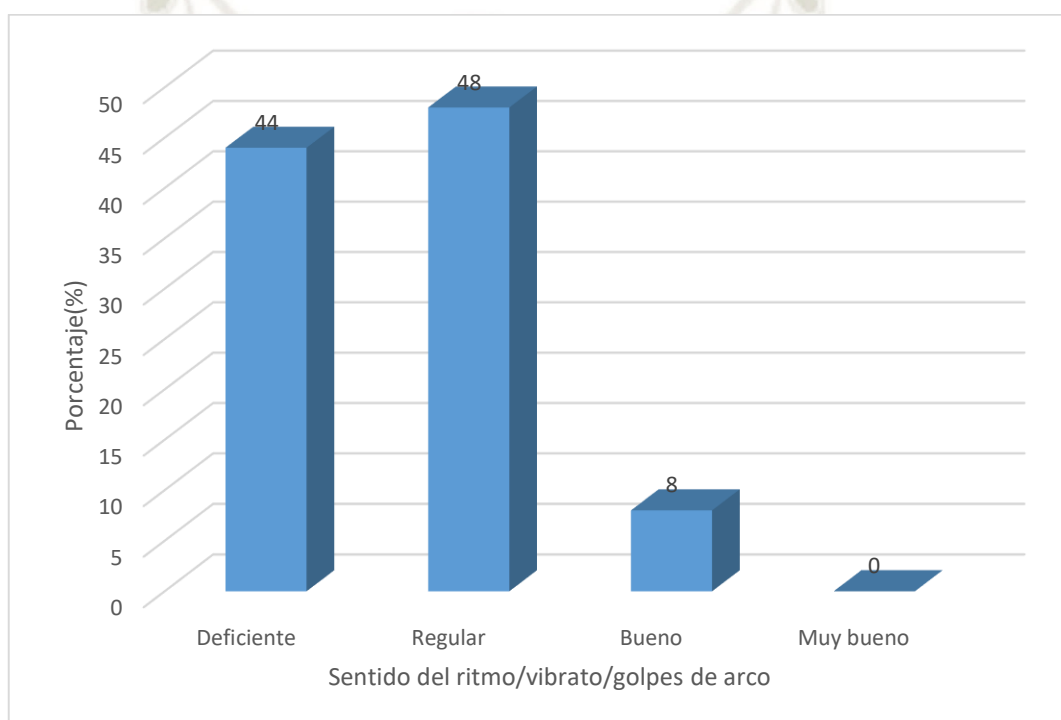


Figura N° 9: Sentido del ritmo, vibrato y golpes de arco
Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 9 muestran que el 48% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan sentido del ritmo, vibrato y golpes de arco regular, mientras que el 44% tienen técnicas deficientes.

En estos subindicadores, prevalece el nivel regular; sin embargo no se puede dejar de evidenciar que existe una gran cantidad de estudiantes que presentan un nivel deficiente.

TABLA N° 10
ELEMENTOS ESTILÍSTICOS Y FRASEO

Nivel	N°.	%
Deficiente	12	48
Regular	11	44
Bueno	2	8
Muy bueno	0	0
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

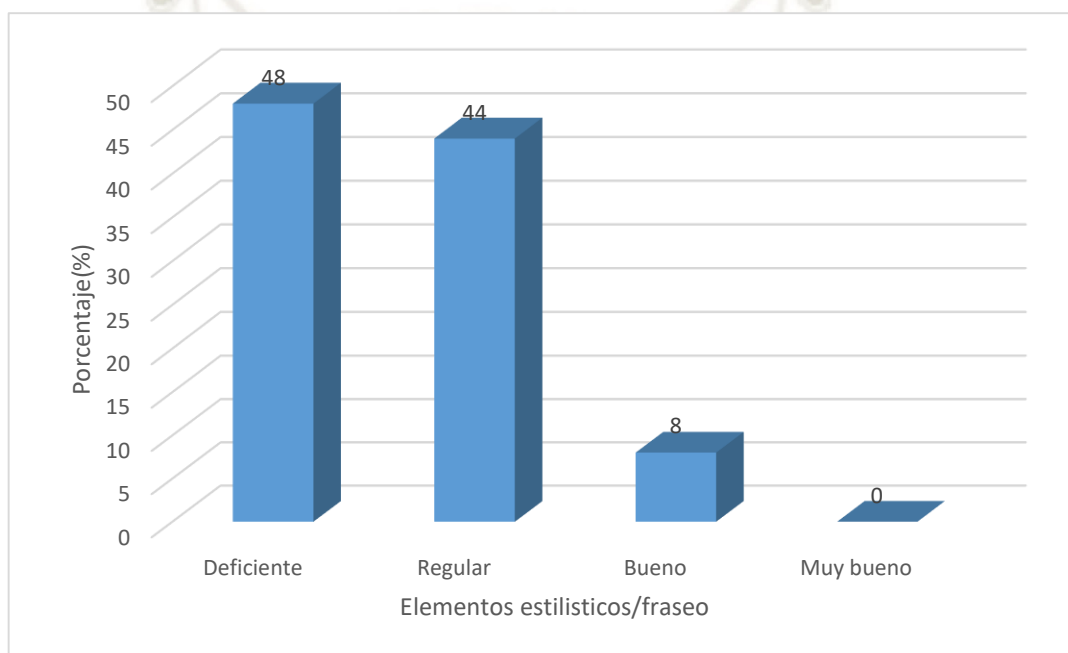


Figura N° 10: Elementos estilísticos y fraseo

Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 10 muestra que el 48% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan en los elementos estilísticos y el fraseo un nivel deficiente, mientras que el 44% tienen un nivel regular.

La mayoría de estudiantes tienen un nivel deficiente en cuanto a los elementos estilísticos y al fraseo, lo cual afecta significativamente en el nivel de interpretación.

TABLA N° 11
EXPRESIÓN CORPORAL Y MEMORIA

Nivel	N°.	%
Deficiente	12	48
Regular	10	40
Bueno	3	12
Muy bueno	0	0
TOTAL	25	100

Fuente: Elaboración propia

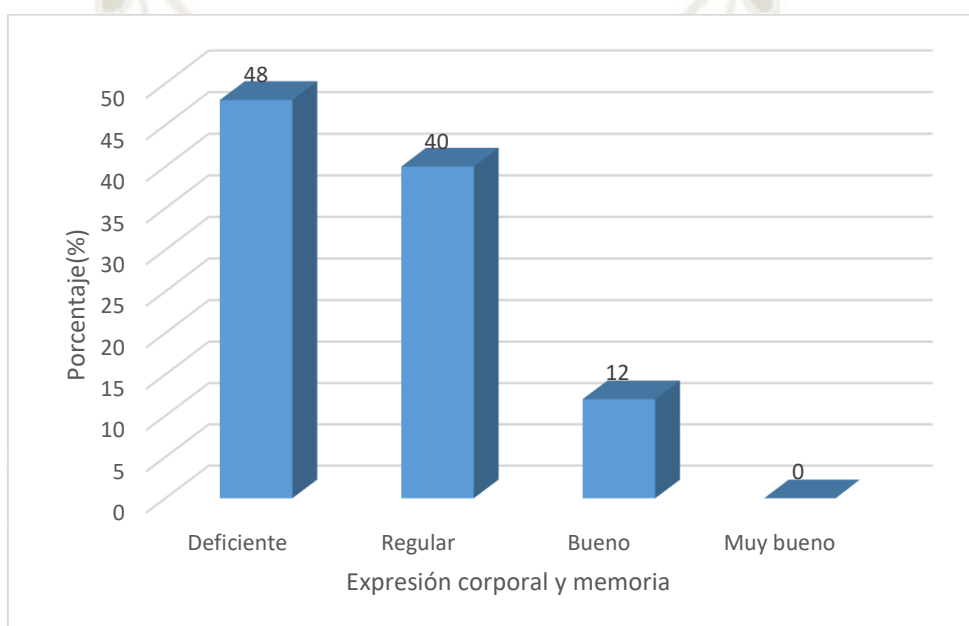


Figura N° 11: Expresión corporal y memoria
Fuente: Elaboración propia

La Tabla y Figura N° 11 muestra que el 48% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan expresión corporal y memoria deficiente, mientras que el 40% tienen interpretación regular.

En este caso, puesto que los estudiantes están acostumbrados a realizar sus prácticas con partituras, el nivel de expresión corporal y memoria es deficiente en la mayoría de estudiantes, el estar pendiente de un papel inhibe la interpretación.

TABLA N° 12
RELACIÓN ENTRE LA ANSIEDAD ESCÉNICA Y LA EJECUCIÓN MUSICAL

Ejecución musical	Ansiedad escénica						TOTAL	
	Media		Alta		Muy alta		N°.	%
	N°.	%	N°.	%	N°.	%		
Deficiente	8	32	2	8	1	4	11	44
Regular	2	8	10	40	0	0	12	48
Bueno	1	4	1	4	0	0	2	8
TOTAL	11	44	13	52	1	4	25	100

Nota: $X^2=5.55$ $P<0.05$ $P=0.04$

Fuente: Elaboración propia

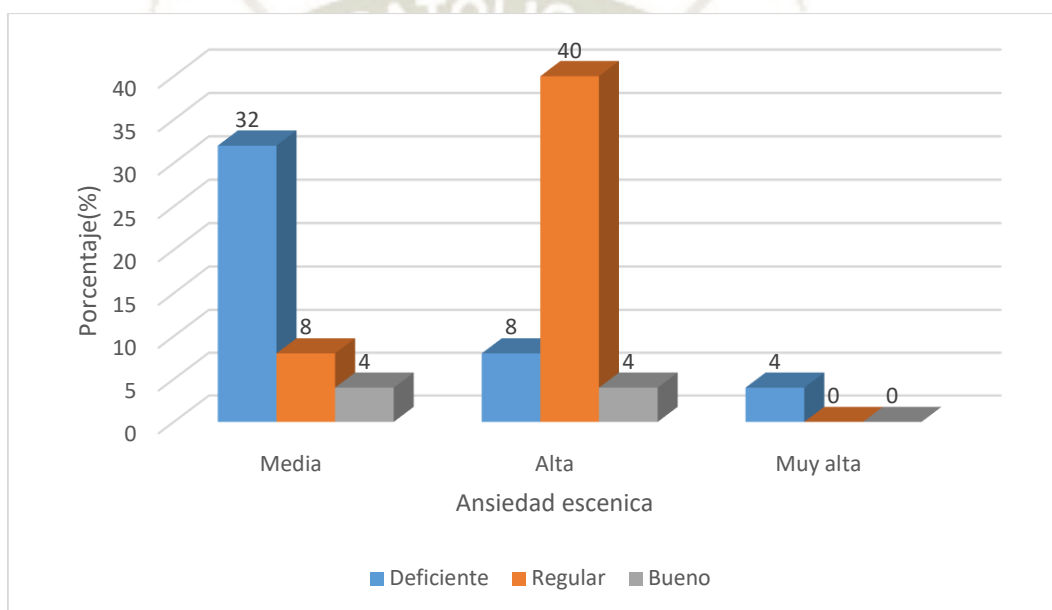


Figura N° 12: Relación entre la Ejecución Musical y la Ansiedad Escénica

Fuente: Elaboración Propia

La Tabla y Figura N°12 según la prueba de chi cuadrado ($X^2=5.55$) muestra que la ejecución musical y la ansiedad escénica presentan relación estadística significativa ($P<0.05$). Asimismo se observa que el 40% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle con ansiedad escénica alta tienen ejecución musical regular, comprobando nuestra hipótesis.

Se infiere que la ansiedad escénica está afectando negativamente la ejecución musical, colocando a los estudiantes en un nivel regular, el cual no es aceptable para una formación profesional, y mucho menos para la competitividad laboral actual.

TABLA N° 13
RELACIÓN ENTRE LA ANSIEDAD ESCÉNICA Y LA TÉCNICA MUSICAL

Técnica	Ansiedad escénica						TOTAL	
	Media		Alta		Muy alta			
	N°.	%	N°.	%	N°.	%	N°.	%
Deficiente	8	32	1	4	1	4	10	40
Regular	2	8	12	48	0	0	14	56
Bueno	1	4	0	0	0	0	1	4
TOTAL	11	44	13	52	1	4	25	100

Nota: $X^2=7.25$ $P<0.05$ $P=0.045$

Fuente: Elaboración propia

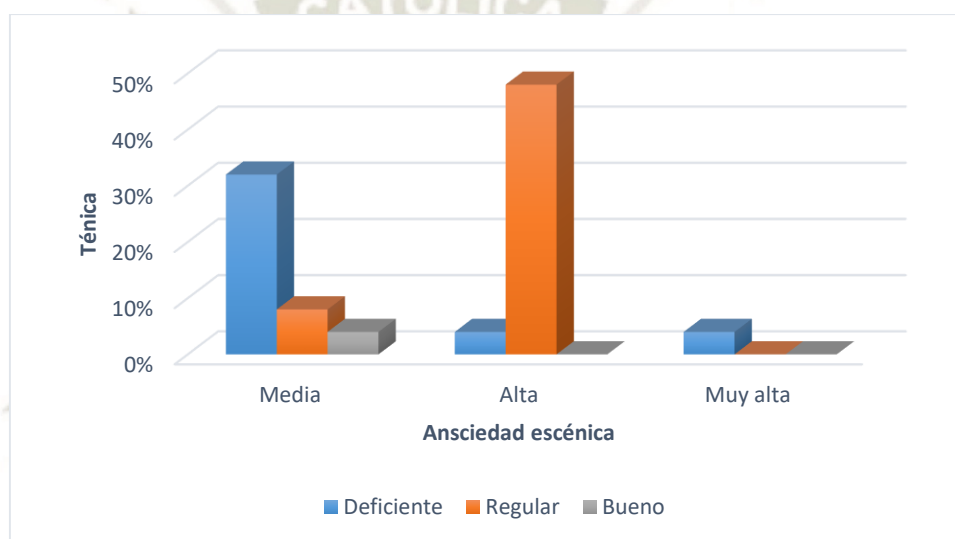


Figura N° 13: Relación entre la Ansiedad Escénica y la Técnica Musical

Fuente: Elaboración Propia

La Tabla y Figura N° 12 según la prueba de chi cuadrado ($X^2=7.25$) muestra que la ansiedad escénica y la técnica presentan relación estadística significativa ($P<0.045$). Asimismo, se observa que el 48% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle con ansiedad escénica alta tienen técnica musical regular.

Se tiene el 56% de estudiantes con técnica regular, por lo tanto, mientras el nivel de ansiedad musical sea mayor, la técnica se verá afectada, lo que demuestra que la ansiedad escénica afecta a la técnica.

Se infiere que los síntomas de la ansiedad escénica como la rigidez muscular, el temblor en manos, la respiración acelerada, etc., afectan a la técnica musical ya que impiden la relajación natural que exige una correcta técnica.

TABLA N° 14
RELACIÓN ENTRE LA ANSIEDAD ESCÉNICA Y LA INTERPRETACIÓN

Interpretación	Ansiedad escénica						TOTAL	
	Media		Alta		Muy alta		N°.	%
	N°.	%	N°.	%	N°.	%		
Deficiente	5	20	10	40	1	4	16	64
Regular	5	20	2	8	0	0	7	28
Bueno	1	4	1	4	0	0	2	8
TOTAL	11	44	13	52	1	4	25	100

Nota: $X^2=6.75$ $P<0.05$ $P=0.025$

Fuente: Elaboración propia

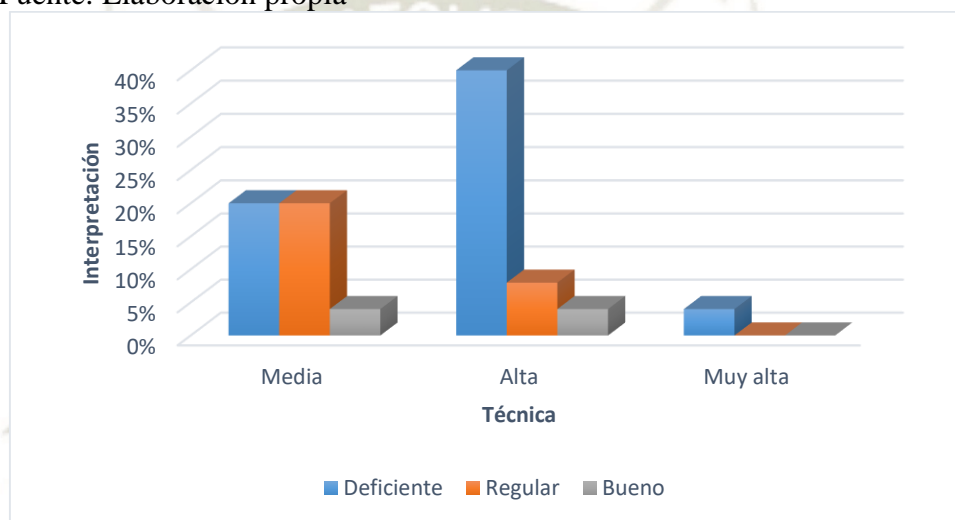


Figura N° 14: Relación entre la Ansiedad Escénica y la interpretación musical
Fuente: Elaboración Propia

La Tabla y Figura N° 13 según la prueba de chi cuadrado ($X^2=6.75$) muestra que la Ansiedad Escénica y la interpretación musical presentan relación estadística significativa ($P<0.025$). Asimismo, se observa que el 40% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle con ansiedad escénica alta tienen interpretación musical deficiente.

Teniendo un 64% de estudiantes con interpretación musical deficiente, podemos decir que, mientras el nivel de ansiedad musical sea mayor, la interpretación musical de los estudiantes se verá afectada negativamente.

Se infiere que los síntomas de la ansiedad escénica como la falta de concentración, síntomas de aprensión, problemas de memorización, etc., afectan a la interpretación ya que bloquean la expresión del intérprete cambiando sus ideas musicales por pensamientos negativos, olvidando completamente la interpretación para concentrarse únicamente en terminar la presentación.

DISCUSIÓN

El presente estudio lo inicié considerando que el tema de ansiedad escénica cada día cobra mayor importancia en el ambiente musical, este estado de ánimo puede ser perjudicial en la carrera musical de un estudiante, ya que este debe someterse a recitales en los que se evalúan su ejecución musical para poder acreditar semestralmente el curso de instrumento.

Los resultados nos dan a conocer que en cuanto al nivel de ansiedad escénica el 52% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan un nivel de ansiedad escénica alta, el 44% tiene una ansiedad escénica media y solo el 4% presentan ansiedad escénica muy alta, estos resultados no concuerdan con ESTEFANIA ATENCIO RAMIREZ (2015) en su investigación “Ansiedad Escénica en músicos de la fundación Simón Bolívar en la ciudad de Maracaibo” quien concluyó que la mayoría de los músicos presentaron ansiedad escénica moderada, este resultado puede ser producto del plan de estudios de la Fundación, recordando que Venezuela es un país altamente musical. Además podemos notar que en el análisis de los síntomas fisiológicos y conductuales de la ansiedad escénica la mayoría de estudiantes presentó un nivel de ansiedad escénica alta siendo el 60% y 88% respectivamente, estos resultados concuerdan con ROSA MARIA VENTO MANIHUARI (2017) en su investigación “Ansiedad y Afrontamiento en Estudiantes de un Conservatorio” quien concluyó que cuando las personas perciben que sus reacciones fisiológicas están fuera de su control sienten que la ansiedad aumenta, generándose un circuito que se retroalimenta.

Con respecto a la ejecución musical el 48% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle presentan un nivel de ejecución musical regular, mientras que el 44% de los estudiantes presentan un nivel de ejecución musical deficiente y solo el 8% tienen ejecución musical buena, es importante señalar que ningún estudiante alcanzó el nivel muy bueno, y que el nivel regular corresponde a una nota aprobatoria mínima, lo que nos dice que los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle están en un nivel promedio bajo de ejecución musical, siendo este insuficiente para la competencia laboral actual.

Contrastando la relación de la ansiedad escénica y la ejecución musical, con la relación de la ansiedad escénica y la interpretación, podemos notar que la ansiedad escénica influye negativamente en ambos indicadores; sin embargo, donde tiene mayor impacto es en la interpretación, ya que ocasiona que el músico olvide completamente las ideas musicales de la obra y los sentimientos que quería transmitir concentrándose en no fallar en su presentación, al notar síntomas que afectan su técnica como el temblor de manos, la ansiedad incrementa por la desesperación de no fallar técnicamente, volviéndose un círculo vicioso donde la técnica se ve seriamente afectada y la interpretación desaparece. Estos resultados concuerdan con RALUCA MATEI y JANE GINSBORG, (2017), en su Artículo “Ansiedad en la Interpretación Musical en Músicos Clásicos” donde según encuestas mostraron que la ansiedad escénica influye en la interpretación musical, especialmente en músicos solistas ya que el nivel de exhibición es mayor.

Respecto al análisis de la hipótesis según la prueba de chi cuadrado ($X^2=5.55$) muestra que la ejecución musical y la ansiedad escénica presentan relación estadística significativa ($P<0.05$), también se observa que el 40% de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle con ansiedad escénica alta tienen ejecución musical regular. Podemos notar también que los Síntomas Fisiológicos y Conductuales son donde la mayoría de estudiantes obtuvieron un grado de Ansiedad Escénica alta, al igual que en la Interpretación, donde la mayoría de estudiantes se encuentran en un nivel deficiente, identificando estos como indicadores directos a mejorar.

CONCLUSIONES

- Primera:** El nivel de Ansiedad Escénica es alto en más de la mitad de estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle.
- Segunda:** El nivel de Ejecución Musical es regular en la mayoría de estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle.
- Tercera:** Se ha demostrado que la Ansiedad Escénica influye negativamente en la Técnica de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle, por cuanto la mayoría de estudiantes que muestran ansiedad escénica alta tienen técnica musical regular.
- Cuarta:** Se ha demostrado que la Ansiedad Escénica influye negativamente en la Interpretación de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle, por cuanto la mayoría de estudiantes que muestran ansiedad escénica alta tienen interpretación deficiente.
- Quinta:** Según la prueba χ^2 cuadrado se ha demostrado que la Ansiedad Escénica influye de manera inversa y negativa en la Ejecución Musical de los estudiantes de cuerdas frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle. Estableciendo una relación estadística significativa por cuanto la mayoría de los estudiantes que muestran ansiedad escénica alta tienen ejecución musical regular.

Contrastando los resultados con la hipótesis propuesta observamos que los objetivos de esta investigación han sido cumplidos, y la hipótesis ha sido aprobada.

RECOMENDACIONES

- Primera:** Desarrollar talleres de expresión corporal, dominio escénico, y relajación que ayudarán a los estudiantes a tener mejor desenvolvimiento en un escenario frente a cualquier tipo de público, y estarán mejor preparados para enfrentar diferentes situaciones en una presentación, sin que esto genere una presión que desemboque en ansiedad, además de la enseñanza de ejercicios que ayuden a disminuir la sensación de nervios y la relajación de los músculos para evitar la rigidez y así poder conseguir una mejor interpretación. En la presente investigación se propone el Taller: “Superando la Ansiedad Escénica”.
- Segunda:** Programar mayor cantidad de recitales, donde los estudiantes podrán tener mayor exposición frente a ese estímulo que produce ansiedad hasta que la respuesta de ansiedad desaparezca, para que se produzca una habituación. Es decir los estudiantes estarán acostumbrados a ese tipo de presión que se habituarán a ella.
- Tercera:** Proporcionar a los estudiantes que sufren de Ansiedad Escénica el servicio Psicológico, para que sean apoyados con terapias, de esa forma los estudiantes podrán superar sus malos pensamientos y la concepción negativa que muchas veces tienen de sí mismos los que generan la ansiedad y por lo tanto el fracaso en su interpretación.
- Cuarta:** Incrementar el control de la práctica del instrumento, mediante horarios de estudio, que logrará que la obra esté estudiada completamente lo que da seguridad al estudiante para su ejecución, el estudiante no tendrá la preocupación de equivocarse porque no le salga y será una presión menos a sentir.

PROPUESTA

TALLER: “SUPERANDO LA ANSIEDAD ESCÉNICA”

1. Presentación

La presente propuesta consiste en la implementación de un taller que nos ayude a superar la ansiedad escénica, dirigido a músicos. En este taller los músicos aprenderán diferentes técnicas de relajación, cognitivas y de exposición, y así poder mejorar su presentación a través de una buena interpretación.

2. Justificación

Para un músico, el estar frente al público en un escenario, es parte de su vida profesional, el escenario es su campo de acción, y es ahí donde el músico debe mostrar todo su arte. Pero, si el músico no se siente cómodo en este escenario, no estará libre para expresarse limitando su presentación, es por ello que es indispensable que reciba un entrenamiento para superar la ansiedad escénica.

Este taller propone brindar un sustento para superar la ansiedad escénica a través de técnicas que se verán reflejados en ejercicios diarios que serán útiles por el resto de una carrera musical.

3. Objetivos

- a. Preparar a los músicos para superar la ansiedad escénica.
- b. Vencer la ansiedad escénica y desarrollar herramientas para el control de la vergüenza, inseguridad, frustración y tensión que nos provoca estar frente al público.
- c. Conseguir disfrutar y ser uno mismo en el escenario.
- d. Proporcionar técnicas de relajación, y cognitivas como medio de superación de la ansiedad escénica
- e. Exponer al músico a la presentación al público en el contexto del curso.
- f. Aprender a auto-observarse y autorregularse.

4. Metodología de implementación

Los talleres están dirigidos a todos los músicos. Las sesiones contarán con secuencias teóricas y prácticas y se recurrirá a las modalidades de trabajo individual y grupal. Cada sesión tendrá una duración de 1 hora cronológica.

TÉCNICAS	OBJETIVOS	DURACIÓN
TÉCNICAS DE RELAJACIÓN	Mantener el control de todos aquellos síntomas que pertenecen al nivel fisiológico.	4 sesiones
TÉCNICAS COGNITIVA	Controlar los pensamientos irracionales aparejados a la exposición en público.	3 sesiones
TÉCNICA DE EXPOSICIÓN GRADUAL	Exponer al músico de manera progresiva a la situación temida.	5 sesiones

4.1. Contenido

Técnicas de Relajación

Relajación Aplicada: Es aquella que nos va a permitir relajarnos en diferentes situaciones, no solo cuando estemos solos en casa, sino en las situaciones más difíciles cuando más falta nos hace, y que nos permita hacerlo rápidamente (20 – 30 seg.) Para ello debemos reconocer las primeras señales de ansiedad, llevando un registro de situaciones de tensión que contemple el día y hora, la intensidad (valoración entre 0 y 10), la situación que provoca, las señales de ansiedad y la duración.

Relajación Progresiva: El cuerpo se divide en grupos musculares, para que cada uno de ellos sea tensado y después relajado, alternando la tensión y relajación podemos ser conscientes de las partes más tensas del cuerpo y aprender a pasar fácilmente entre estas situaciones. La relajación será a través de la respiración e imágenes relajantes.

Relajación controlada por Estímulos: El objetivo es establecer un condicionamiento entre la palabra relax y la fácil transición al estado de relajación, a través de la inspiración y exhalación.

Relajación Diferencial: Nos enseña a aprender a relajarnos durante nuestras actividades cotidianas. Se logrará tensando únicamente los músculos necesarios, y en el momento e intensidad necesarios.

Técnica Cognitiva

Técnica Racional Emotiva: Se trata de relacionar una situación con un pensamiento y la emoción que provoca, con el objetivo de aprender a controlar nuestras emociones a través de nuestros pensamientos y evitar que nuestras emociones nos desborden. Se deberá identificar situaciones negativas y relacionarlos con todos los pensamientos posibles para así experimentar diferentes emociones e interiorizar la mejor opción.

Técnica de Exposición Gradual

Se programarán recitales, con diferentes tipos de público, iniciando con público que provoque menos ansiedad hasta el concierto final, simultáneamente se llevará un registro de los niveles de ansiedad sentidos en cada recital, bajo una escala de valoración de 0 a 20, se espera que para el concierto final se puedan poner en práctica las diferentes técnicas y que el nivel de ansiedad sentido sea mínimo.

Recursos

Laptop
Reproductor multimedia
Proyector multimedia
Hojas
Lapiceros

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adler, S. (2006). *El Estudio de la Orquestación*. Madrid: Idea Books.
- American Psychiatric Association (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (5 ed.)*. Madrid: Panamericana.
- Arnáiz, M. (2015). *La interpretación musical y la ansiedad escénica: validación de un instrumento de diagnóstico y su aplicación en los estudiantes españoles de Conservatorio Superior de Música* (tesis doctoral). Universidad de Coruña, Coruña, España.
- Atencio, E. (2015). *Ansiedad Escénica en Músicos de la Fundación Musical Simón Bolívar en la Ciudad de Maracaibo* (tesis de pregrado). Universidad Rafael Urdaneta, Maracaibo, Venezuela.
- Bilbao, A. (2010). *Gestalt para la Ansiedad*. México: Alfa Omega.
- Dalia, G. (2004). *Cómo superar la ansiedad escénica en músicos*. Madrid: Mundimúsica.
- Froufe, M. (2011). *Psicología del Aprendizaje. Principios y aplicaciones conductuales*. Madrid: Paraninfo.
- Galamian, I. (1998). *Interpretación y Enseñanza del Violín*. Nueva York: Piramide.
- Hoppenot, D. (2005). *El Violín Interior*. Madrid: Real Música. 3ra Edición.
- Juárez, E. (2014). *Ansiedad Escénica: La Cara Oculta del Artista* (tesis de maestría), Centro de Estudios e Investigación Guestálticos, Xalapa, México.
- Kenny, D. (2011). *The Psychology of Music Performance Anxiety*. Australia: Oxford.
- Matei, R., Ginsborg, J. (2017). Ansiedad en la Interpretación Musical en Músicos Clásicos. *BJPsych* (14(2): 33–35) Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5618811/>

Ristad, E. (1989). *Manos sudorosas y rodillas temblorosas. La música en la mente.*

Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Rodriguez, A. (2010). *El gran reto de la escena y la vida.* México: Musical

Iberoamericana.

Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés. (13 de Diciembre de 2013).

Síntomas de la Ansiedad. Recuperado de

<https://combatiendolaansiedad.wordpress.com/2013/12/11/sintomas-de-ansiedad-los-sintomas-fisiologicos/>



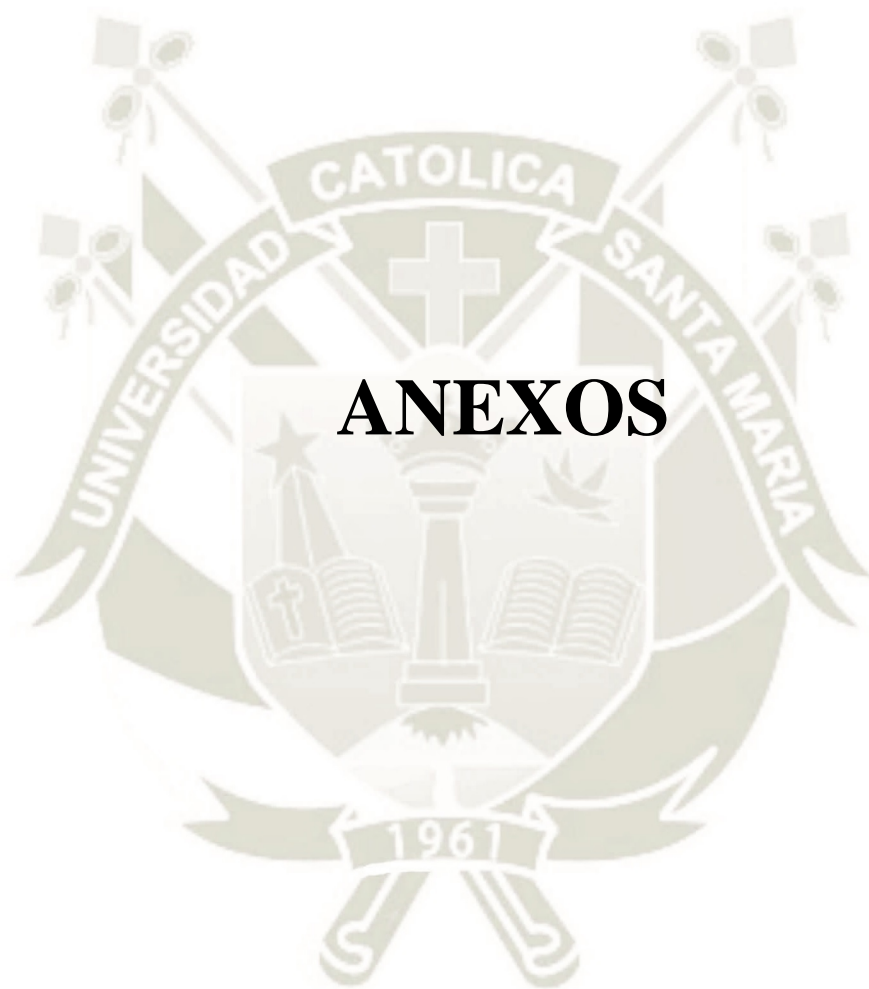


TABLA N° 15
MATRIZ DE SISTEMATIZACIÓN DE DATOS

ID	EDAD	edadCOD	SEXO	INSTRUMENTO	TOTAL	Ansiedad	Síntomas fisiológicos		Síntomas emocionales		Síntomas cognitivas		Síntomas conductuales		em1COD	EM1	em2COD	EM2	em3COD	EM3	em4COD	EM4	em5COD	EM5	TOTAL_B	ESCALA DE VALORACION
							8	1.00	20	2.00	8	1.00	10	2.00												
1	23	2.00	1	1	46	2	8	1.00	20	2.00	8	1.00	10	2.00	15	2.00	15	2.00	15	2.00	15	2.00	15	2.00	65	2
2	24	2.00	2	1	67	3	15	3.00	24	2.00	12	2.00	16	3.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	50	1
3	19	1.00	2	1	79	3	15	3.00	32	3.00	16	3.00	16	3.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	50	1
4	25	3.00	2	1	80	3	16	3.00	32	3.00	16	3.00	16	3.00	8	1.00	8	1.00	9	1.00	8	1.00	9	1.00	42	1
5	22	2.00	1	1	80	3	16	3.00	32	3.00	16	3.00	16	3.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	50	1
6	17	1.00	2	1	45	2	9	2.00	18	1.00	10	2.00	10	2.00	17	3.00	18	3.00	17	3.00	18	3.00	18	3.00	88	3
7	18	1.00	1	1	64	3	12	2.00	23	2.00	13	2.00	16	3.00	14	2.00	14	2.00	15	2.00	15	2.00	15	2.00	73	2
8	22	2.00	1	1	77	3	16	3.00	27	2.00	16	3.00	16	3.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	10	1.00	50	1
9	20	1.00	2	1	68	3	15	3.00	23	2.00	14	2.00	16	3.00	14	2.00	15	2.00	14	2.00	14	2.00	14	2.00	71	2
10	24	2.00	2	1	67	3	15	3.00	24	2.00	12	2.00	16	3.00	14	2.00	13	2.00	14	2.00	14	2.00	13	2.00	68	2
11	18	1.00	1	1	64	3	15	3.00	21	2.00	12	2.00	16	3.00	14	2.00	13	2.00	14	2.00	15	2.00	15	2.00	71	2
12	19	1.00	1	1	65	3	14	2.00	22	2.00	13	2.00	16	3.00	14	2.00	13	2.00	14	2.00	15	2.00	13	2.00	69	2
13	18	1.00	2	1	78	3	16	3.00	30	2.00	16	3.00	16	3.00	10	1.00	12	2.00	10	1.00	10	1.00	8	1.00	50	1
14	18	1.00	2	1	78	3	14	2.00	32	3.00	16	3.00	16	3.00	10	1.00	9	1.00	9	1.00	9	1.00	8	1.00	45	1
15	18	1.00	2	1	80	3	16	3.00	32	3.00	16	3.00	16	3.00	10	1.00	8	1.00	8	1.00	10	1.00	8	1.00	44	1
16	18	1.00	1	1	66	3	14	2.00	24	2.00	12	2.00	16	3.00	15	2.00	12	2.00	15	2.00	14	2.00	16	3.00	72	2
17	23	2.00	1	1	64	3	14	2.00	23	2.00	11	2.00	16	3.00	13	2.00	16	3.00	16	3.00	16	3.00	16	3.00	77	3
18	19	1.00	2	1	74	3	15	3.00	28	2.00	15	2.00	16	3.00	10	1.00	10	1.00	9	1.00	9	1.00	8	1.00	46	1
19	23	2.00	2	2	100	4	20	3.00	40	3.00	20	3.00	20	3.00	5	1.00	5	1.00	6	1.00	5	1.00	5	1.00	16	1
20	21	2.00	1	2	73	3	16	3.00	26	2.00	15	2.00	16	3.00	9	1.00	9	1.00	10	1.00	9	1.00	8	1.00	45	1
21	28	3.00	1	2	71	3	15	3.00	27	2.00	13	2.00	16	3.00	12	2.00	12	2.00	13	2.00	10	1.00	10	1.00	57	2
22	18	1.00	2	3	65	3	14	2.00	22	2.00	13	2.00	16	3.00	13	2.00	13	2.00	14	2.00	12	2.00	13	2.00	65	2
23	20	1.00	1	4	69	3	15	3.00	25	2.00	13	2.00	16	3.00	13	2.00	13	2.00	14	2.00	12	2.00	13	2.00	65	2
24	21	2.00	1	4	64	3	10	2.00	22	2.00	16	3.00	16	3.00	15	2.00	15	2.00	14	2.00	14	2.00	15	2.00	73	2
25	23	2.00	1	4	60	2	13	2.00	20	2.00	12	2.00	15	2.00	15	2.00	14	2.00	15	2.00	15	2.00	15	2.00	74	2

ANÁLISIS DE FIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Estadísticas de fiabilidad		
Alfa de Cronbach	Alfa de Cronbach basada en elementos estandarizados	N de elementos
0.979	0.980	20

Estadísticas de elemento			
	Media	Desv. Desviación	N
¿Temes que vaya a pasar algo peligroso durante tu presentación?	3.60	0.966	10
¿Piensas que los resultados serán desfavorables?	3.40	0.699	10
¿Tus compañeros se refieren a ti como una persona nerviosa?	3.50	0.850	10
¿Practicas ejercicios de relajación antes de entrar al escenario?	3.50	1.080	10
¿Puedes sentir el aumento de las palpitaciones?	3.40	1.174	10
¿Tu respiración es tan agitada que sientes que se sale de control?	3.10	1.197	10
¿La excesiva sudoración te impide maniobrar bien tu instrumento?	3.30	1.059	10
¿Sientes demasiada sed?	3.40	1.265	10
¿Pasa por tu mente la idea que te equivocarás en el pasaje más difícil?	3.30	1.059	10
¿Es importante para ti que tu presentación sea siempre un éxito?	3.70	1.252	10
¿Prefieres evitar la plática con los demás para evitar alterarte?	3.60	1.075	10
¿Tu ansiedad es tan intensa que piensas que tu resultado será una catástrofe?	3.70	1.160	10
¿Te es difícil concentrarte en los que estás haciendo?	3.40	0.966	10
¿Tu mente está en un lugar diferente al de la presentación?	3.50	1.179	10
¿Revisas constantemente la partitura para revisar la memoria?	3.60	1.075	10
¿Se te pone la mente en blanco en la parte más difícil de la pieza que estás interpretando?	3.40	1.075	10
¿El temblor de tus manos te impide maniobrar bien tu instrumento?	3.20	1.033	10
¿Sientes que tus piernas tiemblan?	3.30	0.949	10
¿Sientes fatiga en cuello y hombros?	3.40	0.843	10
¿Puedes sentir rigidez en alguna parte de tu cuerpo?	3.40	0.843	10

TABLA N° 16 Matriz de Consistencia

INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD ESCÉNICA EN LA EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESPECIALIDAD DE CUERDAS FROTADAS DEL CONSERVATORIO REGIONAL DE MÚSICA "LUIS DUNCKER LAVALLE".					
PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	POBLACIÍN Y	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	METODOLOGÍA
PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS	MUESTRA	TÉCNICAS V1: Encuesta V2: Observación INSTRUMENTOS V1: Test del pingüino V2: Rúbrica de evaluación	DISEÑO No experimental Transversal
¿Cómo influye la ansiedad escénica en la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle"?	Determinar la influencia de la ansiedad escénica en la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle".	Es probable que, la presencia de un nivel moderado o alto de ansiedad escénica influya negativamente en el nivel de ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle".	POBLACIÓN		
			25 estudiantes		
			MUESTRA		
			Población al 100%		
25 estudiantes					
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICAS	VARIABLES	INDICADORES	SUBINDICADORES	TIPO DE INVESTIGACIÓN De campo NIVEL DE INVESTIGACION Relacional causal Explicativa
¿Cuál es el nivel de ansiedad escénica de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle"?	Precisar el nivel de ansiedad escénica de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle".	INDEPENDIENTE	Síntomas fisiológicos	Pulso, Respiración, Sudoración en manos. Sequedad en boca	
		Ansiedad escénica	Síntomas emocionales	Nerviosismo, Miedo, Síntomas de aprensión, Temor al fracaso. Irritabilidad, Pánico	
Síntomas cognitivos	Falta de concentración, Problemas de memorización				
Síntomas conductuales	Temblo en manos y piernas, Alzamiento de hombros, Rigidez muscular				
Síntomas conductuales	Temblo en manos y piernas, Alzamiento de hombros, Rigidez muscular				
¿Cuál es el nivel de la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle"?	Precisar el nivel de la ejecución musical de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle".	DEPENDIENTE	Técnica	Cuerpo y colocación del instrumento, Mano derecha, Mano izquierda, Afinación, Digitación, Producción del sonido, Sentido del ritmo, Vibrato, Golpes de arco	
¿Cómo influye la ansiedad escénica en la técnica de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle?	Establecer la influencia de la ansiedad escénica en la técnica de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle".	Ejecución musical	Interpretación	Elementos estilísticos, Fraseo, Expresión corporal, Memoria	
¿Cómo influye la ansiedad escénica en la interpretación de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música Luis Duncker Lavalle?	Establecer la influencia de la ansiedad escénica en la interpretación de los estudiantes de la Especialidad de Cuerdas Frotadas del Conservatorio Regional de Música "Luis Duncker Lavalle".				

FICHA DE VALIDACIÓN

INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

DATOS GENERALES

1. **Título de la Investigación:** INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD ESCÉNICA EN LA EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUERDAS FROTADAS DEL CONSERVATORIO REGIONAL DE MUSICA LUIS DUNCKER LAVALLE, AREQUIPA – 2018
2. **Nombre del Instrumento motivo de Evaluación:** Rúbrica de Evaluación de Ejecución Musical.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

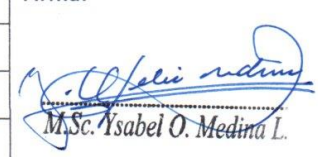
Instrucción: Luego de analizar y cotejar el Instrumento de Evaluación, con la matriz de consistencia de la presente, le solicitamos que en base a su criterio y experiencia profesional, valide dicho instrumento para su aplicación.

Nota: Para cada criterio considere la escala de 1 a 5 donde:

1.- Muy poco	2.- Poco	3.- Regular	4.- Aceptable	5.- Muy aceptable
--------------	----------	-------------	---------------	-------------------

CRITERIO DE VALIDEZ	PUNTUACIÓN					ARGUMENTO	OBSERVACIONES SUGERENCIAS	Y/O
	1	2	3	4	5			
Validez de contenido					X			
Validez de criterio metodológico					X			
Validez de intención y objetividad de medición y observación					X			
Presentación y formalidad del instrumento					X			
TOTAL:					20			

PUNTUACIÓN		
De 4 a 11	No válido, reformular	
De 12 a 14	No válido, modificar	
De 15 a 17	Válido, mejorar	
De 18 a 20	Válido, aplicar	X

DATOS DEL EXPERTO		
Apellidos y Nombres	Medina Loayza, Ysabel Ofelia	Firma:  M.Sc. Ysabel O. Medina L.
DNI	29524777	
Grado Académico	Magister	
Mención	Investigación y Docencia	
Cargo que ocupa	Docente	

Arequipa, 01 de Setiembre del 2018

FICHA DE VALIDACIÓN

INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

DATOS GENERALES

- Título de la Investigación:** INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD ESCÉNICA EN LA EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUERDAS FROTADAS DEL CONSERVATORIO REGIONAL DE MUSICA LUIS DUNCKER LAVALLE, AREQUIPA – 2018
- Nombre del Instrumento motivo de Evaluación:** Rúbrica de Evaluación de Ejecución Musical.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Instrucción: Luego de analizar y cotejar el Instrumento de Evaluación, con la matriz de consistencia de la presente, le solicitamos que en base a su criterio y experiencia profesional, valide dicho instrumento para su aplicación.

Nota: Para cada criterio considere la escala de 1 a 5 donde:

1.- Muy poco	2.- Poco	3.- Regular	4.- Aceptable	5.- Muy aceptable
--------------	----------	-------------	---------------	-------------------

CRITERIO DE VALIDEZ	PUNTUACIÓN					ARGUMENTO	OBSERVACIONES SUGERENCIAS	Y/O
	1	2	3	4	5			
Validez de contenido					X			
Validez de criterio metodológico					X			
Validez de intención y objetividad de medición y observación					X			
Presentación y formalidad del instrumento					X			
TOTAL:					20			

PUNTUACIÓN		
De 4 a 11	No válido, reformular	
De 12 a 14	No válido, modificar	
De 15 a 17	Válido, mejorar	
De 18 a 20	Válido, aplicar	X

DATOS DEL EXPERTO		
Apellidos y Nombres	Victoria Obando, Enrique Felipe	Firma:
DNI	70006464	
Grado Académico	Magister en Dirección de Orquesta	
Mención	Segunda Especialidad en Violín	
Cargo que ocupa	Director de la Orquesta Sinfónica de Arequipa	

Arequipa, 02 de Agosto del 2018

FICHA DE VALIDACIÓN

INFORME DE OPINIÓN DEL JUICIO DE EXPERTO

DATOS GENERALES

1. **Título de la Investigación:** INFLUENCIA DE LA ANSIEDAD ESCÉNICA EN LA EJECUCIÓN MUSICAL DE LOS ESTUDIANTES DE CUERDAS FROTADAS DEL CONSERVATORIO REGIONAL DE MUSICA LUIS DUNCKER LAVALLE, AREQUIPA – 2018
2. **Nombre del Instrumento motivo de Evaluación:** Rúbrica de Evaluación de Ejecución Musical.

ASPECTOS DE VALIDACIÓN

Instrucción: Luego de analizar y cotejar el Instrumento de Evaluación, con la matriz de consistencia de la presente, le solicitamos que en base a su criterio y experiencia profesional, valide dicho instrumento para su aplicación.

Nota: Para cada criterio considere la escala de 1 a 5 donde:

1.- Muy poco	2.- Poco	3.- Regular	4.- Aceptable	5.- Muy aceptable
--------------	----------	-------------	---------------	-------------------

CRITERIO DE VALIDEZ	PUNTUACIÓN					ARGUMENTO	OBSERVACIONES Y/O SUGERENCIAS
	1	2	3	4	5		
Validez de contenido					X		
Validez de criterio metodológico					X		
Validez de intención y objetividad de medición y observación					X		
Presentación y formalidad del instrumento					X		
TOTAL:	20						

PUNTUACIÓN		
De 4 a 11	No válido, reformular	
De 12 a 14	No válido, modificar	
De 15 a 17	Válido, mejorar	
De 18 a 20	Válido, aplicar	X

DATOS DEL EXPERTO		
Apellidos y Nombres	Valencia Pajuelo Patricia	Firma:
DNI	29541197	
Grado Académico	Maestro	
Mención	Docencia Superior e Investigación	
Cargo que ocupa	Docente	

Arequipa, 28 de Agosto del 2018