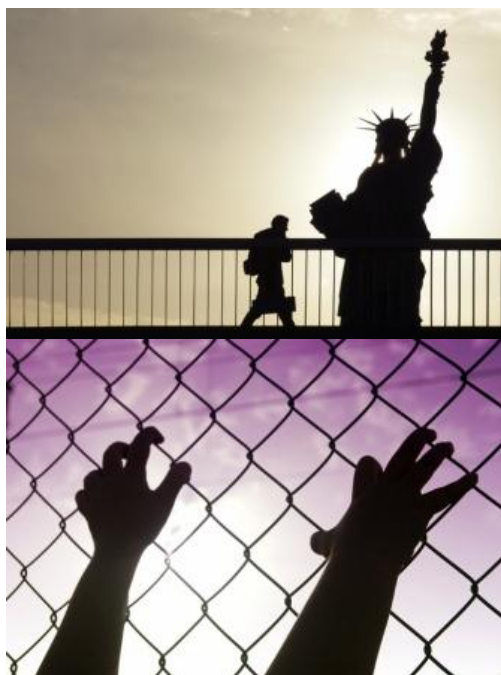




EDUCACIÓN MUSICAL



**Todo pasa y algo queda,
ya que lo nuestro es
sonar**

***Presente y futuro de una
experiencia con musicoterapia
en un centro penitenciario.***

Texto: Pilar Lago¹

Imágenes: "Estatua de la Libertad, París" (de H. Arjona) y
"Manos en la alambrada" (de Malafoto)
en *Banco de Imágenes*.

Selección: Prodiemus

1. Introducción

El objetivo principal de este trabajo consiste en presentar la experiencia, diseño, planteamiento y conclusiones finales del desarrollo de un proyecto de investigación centrado en la utilización de la música como terapia de apoyo y cambio en las conductas de un grupo de internos de uno de los Centros Penitenciarios de nuestro país.

¹ Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación. Licenciada en Piano, Canto y Pedagogía Musical. Diplomada en Pedagogía Terapéutica, y experta en diferentes métodos de enseñanza musical activa. Amplia formación en Musicoterapia. Profesora Titular de Didáctica de la Música en el Departamento de Didáctica, Organización Escolar y DDEE de la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). Autora de múltiples artículos, libros y materiales multimedia centrados en su especialidad. Directora de los cursos de postgrado: "Didáctica de la Educación Musical-Lo que sea sonará" y "Música y salud: introducción a la musicoterapia". En estos últimos años la dirección de trabajos de investigación y tesis doctorales forman parte importante de su tarea docente e investigadora en la Universidad, así como la dirección de cursos de formación musical y musicoterapéutica en instituciones públicas y privadas de diferente índole.

Email: plago@edu.uned.es



El tema nos parece lo suficientemente importante como para ser presentado dentro de esta revista, ya que consideramos que nuestra propuesta se ajusta perfectamente a varios de los objetivos fundacionales de la misma. Concretamente a aquellos que están referidos a la utilización de la música como base fundamental de la cultura y la salud. En nuestro caso y en esta ocasión como ya hemos comentado, dentro de un centro penitenciario.

La mencionada experiencia ha sido desarrollada a lo largo de casi cuatro años, lo que nos ha permitido conocer bastante bien la evolución de los comportamientos de nuestro grupo de investigación.

Como todos sabemos, la música y más concretamente su utilización como herramienta terapéutica, han demostrado su enorme protagonismo en cada uno de los campos de conocimiento en los que se hace presente. Ya nadie discute su eficacia y poder terapéutico. Tampoco su influencia social, educativa, creativa, etc. Por esta razón entre otras, y una vez finalizada la investigación, nos parece de justicia señalar que el proyecto ha demostrado, que la práctica y desarrollo de este tipo de terapia en una institución de las características como la comentada es fundamental, tanto en su utilización terapéutica dentro de la institución, como en su uso cotidiano para la preparación hacia el camino de la reinserción social a la que estas personas también tienen derecho.

2. Punto cero: nacimiento de una idea diferente

Consideramos que para entender un poco mejor el nacimiento y desarrollo del proyecto que hoy es objeto de nuestra presentación tendríamos que hacer un poco de historia sobre él, y remontarnos brevemente al año 1995, fecha en la que la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) convocó a un grupo muy heterogéneo de personas de diferente origen y condición, tanto social como académico, que de forma voluntaria quisieran dedicar un tiempo de su vida personal al trabajo en el mundo de las cárceles, hoy conocidos en nuestro país como Establecimientos o Centros Penitenciarios. Entre aquel grupo de personas se encontraba quien hoy les presenta la experiencia, profesora titular de la Facultad de Educación en la UNED desde hace más de 27 años.

Muchos profesores de la UNED y por nuestra condición docente en esta Universidad, previamente a nuestro deseo de trabajar de manera voluntaria en estos centros, ya teníamos



diferentes experiencias académicas, al haber tenido que asistir a varios Centros Penitenciarios para cumplir con nuestra función de profesores y formar parte de los Tribunales de Exámenes que habitualmente se desarrollan dentro del Calendario Universitario de la INED. No podemos olvidar, que los internos de cualquier Centro Penitenciario de nuestro país pueden estudiar a través de la modalidad a distancia que caracteriza a nuestra Universidad, y que además, ésta viene ofreciendo prácticamente desde su fundación hace ya más de 35 años.

En todos nosotros, profesores o no, primaba la idea de que nuestra presencia como voluntarios, y no como profesores, podría cambiar sustancialmente no solo la actitud de los internos, sino también nuestra propia visión y condición ante este grupo humano. Así, y gracias al apoyo inicial de la ONG “Horizontes Abiertos”, comenzamos nuestras primeras experiencias como colaboradores en los Centros Penitenciarios de Ocaña y Aranjuez.

Muy poco después, en el año 1996 y por iniciativa de una de las primeras profesoras comprometidas con este precioso trabajo, nace “Punto Cero”, ONG a la que nuestra Universidad siempre ha apoyado de manera institucional a través del propio Rectorado, Vicerrectorado de Programas Universidad y Sociedad, Vicerrectorado de Alumnos y Coordinador de Programas de Centros Penitenciarios propios de la UNED, y todos aquellos miembros de la comunidad universitaria que han mostrado su deseo de acompañarnos en esta preciosa tarea. Puestos en marcha, hoy hemos crecido no solo en número de voluntarios dedicados a este trabajo, sino en el número de Centros Penitenciarios a los que atendemos con programas semanales muy concretos. Así, podemos citar los Centros de Alcalá de Henares (Civil y Militar), Aranjuez, Ocaña, Soto de Real, etc.

3. La actividad musical dentro de un centro penitenciario

Es importante aclarar en estas líneas, que una de las primeras decisiones personales tomadas como miembro activo de la recién nacida ONG “Punto Cero”, fue decidir que mi trabajo lo realizaría únicamente en uno de los Centros Penitenciarios de la Comunidad Autónoma de Madrid, con el fin de darle al compromiso cierta continuidad, y poder lograr cotas de progreso. Así, ya decidida a intervenir en uno de los centros, comencé la tarea desarrollando un ciclo de Conferencias-Prácticas centradas en la importancia de la música a lo largo de todos los ciclos vitales del hombre, conferencias a las que di el título genérico de: “La música como farmacia eficaz”.



Antes de mi llegada al Centro, los internos solo habían tenido actividades musicales en fechas esporádicas como Navidad, Fiestas Nacionales, etc., algunas conferencias sobre música en general, conciertos de algún grupo de rondalla creada por vecinos de las localidades cercanas o grupos de aficionados, y poco más. Así que nuestro planteamiento les llamó poderosamente la atención, tanto a las autoridades del Centro Penitenciario como a los propios internos, a los que enseguida les interesó el tema ofrecido, y mostraron su deseo inmediato de comenzar la actividad propuesta.

La experiencia de las conferencias activas y participativas desarrolladas por parte de los asistentes fueron pasando de manera muy rápida, y al cabo de algún tiempo, y como consecuencia de algunos comentarios y vivencias recibidas por parte de los internos participantes, decidimos dar a nuestra participación como voluntaria un giro copernical, especialmente centrado en nuestro trabajo como musicoterapeuta desde hace más de tres décadas, y comenzamos a valorar la posibilidad de proponer a las autoridades de la Institución Penitenciaria un proyecto de investigación centrado en la utilización de la musicoterapia con un grupo de internos.

Lógicamente, nuestro deseo y cambio de objetivos pasó de manera inmediata por la Dirección del Centro con el fin de contar con su apoyo, e implicar en la idea a diferentes profesionales de la propia institución, enormemente necesarios para nuestro proyecto investigador. Seguidamente se nos pidió que presentásemos un posible borrador de proyecto, y pocas fechas después, presentábamos nuestra idea sobre el asunto. Idea que desde el principio se vio con muy buenos ojos por parte de las autoridades del Centro, aunque dadas las características del mismo se nos pidieron algunas condiciones. Por ejemplo:

- La identidad del centro y de los participantes tendrían que permanecer en el “anonimato”.
- El grupo de internos siempre tendría que estar formado por voluntarios.
- La publicación y el uso de datos y resultados del proyecto podría presentarse en Congresos y Seminarios, etc., pero siempre sin “desvelar” el origen del centro, etc.

4. Oferta del proyecto “música para la libertad

Una vez aceptadas por nuestra parte las condiciones de la institución, y obtenidos todos los permisos y apoyos de colaboración a nuestro proyecto de investigación por parte de la



Dirección del Centro, comenzamos una serie de reuniones con todos aquellos posibles expertos que trabajaban en el Centro, y que voluntariamente quisieran implicarse en el proyecto. Uno de los primeros temas fue aceptar por parte del grupo el nombre del proyecto, al que habíamos denominado "MÚSICA PARA LA LIBERTAD". No hubo problemas en decidir que era adecuado, y así continuaron nuestras primeras reuniones.

El médico psiquiatra, el psicólogo, la enfermera, la asistente social y el maestro orientador, fueron algunos de los profesionales con los que tuvimos la oportunidad de compartir nuestra idea sobre el tema, y las posibles fases en las que pretendíamos llevar a cabo nuestra investigación. Así, cada uno de ellos fue comprometiéndose en la forma y manera que les permitía su tiempo libre, y siempre sin perder de vista sus obligaciones habituales.

Excusamos señalar en estas líneas, que el número de reuniones previas que mantuvimos al comienzo de su puesta en marcha fueron bastantes, aunque el diseño del proyecto ya estaba realizado previamente, pero no así la estructura y elaboración de todos los materiales de uso más inmediato. A modo de ejemplo, presentamos algunos de los pasos más importantes a los que tuvimos que hacer frente:

- Creación del propio Equipo interdisciplinar: médico psiquiatra, médico generalista, psicólogo, enfermera, maestro orientador y la musicoterapeuta.
- Selección del grupo de internos voluntarios que participaría en el estudio.

Las fechas, periodicidad, horario etc., fueron otros de los puntos importantes a concretizar con el grupo, y finalmente, el comienzo del proyecto, que se estableció en el mes de Octubre del año 2004.

5. Descripción del objeto de estudio

En la actualidad nuestro proyecto de investigación finalizó hace unos cuantos meses. La descripción de su desarrollo se llevó a cabo con un grupo de 9 internos, que de manera voluntaria quisieron formar parte de la experiencia. También contamos con un grupo de control con el mismo número de participantes, que al finalizar nuestra investigación nos ayudó enormemente a demostrar nuestras hipótesis de partida. Todos ellos se encontraban cumpliendo penas de diferente duración y por motivos muy distintos. Algunos de ellos eran internos preventivos, otros tenían ya la sentencia y una condena por cumplir, y el resto de los



participantes estaba a la espera de ser trasladados a otra institución para terminar de cumplir el resto de la condena, etc.

Dadas las características y peculiaridades del Centro Penitenciario en el que desarrollamos nuestra experiencia, nos vimos obligados a realizar nuestra tarea de manera muy especial, ya que no todos los miembros de la institución entendían y aceptaban de igual manera nuestro proyecto, y sobre todo, la metodología utilizada para su desarrollo. Estas pequeñas "diferencias" nos obligaron a diseñar y elaborar un programa muy determinado, en algunos casos, casi personalizado.

Muy brevemente y casi de forma esquemática, presentamos algunos de los elementos más destacados de nuestro proyecto de investigación. Por ejemplo:

HIPÓTESIS DE PARTIDA

Nuestras hipótesis de partida defendían que con las sesiones de musicoterapia, las tareas y propuestas individualizadas y colectivas diseñadas de manera expresa para los internos, producirían en ellos los beneficios siguientes:

- Controlar mejor los altos niveles de ansiedad que padecían.
- Estructurar las actividades cotidianas realizadas en el Centro de forma más controlada.
- Llenar "de otra manera y más adecuadamente" sus muchas horas de soledad.
- Poder comprometerse con una serie de tareas que facilitasen su permanencia en el establecimiento penitenciario.
- Aprender a realizar las sesiones de musicoterapia, las técnicas y actividades desarrolladas en ellas, como elemento "catártico y liberador".
- Demostrar que las tareas diseñadas de manera individualizada eran una ayuda eficaz en la sociabilidad de los internos que intervinieron en la experiencia.
- Validar que la música interactuaba como lenguaje de expresión y comunicación idóneo entre los internos, etc.

LOS OBJETIVOS DEL PROYECTO

Teniendo en cuenta todo lo anterior, teníamos que marcarnos unos objetivos, y éstos se centraron en:



- Mejorar en lo posible los altos niveles de ansiedad que padecían.
 - Aprender a estar solo o transformar en positivo la idea y realidad de “soledad” a la que en muchos momentos se veían sometidos.
 - Crear a través de las sesiones de musicoterapia un ambiente agradable y de colaboración entre los participantes.
 - Que en lo posible, este ambiente se hiciese extensible a los pasillos y estancias compartidas de la institución penitenciaria.
 - Ofrecer a los internos una actividad que les comprometiese con el día a día.
 - Realizar una serie de tareas que les ayudase a estructurar su estado de ansiedad, abandono personal y social.
- Preparar su “salida” de la institución con una visión del futuro más esperanzador, etc.

LAS SESIONES DE MUSICOTERAPIA

Aunque al principio de la experiencia tuvimos bastantes dificultades para controlar la asistencia de los participantes por motivos de “movilidad y traslado” para cumplir las sentencias en otras instituciones, lo cierto es que, cada vez se fue regularizando de manera más sencilla todo el proceso, y poco después del comienzo, prácticamente todos asistieron a las sesiones sin grandes problemas. Así éstas se desarrollaron de la siguiente manera:

- Dos veces por semana. Nuestro primer encuentro era siempre una sesión individual, y la segunda sesión era con todo el grupo.
- Previo a estos encuentros, a todos se les hizo una evaluación inicial, en la que se les pasó un cuestionario: Historia Musical o sonora.
- También una sesión inicial individual con el fin de valorar su estado: físico, psíquico y sensorial.

LA MUESTRA

Aunque ya lo hemos comentado anteriormente, es importante destacar algunas de las peculiaridades de los participantes que formaron parte de nuestra muestra. Así podemos señalar que la configuraron:



- Dos grupos de internos voluntarios divididos de la manera siguiente: 9 personas formaron el grupo de investigación y otras 9 el de control, lo que hizo un total de 18 personas implicadas en el proyecto.
 - Los países de procedencia de cada uno de ellos fue el siguiente: En el grupo de investigación hubo cinco españoles, un marroquí, un peruano, un colombiano y un cubano. En el grupo de control, cuatro españoles, tres marroquíes y dos peruanos.
 - Su escala o graduación también era variada: Tenientes, sargentos, cabos y soldados “rasos” completaron la totalidad de manera muy equilibrada en ambos grupos.
- Su formación académica también era muy distinta. Entre ellos había tres universitarios, cinco con formación profesional cualificada, y el resto estudios primarios de diferente nivel.

LA SALA Y LOS MATERIALES

Si bien en nuestro trabajo habitual como musicoterapeuta, siempre hemos defendido la necesidad de contar con unos espacios específicos y un material lo suficientemente adecuado para desarrollar nuestras sesiones de musicoterapia en condiciones óptimas, en esta ocasión tuvimos que prescindir de lo mejor y tratar de adaptar los espacios que nos ofrecían de la manera más digna posible, ya que de otro modo hubiésemos retrasado de manera innecesaria el comienzo de nuestro proyecto, o quizá nunca hubiese llegado a realizarse. Así que las sesiones de musicoterapia se desarrollaron con los siguientes recursos y materiales:

- Una sala amplia para el número de personas que estuvimos implicados en ella durante las sesiones, y que habitualmente era la Biblioteca del Centro.
- La sala contaba con una buena luz natural y estupenda ventilación, con varias ventanas que daban directamente al patio central de la institución.
- Había sillas y mesas muy “manejables”, que siempre nos permitieron modificar la distribución de la sala según las técnicas y actividades que desarrollásemos en cada sesión.
- Una televisión y vídeo, ordenador con cañón para presentar alguna actividad a través de Power Point.
- Una cadena musical.
- Instrumentos de pequeña percusión y un amplio fondo de recursos sonoros. En su mayoría los aportó la musicoterapeuta.



- Algunas guitarras y armónicas (los aportaron los participantes)
- Folios y pinturas de diferentes colores, etc.

LA ELABORACIÓN Y DISEÑO DE LOS MATERIALES

Ya hemos señalado anteriormente, que uno de los aspectos más importantes de nuestro proyecto se centró en el diseño y elaboración de una serie de materiales indispensables para el óptimo desarrollo de la investigación. Para ello, se elaboraron:

- Modelos de fichas: personales
- Otro modelo de ficha para el seguimiento individualizado de las sesiones.
- Protocolos y tareas: grupales e individuales.
- Programaciones individuales y grupales de las sesiones.
- Actividades específicas para “solucionar” algunas de las situaciones de malestar y ansiedad que se producían en algunos casos.
- Varios modelos de sesiones de Evaluación: inicial, final y de nueva toma de decisiones, etc.

LAS TÉCNICAS UTILIZADAS

Las técnicas y actividades propuestas, en todo momento dependieron de cada grupo, y del tipo de sesión de musicoterapia que se fuese a realizar (individual y/o grupal), y por supuesto, siempre siguieron una determinada estructura. El estado de ánimo de los participantes, fue otro de los factores importantes que se tuvieron en cuenta en el momento de su desarrollo, y que en más de una ocasión nos obligó a “cambiar o adaptar la sesión”, pero fundamentalmente todas las técnicas y tareas utilizadas con los participantes se centraron en propuestas: Activas, Pasivas y Mixtas, y requirieron que los sujetos respondiesen a cuestiones como: su Identidad Sonora (ISO), sus gustos y preferencias musicales, su capacidad de atención auditiva y melódica a través de (Audiciones Musicales-GIM), técnicas de relajación y sofronización (Caycedo, Focusing, etc.)



6. Conclusiones finales

Las evaluaciones realizadas durante el desarrollo del proyecto fueron siempre muy positivas y esperanzadoras, por lo que los últimos resultados no supusieron una gran sorpresa, pero sí una enorme satisfacción. Por ello, nos gustaría compartir con todos los interesados algunas de las cuestiones que han permitido hacernos sentir de manera muy evidente los cambios sustanciales obtenidos en los grupos de internos participantes, cambios que nos permiten valorar la experiencia de manera muy positiva. Por ejemplo:

- Los propios cambios de actitud social y colaboradora observada entre los internos a lo largo de todo el periodo de la investigación.
- Los propios participantes se han ofrecido como voluntarios internos para organizar charlas y conferencias sobre temas de interés común.
- Los participantes a punto de salir del centro y en régimen de tercer grado, que como todos sabemos pueden salir a la calle con un horario restringido, nos han visitado en nuestro despacho de la Universidad en diferentes momentos, y han compartido con nosotros sus proyectos y deseos de futuro.
- Algunos de ellos han reanudado sus estudios en la UNED, abandonados en momentos “difíciles” de su vida.
- Algunos de ellos se han reunido para crear un par de grupos musicales.
- Las nuevas programaciones de actividades del Centro diseñadas por ellos mismos, incluyen clases de guitarra y de música, etc.
- Tienen más contacto con la familia, y se preparan con ella para su nueva vida fuera de la institución.
- En sus conversaciones, hoy se habla de futuro, de libertad, de salir a la vida, a la calle que les espera y a la que tendrán que hacer frente comenzando desde cero, etc.

Todas estas “nuevas” maneras de afrontar su situación, y otras muchas que la propia emoción compartida con los internos nos impide expresar aquí, han demostrado una actitud muy positiva y completamente diferente a la que nos encontramos al comienzo de nuestra



experiencia. Todo esto nos permite manifestarnos de manera abierta, y hacen posible que de nuevo nos encontremos en el camino de “crear proyectos innovadores”, intentando que su estancia en el Centro les sea más llevadera, a la vez que mucho más cercana a la vida real, a la vida futura a la que todos aspiran.

Por todo ello, y en esta ocasión desde la propia Universidad Nacional de Educación a Distancia, en la actualidad nos encontramos diseñando y llevando a cabo algunas iniciativas desarrolladas durante nuestra investigación, y que produjeron enorme satisfacción a todos los implicados en ellas. Por ejemplo:

- Mantener anualmente las ofertas de Cursos de Verano iniciadas ya en el año 2006 en el Centro de Topas (Salamanca), donde se nos permitió aceptar como asistentes a grupos mixtos de la propia institución.
- En el verano de 2008, la experiencia se ha repetido en el Centro Penitenciario de Soto del Real (Madrid), y se ha aceptado un 25% de alumnos del exterior.
- También estamos elaborando nuevos modelos de Cursos, extendiendo la oferta a todos los Centros Penitenciarios del territorio nacional, y en periodos diferentes. Por ejemplo durante el invierno, la primavera, etc.
- Una institución tan prestigiada en España como el Teatro Real de Madrid, mantiene conversaciones de colaboración mutua con la UNED, con la que ya ha realizado alguna experiencia piloto, lo que nos produce una enorme satisfacción.

También existen proyectos de realizar:

- Conferencias periódicas con diferentes expertos del amplio panorama musical.
- Conciertos con diferentes grupos musicales (de fuera y dentro de la institución)
- Creación de un Taller de Instrumentos.
- Creación de una Revista Musical diseñada y elaborada por los internos, etc.

La eficacia demostrada por la música dentro de nuestro proyecto como lenguaje de cambio y mejora en la institución penitenciaria en general, y en el grupo de participantes en particular,



nos llena de orgullo y satisfacción, ya que a través de ella hemos visto demostrada de manera patente la mejora de algunos de los comportamientos de agresividad y falta de colaboración entre los internos. Además de mejorar entre ellos el lenguaje de expresión y comunicación, aspecto fundamental de nuestro proyecto inicial.

BIBLIOGRAFÍA

- ALVIN, J. (1967). *Musicoterapia*. Barcelona. Paidós.
- BRUSCIA, K. (1997). *Definiendo Musicoterapia*. Salamanca. Amaru.
- DALCROZE, E. J. (1948). *La rítmica, la música, la educación*. Lausanna. Foetish.S.A.
- DELORS, J y otros (1996). Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la educación para el siglo XXI. *La educación encierra un tesoro*. Madrid. Santillana, Ediciones UNESCO.
- GARDNER, H. (1983). *Inteligencias Múltiples*. Madrid. Paidós.
- GASTON, E. T y col. (1968). *Tratado de Musicoterapia*. Paidós. Buenos Aires.
- HANSLICK, E. (1904). *The beautiful in Music*. Indianapolis, NY. The Bobbs-Merrill Co.
- LAGO CASTRO, P. (1992). Cuaderno de Logopedia nº 8. Madrid. Instituto Ciencias del Hombre.
- . (1997). *Música y salud: introducción a la musicoterapia I*. Madrid. UNED.
- . (1999). *Música y salud: introducción a la musicoterapia II*. Madrid. UNED.
- . (2004). *Ópera Abierta: El arte de escuchar Música*. Madrid. Sanz y Torres
- LAVIGNAC, A. (1905). *La Educación Musical*. Barcelona. Gustavo Gili.
- MEYER, L.B. (2001). *Emoción y significado en la música*. Alianza Editorial. Madrid
- ORTÍZ, T. y MAESTÚ, F. (2005). *Cerebro y Música*. Madrid. UNED.
- WILLEMS, E. (1969). *Las bases psicológicas de la Educación Musical*. Buenos Aires. Eudeba.