



TRABAJO FINAL DE GRADO EN MAESTRO DE EDUCACIÓN PRIMARIA

**“Aprendizaje al largo de la vida:
El caso de la música.”**

Alumno: José Manuel Serrano Gallén

Tutor: Manuel Martí Puig

Área de Conocimiento: Educación

Curso académico: 2014/15

Índice

1.	Agradecimientos	1
<hr/>		
2.	Resumen	2
<hr/>		
3.	Justificación	4
<hr/>		
4.	Introducción teórica	5
<hr/>		
5.	Metodología	13
<hr/>		
6.	Resultados	15
<hr/>		
7.	Conclusiones	19
<hr/>		
8.	Bibliografía	20
<hr/>		
9.	Anexos	22

Agradecimientos

Quiero agradecer a todas las personas que directa o indirectamente han hecho posible que realizara este trabajo final de grado en maestro de Educación Primaria.

En primer lugar quiero agradecer a mi tutor del TFG, Manuel Martí Puig, profesor del Departamento de Educación, cuya diligencia y cuidado hicieron posible plasmar mi idea en este trabajo.

También quiero agradecer a la profesora de la UJI, Anna Mercedes Vernia Carrasco, del Departamento de Educación, ella despertó en mí la curiosidad de la música y su aplicación para formar personas adultas.

Además también quería agradecer a Mari Carmen Roldán Catalán, profesora del CEIP Colonia Segarra, por abrirme las puertas de su casa y deleitarme con su sabiduría y compartir su experiencia para dar luz a la historia de vida que es la base de este trabajo final de grado.

Por último y no por ello menos importante, quiero agradecer tanto a mis padres por su esfuerzo y dedicación para que yo pudiera llegar hasta aquí, como a mi abuelo que allá donde esté sigo brindándole mis éxitos.

Resumen

El trabajo final de grado que he escogido lleva por título “Aprendizaje al largo de la vida: El caso de la música”. Este trabajo de investigación está dirigido al público interesado en la enseñanza de personas adultas cogiendo como base el área musical para dicho proceso de formación.

Esta investigación está sujeto a una historia de vida de una persona que tras titularse en la carrera de maestra de educación infantil sigue con su formación, sus inquietudes, pensamientos y vivencias de la que mostramos unas valoraciones del aprendizaje de la música en la etapa adulta.

Partiendo de los resultados obtenidos de la historia de vida, se analiza minuciosamente el contenido obtenido de la entrevista y se vincula con la metodología que se da a conocer a lo largo de este trabajo, creada por Émile Jaques-Dalcroze, un método que se caracteriza por ser activo, dinámico y resurgente. Dalcroze fue pionero en dejar de lado la ejercitación mecánica del aprendizaje de la música por lo que ideó una serie de actividades para la educación del oído y para el desarrollo de la percepción del ritmo a través del movimiento.

Por otro lado se tiene en cuenta los beneficios a nivel neuronal, social y psicológico que aporta la formación musical, siendo estos llamativos y de vital importancia para la valoración global del método dalcroziano.

Palabras claves:

Aprendizaje a lo largo de la vida, música, historia de vida.

Abstract

The final essay for my degree is 'Learning throughout one's life: music, a case in point'. This essay is addressed to anyone interested in teaching adults, taking the music side for such a training process.

This essay is closely related to the story of a person who, after getting his degree as a teacher of infant's school, goes on with his training, his interests; someone whose thoughts and personal experiences are collected throughout the essay

Taking as a starting point the results obtained from the history of one's life, the contents in the interview are analysed in detail and they are subsequently linked with the methodology created by Emile Jaques-Dalcroze, a method whose main features are to be dynamic, active and resourceful. Dalcroze was a pioneer in leaving the mechanical learning of music aside and to this effect he created a series of activities to educate the hearing sense and the development of rhythm perception through movement.

On the other hand the benefits obtained from music training at different levels such as neuronal, social and psychological are taken into account, these being highly illustrative and of a vital importance for a global assessment of the Dalcroze method.

Words keys:

Learning to the length of the life, Music, Life story.

Justificación

He realizado este trabajo con el objetivo de indagar sobre la formación de personas adultas, saber qué motivos conllevan a reanudar los estudios y averiguar qué beneficios aporta a la propia persona y su entorno.

Si una persona me ha inculcado la importancia de formarme continuamente y nunca dejar de aprender, ese es mi abuelo. De niño vio pasar por delante de sus ojos el terror y la penumbra que conllevó hacer frente a la pesadilla de la Guerra Civil Española. Él no pudo sacarse el graduado escolar hasta la edad adulta. Este hecho para mi es admirable, ya que no tenía ninguna necesidad de acudir después de la jornada laboral a clases para conseguir un título que en ese momento no le urgía tener ya que gozaba de trabajo fijo y que no necesitaba de ese reconocimiento para desarrollar su actividad laboral, pero él tenía que demostrar a su familia que solo la guerra civil y la pesadumbre que conllevan sus consecuencias habían sido los causantes de despojarlo de la oportunidad de ir a la escuela.

Mi investigación se ha basado en hacer una introspección en la formación de personas adultas, el área que he escogido para observar este proceso ha sido la música, tal y como decía el filósofo Platón “La música da alma al universo, alas a la mente, vuelo a la imaginación, consuelo a la tristeza y vida y alegría a todas las cosas.” Desde luego no podía tener más razón, por ello escogí la música porque es un arte, cuyos beneficios son visibles en nuestra sociedad, mi meta es demostrar todos los aspectos relevantes que conlleva instruirse en el arte musical cuando se traspasa la etapa de la juventud.

Todo este proceso de investigación está relacionado con el método Dalcroze, para mayor contextualización he visto la necesidad de apoyar mis argumentos con una historia de vida cuya protagonista es una persona adulta que está siendo formada por medio de este método.

Introducción Teórica

Desde la antigüedad el término educación se asociaba a la continuidad, ya que el ser humano está capacitado para adquirir continuamente información y convertirla en sabiduría para su día a día. No fue hasta el siglo XIX cuando la sociedad demandó la educación para las personas adultas. Existía la necesidad de renovar los conocimientos adquiridos en la escuela y fue en Francia donde aparecieron las primeras escuelas para dicha formación (Rumbo, 2006).

El siglo XX se caracterizó por los constantes y acelerados cambios en el ámbito social, económico y político, esto hizo que la educación en la etapa adulta cobrara mayor importancia. Se necesitaba adaptar a las personas al contexto que marcaba la época. Pero ¿Cuál ha sido la evolución en España en la formación de las personas adultas? Según Martínez (2006) podemos apreciar las siguientes etapas:

1900- 1930

Se crea en 1900 el Ministerio de Instrucción Pública y Bellas Artes. Se promulgan decretos que regulan las clases para adultos y jóvenes. En 1910 se crea la primera Escuela del Hogar y Profesional de la Mujer.

1931- 1936

La educación durante la Segunda República fue uno de los pilares en los que se asentó el propósito reformador y modernizador de los gobiernos progresistas republicanos. Las Misiones Pedagógicas promovidas por Bartolomé Cossío, pedagogo y profesor universitario, y un grupo numeroso y valiosísimo de intelectuales constituyeron un precedente de la educación popular. Por todos los rincones del país extendieron su acción llevando bibliotecas, teatro, reproducciones de obras de arte... El gran pedagogo, Lorenzo Luzuriaga demostró en numerosos trabajos cómo el analfabetismo era, sin duda, una de las causas más perniciosas del retraso español.

La Guerra Civil

En febrero de 1937 se crearon las Milicias de la Cultura para mantener en los frentes clases de alfabetización, bibliotecas, conferencias, recitales. En estos trágicos años se crearon propuestas innovadoras en la formación de personas adultas: Institutos Obreros; las Brigadas contra el analfabetismo en la retaguardia; Ateneos Libertarios; Politécnico Obrero...

1939- 1975

El largo periodo de la Dictadura legisló sobre alfabetización en repetidas ocasiones. La Ley de 1945 estableció la obligatoriedad de la asistencia a clase de los adultos que no tuviesen el Certificado de Estudios Primarios. Volvieron las Misiones Pedagógicas, aunque adoptaron un carácter confesional y sirvieron para desarrollar un aparato al servicio del poder.

En 1950 se creó la Junta Nacional contra el Analfabetismo. Fue 13 años más tarde cuando se comenzó la Campaña Nacional de Alfabetización creándose 5000 escuelas especiales para adultos. En 1973 se ordenó el final de la Campaña de Alfabetización, considerando que el país había alcanzado las cotas mínimas exigidas por los organismos internacionales. De todas formas, el Ministerio ideó el programa de Educación Permanente de Adultos.

1975- 1982

Los años finales del franquismo y los inicios de la transición política no resultaron especialmente gratos para la implantación de la 'Educación para Personas Adultas' que se desarrolló mediante el establecimiento de clases extraordinarias al término de la jornada lectiva impartidas por los mismos maestros que durante el día habían dado las clases a los niños. También se configuraron aulas, círculos y centros específicos.

1982- 1990

Se creó la Dirección General de Promoción Educativa. Se diseñó y se publicó el llamado "Libro Blanco para la educación de personas adultas" de 1986 que promovía entre otras cuestiones los proyectos de base territorial. Finalmente la educación de adultos quedó concernida a un título de la Ley Orgánica de Educación de 1990, garantizando la formación básica, la educación para el desarrollo personal y la participación y la educación profesional.

El último período

El desarrollo de las Autonomías ha visto cómo en muchas de ellas se han aprobado leyes propias de educación de personas adultas. Igualmente se ha implantado la educación secundaria para personas adultas, pruebas de acceso a ciclos formativos, a la universidad, cursos para la mejora de empleo y la formación ocupacional y propuestas de educación no formal. Pero también se ha resentido de un modelo curricular que ha ido tendiendo cada vez más a la reproducción escolar frente a experiencias que

apuestan por la innovación, basándose en principios de la educación popular, del desarrollo comunitario y de paradigmas críticos.

La reciente crisis iniciada en el año 2008, también denominada la gran recesión, ha hecho que millones de españoles pierdan su puesto de trabajo. Este acontecimiento hace que muchas personas opten por retomar sus estudios, abriéndoles estos un destello de esperanza para volver a formar parte de la población activa de nuestro país.

Pero ¿a qué edad se supone que se forma parte de la etapa adulta? La siguiente clasificación considera a una persona adulta a partir de los 21 años, evidentemente influyen diferentes factores que pueden adelantar o atrasar este proceso, como ya señalaba Piaget en las etapas de desarrollo cognitivo de los infantes.

Dentro de la etapa adulta es importante conocer y distinguir las distintas etapas de la educación de adultos (González y Gisbert, 1990):

1. (21-25 años) inicio de la edad adulta.
2. (25-40 años) edad adulta media
3. (40-55 años) edad de la madurez
4. (55-65 años) edad de la prejubilación
5. (65- en lo sucesivo) tercera edad

La ciencia que se encarga de estudiar el aprendizaje de las personas adultas se denomina Andragogía. Su fundamento está en las supuestas diferencias entre niños y adultos. En el caso de la educación musical damos por supuesto que no será el mismo desarrollo y contexto de enseñanza-aprendizaje para alumnado infantil, joven o adulto.

En su día Erich Fromm, reputado psicólogo, psicoanalista, filósofo y humanista, se formulaba inteligentemente esta pregunta ¿Por qué la sociedad se siente responsable solamente de la educación de los niños y no de la educación de todos los adultos de todas las edades? Desde mi punto de vista la estructura de la formación de una persona está desarrollada para un margen de edad demasiado escueto, no deberíamos nunca de dejar de aprender. Somos seres racionales que constantemente percibimos información, cada vez más cambiante por los pasos agigantados que experimenta esta edad tecnológica que hoy vivimos.

Según Mogollón (2012) el adulto mayor ha estado relegado a participar en las investigaciones gerontológicas educativas o socioculturales hasta hace 30 años, pues en materia de educación sólo se tenía en cuenta a niños, jóvenes y adultos. En ese sentido, Martí y Vernia (2014) opinan que el adulto mayor necesita que las investigaciones que se dirijan a su ámbito tengan en cuenta todas sus características (Martí y Vernia, 2014)

A la hora de enlazar la teoría era necesario un caso testimonial para poder corroborarla, aposté por una historia de vida que se trata de una herramienta metodológica que permite recoger el testimonio de la experiencia vital de los profesores para mostrar, por un lado, los acontecimientos que han marcado un hito en su vida personal y profesional, y, por otro, las valoraciones que hacen de su propia existencia, ya que el conocimiento de la trayectoria social comienza necesariamente con las valoraciones acerca de la importancia de su evolución (Anguera, 1995; Elder, 1993: 201).

Como recoge Siles (2006), "el objetivo de la historia oral no consiste en la validez o crédito de un acontecimiento "per se", sino en captar la visión que los sujetos tienen del mismo expresándola mediante la palabra, pero también mediante gestos, sentimientos, creencias y cualquier tipo de reacción provocada por el evento estudiado".

Para Hatch y Wisniewski (1995) una historia de vida se centra en las vidas de las personas, es más personal que otros tipos de investigación cualitativa, tiene un carácter eminente práctico y de búsqueda de cambio y destaca el aspecto de la subjetividad. El narrador es el protagonista y contribuye claramente a su elaboración por lo que debemos poder contar con él. Las fuentes orales las catalogaremos como fuentes propiamente de la historia, y las historias de vida son una metodología que puede usar tanto el historiador como otros investigadores sociales. Esta técnica nos permite descubrir la experiencia directa del sujeto desde el propio sujeto. Por ello, el entrevistado no debe ser una persona especial, sino que basta con que forme parte del grupo que se estudia (Mallimaci y Giménez, 2006).

Cuando el individuo se posiciona en primera persona y habla de sus experiencias se le considera el personaje del relato (Garrido y Checa, 1998). Lo que importa son los hechos descritos y cómo los describe (Mallimaci y Giménez, 2006). Otro aspecto importante de las historias de vida actuales es su estrecha relación con las nuevas tecnologías, puesto que facilita su reedición y está al alcance de retomarla cuando se quiera.

Las historias de vida tienen una serie de ventajas e inconvenientes. Este tipo de entrevistas permiten un acercamiento a las relaciones primarias, derivadas no solo de lo sucedido en la vida de una persona, sino también de cómo le han influido los diferentes procesos. Pero no se puede olvidar que esta técnica también tiene una serie de sesgos: la impaciencia del investigador, la dificultad de acceder a un informante con buena memoria, su disposición a colaborar, etc. (Mallimaci y Giménez, 2006).

Goodson (1992) señalaba que la historia de vida (life history) es la narración de la vida de una persona dentro de un contexto histórico de referencia, frente al relato de vida (life story) que narra los acontecimientos vitales, sin hacer un análisis en profundidad.

Método Dalcroze

El conocido método Dalcroze fue creado por el compositor, músico y educador musical, Emile Jaques-Dalcroze. Este compositor suizo se percató que sus alumnos carecían de sentido rítmico. Así pues empezó a investigar el ritmo en sus alumnos inventando una serie de ejercicios que causaron gran indignación en su tiempo y todo porque propuso a sus alumnos realizar unos ejercicios donde debían caminar descalzos por el aula. Su metodología en un principio fue rechazada.

Además de su labor como pedagogo, Dalcroze fue un prolífico compositor de música de cámara, música orquestal y ópera. Sus composiciones reflejan el folklore suizo. Actualmente su enfoque de enseñanza musical es ampliamente reconocido en Europa, Asia, Estados Unidos, Australia y Sudamérica. Hablar de Jaques Dalcroze es sinónimo de ritmo, su método es pedagógico y activo, en él predomina la importancia del movimiento corporal y la percepción musical a través de la totalidad del cuerpo y no solamente por el oído. Este pedagogo y compositor suizo, se oponía al aprendizaje mecánico de la música. A través del movimiento corporal trabaja la educación del oído y el desarrollo perceptivo del ritmo.

Joan Llongueres fue quien introdujo el método Dalcroze en España. Fue en Barcelona dónde fundó el Instituto de Rítmica y Plástica, el único centro reconocido en el Estado Español por el Instituto Dalcroze de Ginebra, para enseñar la rítmica a todas las personas interesadas y para formar profesores en los principios del método.¹

En definitiva diríamos que este método es indicado para niños pero tal y como afirma Dalcroze la aplicación rítmica no distingue de edades ni discrimina en capacidades o dificultades que puedan aparecer, pues todo lo contrario, sus beneficios pueden manifestarse en diferentes ámbitos y no sólo en el área musical.

"Lo sé, porque lo he experimentado."

Emile Jaques-Dalcroze

¹ Jaques-Dalcroze, É. (Mayo de 19 de 2015). *Wikipedia*. Obtenido de Wikipedia: http://es.wikipedia.org/wiki/%C3%89mile_Jaques-Dalcroze

Dalcroze tuvo que experimentar para lograr resultados, pero como él, también un docente actual debe experimentar para que la metodología que utiliza con sus alumnos sea la más beneficiosa. Dalcroze arriesgó tanto en experimentar que llegó a una de las conclusiones que se convirtieron en el eje central de su doctrina, se dio cuenta que el aprendizaje musical no podía constar solo de trabajo intelectual, es más la columna vertebral del aprendizaje en el arte musical viene dado por el trabajo conjunto del oído, la mente y el cuerpo.

En su método deja patente que todo el mundo tiene sentido del ritmo, ya que tenemos nuestras propias fuentes orgánicas para fomentarlo como puede ser la respiración, los latidos del corazón, caminar. Dalcroze fue pionero en crear experiencias musicales que involucran a los estudiantes de esta manera integral, mediante ejercicios de reacción rápida, el cuerpo, la voz y los instrumentos de percusión para motivar a la concentración, la atención y la coordinación del oído, la mente y el cuerpo. El piano es un instrumento integral que se usa para acompañar el movimiento y actualizar la lección. Con el método Dalcroze también se adquiere además una educación auditiva activa con la ayuda del movimiento, tomando conciencia del cuerpo y aprendiendo a improvisar corporal y musicalmente.

A través de la motricidad global se llega a la educación musical, utilizando también material auxiliar como pelotas, aros, cintas, pentagramas en el suelo, pañuelos... o pequeña percusión como panderos, claves, crócalos etc. (Arroyo Escobar, 2009). Dalcroze empezó sus investigaciones a raíz de las dificultades detectadas en sus alumnos en las clases de solfeo. Su método se desarrolla a través de ejercicios corporales que permiten crear una imagen interior del sonido, ritmo y forma.

Su método de educación musical (Euritmia) relaciona el movimiento corporal y la música, un solfeo musical en el espacio, que teoriza los elementos musicales a través de la práctica corporal, enriqueciendo además en la toma de conciencia de nuestro cuerpo, desarrollando la motricidad global, parcial y fina y formando el oído a través del movimiento.

El espacio pasa a formar parte del fenómeno sonoro y motor, estableciendo contacto a través de la comunicación no verbal y la expresión personal. La rítmica se fundamenta en la movilización de mente y cuerpo, interesándose por la persona tal como es, sin discriminaciones de edad, capacidades y dificultades manifiestas o latentes. Para Dalcroze quien opinaba que la música no se oye solamente por el oído, sino por todo el

cuerpo, todas las facultades humanas deben poder auxiliarse mutuamente, dándose un equilibrio y armonía a través de unas actividades que actúen en concordancia (Bachmann, 1998).

Las cualidades que Dalcroze reconoce en un músico son la agudeza auditiva, la sensibilidad nerviosa, el sentido rítmico y la facultad de exteriorizar espontáneamente las sensaciones emotivas. En su opinión, para que la educación musical forme un verdadero artista, estas cualidades deberán encontrarse reunidas (Bachmann, 1998).

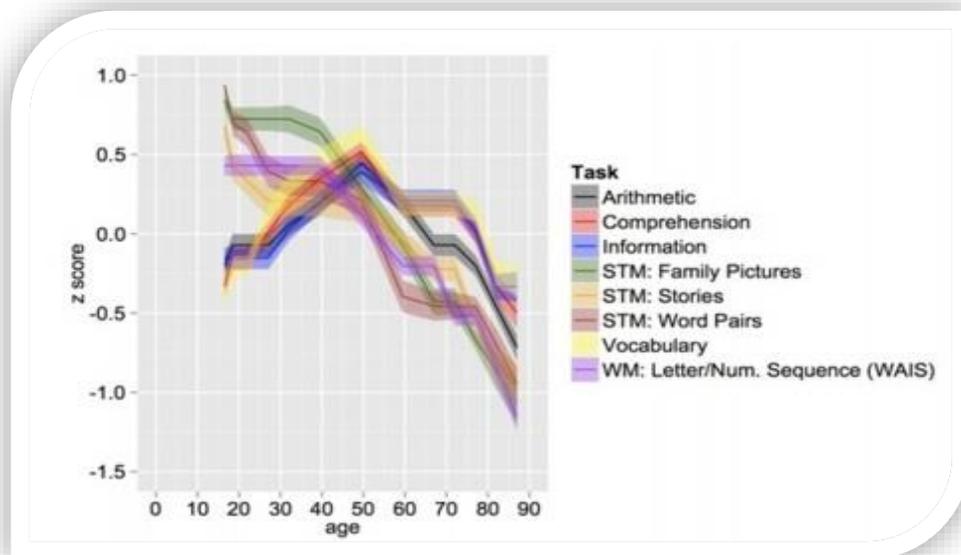
Aunque en un principio Dalcroze preconizaba los beneficios de la rítmica para niños a partir de seis años, no tardó en darse cuenta que estos beneficios también podrían manifestarse en niños más pequeños, igual que en adultos e incluso llevarlos al terreno de la educación de invidentes o discapacitados mentales. Y es que si cuando se es joven se puede aprender el contenido de un libro de texto sin volverse loco, ¿por qué ya no? Sí, todos los días perdemos neuronas.

¿Realmente se produce cambios tan drásticos en nuestro cerebro que condicionan nuestra forma de aprender cuando se es adulto? Las células del sistema nervioso no tienen la capacidad de dividirse por lo que, cuando una muere, no deja sustituta. Aunque existen dos zonas del cerebro que generan nuevas trabajadoras (el hipocampo y el bulbo olfatorio), la mayoría de las neuronas que tenemos no tienen la función de sustituirse por otras nuevas. Algunas de las investigaciones más recientes aseguran que algunas de estas neuronas pueden llegar a sobrevivir a la propia persona una vez que está ya yace sin vida. Un estudio de la Universidad de Michigan dirigido por Jimo Borjigin, experta en Fisiología y Neurología, el experimento fue llevado a cabo en animales. “Los datos confirmaron nuestro pronóstico de que encontraríamos algunas señales de actividad consciente en el cerebro durante el paro cardíaco”, aclaró Borjigin, si bien admite que les sorprendieron los elevados niveles de actividad, ya que muchas señales eléctricas conocidas de la consciencia excedieron los niveles encontrados en el estado de vigilia, lo cual indica que el cerebro es capaz de una actividad eléctrica bien organizada durante la etapa inicial de la muerte clínica.

Un grupo de científicos alemanes de la Universidad de Hamburgo y del Hospital Universitario de Jena demostró que personas adultas pueden hacer que su cerebro siga desarrollándose y crezca, si aprenden nuevas habilidades. Los científicos comprobaron que había crecimiento en distintas regiones cerebrales de las personas sometidas al experimento. Las regiones que crecieron fueron las tienen importancia para el

aprendizaje y la percepción de movimientos así como las zonas que regulan el sistema de auto-recompensa del cerebro. La investigación concluyó que las personas tienen que asumir nuevos desafíos y aprender nuevas cosas para el buen funcionamiento y desarrollo de su cerebro.

Aunque cuando llegamos a la edad adulta ya habremos perdido millones de neuronas y otras millones luchan por sobrevivir, estas últimas no garantizan que el mantenimiento de nuestras capacidades cognitivas al mismo nivel durante toda la vida, pero esto no quiere decir que acabemos convirtiéndonos en unos primates. Simplemente, las habilidades cambian tal y como se ve en la siguiente gráfica. (Caballero, 2015)



STM = memoria a corto plazo; **WM** = memoria de trabajo; **WAIS** = escala de inteligencia adulta de Wechsler.

No le faltaba razón a Seneca cuando afirmaba “El joven debe aprender. El viejo, aprovechar lo aprendido.”, en cierto modo es una frase coherente pero los estudios neurológicos actuales demuestran que los jóvenes gozan de una rapidez mental mucho más notoria que en la edad adulta, pero estos últimos se recrean con la sofisticación de las habilidades sociales, de comunicación y de la propia experiencia de la vida.

La música tiene una notable capacidad de afectar y manipular lo que sentimos. Simplemente escuchando las canciones que nos gustan, se estimula nuestro sistema neuronal, haciendo que nuestros sentimientos tengan rienda suelta. Pero la música va más allá de nuestros corazones a nuestras mentes, dando forma a nuestra forma de

pensar. La evidencia científica sugiere que incluso un poco de aprendizaje musical puede dar forma a cómo se desarrollan los cerebros, la mejora de la capacidad de diferenciar sonidos y el habla.

Metodología

Este trabajo pretende recoger la experiencia de formar a personas adultas con el método Dalcroze a través una historia de vida. Para ello me desplazé a la localidad castellonense Vall de Uxó, dónde reside la protagonista de nuestra historia. El escenario de la conversación fue el propio salón de su casa. Antes de charlar hice todo el preparativo para inmortalizar aquel momento, con una cámara de video y una grabadora de voz, además de tener a mi alcance papel y boli para anotar todo aquello relevante. Llevé una hoja con preguntas pero mi intención no era abordarla con las mismas, creo que de haberlo hecho así, se hubiera perdido la espontaneidad de la entrevista. Fui todo oídos, tan solo intervine un par de veces para reconducir o tratar de profundizar en aspectos relevantes para mi investigación.

Posteriormente transcribí toda la entrevista a papel, para poder ir seleccionando los fragmentos que me iban a ser útiles para este trabajo, no sin antes consultarle a la protagonista si mi transcripción había sido la correcta y estaba de acuerdo con todo.

La persona que protagoniza la historia de vida se llama Carmen, docente de educación infantil, ahora mismo es una persona activa y con gran interés en seguir formándose. En la actualidad es alumna de un curso específico de música para formación de personas adultas. El curso pretende fomentar la iniciativa del sujeto que ha decidido volver a retomar o ampliar su formación para convertirlos en ciudadanos activos, con capacidad de decidir y participar en acontecimientos adaptados a la actualidad. La metodología que se emplea se caracteriza por ser más práctico y vivencial que el método tradicional y los conocimientos teóricos los aprende con la práctica. Las clases se dan en el conservatorio, aunque el programa no depende de allí y los cursos no equivalen a los estudios de ningún ciclo oficial. En clase estudian un poco de solfeo, preparan algunas canciones con instrumentación Orff, el piano y los instrumentos que tocan algunos alumnos. La instrumentación Orff se divide en tres clases; en madera: claves, caja china, castañuelas, maracas, temple block, güiro; en metal: plato, triángulo, sonajas, cascabeles, crócalos; y en parche: timbal, pandero, pandereta, bongoes, bombo.

Finalmente la historia de vida ha resultado muy útil para fomentar el trabajo, al ser un método cualitativo la base de análisis ha sido la propia opinión de la protagonista y el análisis posterior para interpretar los aspectos más relevantes del método Dalcroze.

Resultados

Hablando abiertamente sobre el método Dalcroze, se puede extraer del siguiente fragmento que se trata de una metodología innovadora que puede utilizarse en todas las edades. Ciertamente deben existir unas diferencias y adaptaciones para cada etapa pero su fundamento y objetivos son comunes para ambos grupos. Las clases del solfeo se caracterizan por tener un grado mayor de exigencia musical para el alumno, en este caso con este método el apartado práctico tiene un peso más importante respecto a la teoría, cosa que agradecen los propios alumnos. Los más pequeños suelen estar más acostumbrados a la realización de ejercicios y a mostrar estas habilidades frente a sus compañeros por el contrario las personas adultas son más reacias a mostrarse en público. Esta metodología es una buena forma para conocerse mejor entre los propios compañeros y empatizar con mayor brevedad.

“Hay material Orff comprado expresamente para el curso, la metodología que utiliza la profesora es el método Dalcroze, el cual es muy dinámico, no es la típica clase de solfeo, tanto para los niños como para los adultos este método es adecuado y fácil de comprender.” P

1. L. 15.

No solo se necesita una metodología innovadora sino también de una docente con ganas de realizar cosas nuevas. Es la necesidad de mantener la atención del alumnado implica utilizar un método donde se dinamiza tanto acciones como explicaciones. Evidentemente como mejor se aprende el ritmo es con el movimiento, de nada sirve estar sentado y tratar de entender este concepto en un libro, por eso todas las actividades referentes al ritmo se hacen de forma práctica incluyendo materiales como el material Orff.

“...trabajamos por ejemplo el ritmo, muchas veces estamos acostumbrados a ver como el compás es marcado por una mano, pues nuestra profesora ella lo hace con las dos manos; todo gira alrededor de ir aprendiendo los contenidos musicales con experiencias prácticas.” P 1. L. 21.

Cuando alguien espera algo con entusiasmo es porque pretende disfrutar el momento, en este caso es excepcional que el hecho de acudir a un curso, no signifique una obligación, esto hace pensar que la metodología empleada no puede ser mejor. La motivación a la hora de formarse es fundamental, si el docente cuida este detalle tendrá mucho ganado. Pero no podemos olvidar el factor ambiente, si el grupo humano está diluido esto pasará factura en el aprendizaje global, en este caso el grupo se puede tildar de muy bueno, ya que lo forman hombres y mujeres de diferentes edades, con el objetivo de aprender y compartir este deseo con el resto de sus compañeros.

“...el alumnado está muy contento, el año pasado había gente que no nos conocíamos de nada e intercambiamos lazos de amistad dentro de la clase, era un momento muy agradable, tanto que era así que esperaba con gran entusiasmo que fuera miércoles para ir a música, la cual cosa significa que me lo pasaba muy bien...” P 2. L. 35.

Obligar a algo o alguien siempre conlleva cierto grado de irritabilidad para la persona que lo sufre, en esta etapa la formación ya no va enlazada con el término obligación como pasa en etapas anteriores, ahora la motivación personal y las ganas de expandir los propios conocimientos son factores imprescindibles para seguir aprendiendo.

“...en la etapa adulta estás más motivado, ya que no es por obligación, de joven piensas en sacarte una titulación pero cuando eres más mayor es porque te apetece, estás más motivado y lo cual te hace que tengas ganas de hacerlo” P 2. L. 44.

La música y más concretamente el método Dalcroze potencia muchas áreas de nuestro cerebro, el ejemplo está cuando se realiza una actividad práctica como puede ser en este caso el ritmo, el alumno pone en “funcionamiento” la agudeza mental, ya que no solo se trabaja el ritmo en este caso si no otras habilidades como interpretaba la alumna en la historia de vida.

“...es fabuloso como una actividad que estas disfrutando a la misma hora te está haciendo pensar, coordinar, agilizar la memoria...” P.3. L. 75.

Según la Hipótesis del Período Crítico, postulada por E. Lenneberg (1967) dice que el cerebro se vuelve menos receptivo a la nueva información, haciendo más difícil el aprendizaje. Pero la dificultad en este caso se puede contrarrestar con la ventaja que parten las personas adultas al tener más desarrollados sus sistemas cognitivos y el grado de experiencia siendo este vital y de gran ayuda para afrontar nuevos conocimientos,

“...cierto es que pasados los años cuesta más estudiar que cuando eres joven, a nivel neuronal el cuerpo no es el mismo, el cerebro le cuesta más, cuesta más empezar cosas nuevas...” P 2. L. 45

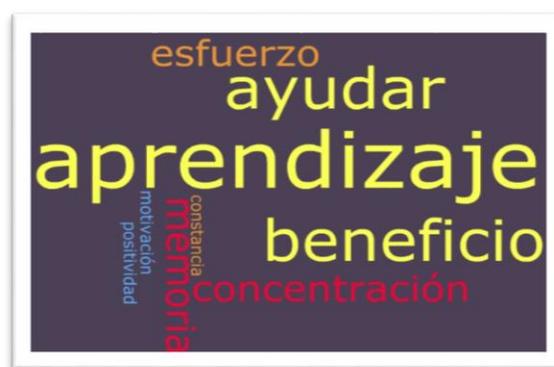
Lo decía en su día Bob Marley cuando afirmaba aquello de “Una cosa buena que tiene la música, es que cuando llega, te olvidas de los problemas.” La música es una consejera de vida, que es capaz de exaltar los sentimientos de una persona y empequeñecer los problemas que nos rodean. En definitiva es una herramienta extraordinaria y útil para nuestro día a día.

“...estás en clase y desconectas, es como si te evadieras a otro mundo, al ser aprendizajes nuevos tienes que estar muy concentrada, por ejemplo cuando marcábamos el ritmo con el cuerpo, nos hacía al mismo tiempo mirar, repetir...” P 3. L. 78

Una medicina natural llamada música, perfectamente esta frase podría ser el título de un libro, pero en este caso es el resumen de lo que venía contando en la entrevista la alumna. La música aporta una serie de beneficios a la propia persona que está en contacto con ella, ya sea por el placer de escucharla, de interpretarla o aprenderla.

"...podría decir que me sirvió como terapia, como ese relax que tanto necesitaba, ya que acudir al curso era acudir a un sitio agradable con gente que me aportaba positividad, otro aspecto a destacar sería la mejora a nivel de atención, de la memoria y la concentración, cuando haces una cosa diferente y más si hablamos de la música que trabaja muchos aspectos que otra áreas no trabajan, acaba aportando muchos aspectos positivos en tu vida." P 3. L. 61

Son destacables una serie de palabras que repetía con cierta frecuencia. Para ejemplarizarlo mejor he creado una nube de palabras, en ella se observan algunos conceptos interesantes como puede ser la palabra beneficio, interpreto que todo el proceso de su aprendizaje lo valora como algo positivo para su vida, también menciona al esfuerzo, la concentración y la constancia, señalaba que a su edad se requiere un mayor grado de implicación con estos conceptos, también algo que destaca es la positividad, en mi opinión ella rebosaba positividad, puedo afirmar esto porque transmitía mucha energía positiva, su constante sonrisa a lo largo de la entrevista ponía de manifiesto que era una persona con una gran autoestima, hablaba con entusiasmo de su trabajo, con admiración de sus dos hijas y con un compromiso firme de seguir adelante con todos sus proyectos.



(Nube de palabras extraídas de la historia de vida)

Conclusión

Este trabajo me ha permitido comprobar la necesidad de apostar por el aprendizaje a lo largo de la vida, la educación no tiene límites, no deberíamos nunca de dejar de aprender. A lo largo de este trabajo he tratado de mostrarle al lector los avances que ha experimentado la formación de personas adultas y la necesidad de seguir apostando por ella.

El método Dalcroze, me ha parecido muy interesante, sin duda para una persona que no tiene unos conocimientos musicales demasiados elevados, es una de las mejores formas para adentrarse en la música. Pero he observado que no es solo aprender música o llegar a tocar un instrumento, sino también disfrutar, relacionarse, reír, sentir, desconectar... la satisfacción es absoluta tanto para el docente como para el alumnado.

Mi intención ha sido poner de manifiesto la gran labor que se está llevando en la formación de personas adultas mediante la música, sus beneficios son extraordinarios, destacando la utilidad en ámbitos neurológicos, psicológicos y sociales. Con el fin de ofrecer una propuesta realista, he procurado tener presente en todo instante la opinión de la protagonista de la historia de vida que he enlazado con el trabajo, siendo un testimonio real del aprendizaje.

A modo de conclusión diré que el aprendizaje no termina en una etapa concreta, sino que debe extenderse a lo largo de toda la vida. La educación permanente se ha convertido en un derecho de todas y cada una las personas. Quizás algún día el aprendizaje a lo largo de la vida sea una opción y no una propuesta, un beneficio y no un desembolso, una realidad y no una meta.

Para terminar, y a modo de reflexión final, citaré una frase con la cual no podría estar más de acuerdo, "Hay que dar vida a los años que la vida da de más." (Martí, 2012)

Bibliografía

- Arcas, B. (1990). La profesionalización de la educación de personas adultas.
- Arjona, Á. y Checa, J. C. (1998). Life stories as a method of approach to social, *Gazeta de Antropología*, vol.14. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10481/7548>
- Ayuste, A., Ferrer, M., Formariz, A., & Rovelo, F. (n.d.). La formación básica de personas adultas: imaginario social, aproximación teórica, organización democrática.
- Barcelona, U. D. E. (n.d.). Les fonts orals i audiovisuals en la història de l' educació Innovació i recerca.
- Cortés, P., Samaniego, C. y Barandiarán, A. (2005). Un estudio sobre las historias de vida de los sujetos mayores. *Intervención Psicosocial*,
- Espejo, R. y Le Grand, J.-L. (2010). Historias de vida, investigación y crítica existencial. *Cuestiones Pedagógicas*.
- Sanz, E. (n.d.). Hay actividad cerebral después de la muerte. (2015). Recuperado de <http://www.muyinteresante.es/salud/articulo/hay-actividad-cerebral-despues-de-la-muerte-281376388374>
- Francisca, M. y González, R. (n.d.). La educación de adultos: Principal impulsora de la educación permanente.
- Ganadores, P. (2008). Creación y Producción en Diseño y Comunicación.
- González, J. (1996). Las historias de vida: aspectos históricos, teóricos y epistemológicos. *Cuestiones Pedagógicas: Revista de Ciencias de La Educación*.
- López, S. (2010). Historia de vida de buenos profesores: experiencia e impacto en las aulas. *Revista de Currículum Y Formación Del Profesorado*, 14.
- Marchesi, A. (2000). ¿Equidad en la educación? Recuperado de: <http://www.rieoei.org/rie23a04.htm>
- Marín, D. (2013). El desarrollo de la autonomía y la responsabilidad en Educación Especial. Cuadernos de Pedagogía. Extraído de: <http://www.cuadernosdepedagogia.com/Content/Inicio.aspx>
- Martí, M. y Sánchez, M. (2010) “El aprendizaje a lo largo de la vida: una propuesta de futuro”. Xàtiva. Edicions el Crec.
- Martí M y Vernia A. (2014). La eurítmica como herramienta significativa para la prevención del alzhéimer en adultos mayores en *Innovaciones y propuestas*, vol.2.
- Montoya, J.M. (2002). Educación de las personas mayores. Madrid: UNED
- Ocaña, A. (2011). II Jornadas de Historias de Vida en Educación Sujeto, diálogo y experiencia, Málaga.

Pascual, A. (2000). Educación de las personas adultas: hacia una sociología curricular. Madrid: Narcea

Permanente, E. (2009). "La educación de adultos".

Pineau, G. (2009). Las historias de vida como artes formadoras de la existencia, 247–265.

Puig, M. (2006). La Educación De Adultos En Europa. Recuperado de: <http://tdx.cat/bitstream/handle/10803/9700/marti.pdf?sequence=1>

Pretto, A. (2011). Analizar las historias de vida: reflexiones metodológicas y epistemológicas. Tabula Rasa.

Sarrate Capdevila, M. y Pérez de Guzmán, M. (2005). Situación Actual Y Propuestas De Futuro.

Vasilachis, I. (2009). Los fundamentos ontológicos y epistemológicos de la investigación cualitativa. Recuperado de <http://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/1299/2779>

Vernia, A. M. (2011). Evitar la exclusión en adultos: La educación musical para adultos en un contexto adecuado

Vernia, A. M. (2014). The Eurythmic as a Tool to Enhance Memory. Activities against Alzheimers. Science Journal of Education. Recuperado de: <http://doi.org/10.11648/j.sjedu.20140203.11>

Vernia, A. M. (n.d.). Lenguaje musical para adultos.

Vernia, A. (n.d.). Anna M. Vernia. Recuperado de <http://annavernia.wix.com/annavernia>

Historia de vida



¿Quieres que te cuente el por qué me apunte? A mi desde siempre me ha gustado mucho la música, de pequeña no tuve la oportunidad de formarme en el ámbito musical, un día al llevar a mi hija al conservatorio, vi que ofertaban un curso de formación de personas adultas de los que ya llevaba tiempo interesada, el curso que había anunciado era de enseñanza de música para adultos, y pensé que este era sí que era mi oportunidad, era basado sobre el método Dalcroze, no dude en apuntarme, la verdad que siempre me ha gustado mucho la música y siempre que entro en un conservatorio admiro a las músicos que cogen un instrumento y se expresan mediante el mismo.

En este curso las clases se dividieron en dos grupos, la gente que sabía algo de música y otro grupo que partía de cero o como mucho sabían las nociones básicas que se estudian fuera del conservatorio como por ejemplo los conocimientos que había adquirido en la carrera de magisterio.

Hay material Orff comprado expresamente para el curso, la metodología que utiliza la profesora es el método Dalcroze, el cual es muy dinámico, no es la típica clase de solfeo, tanto para los niños como para los adultos este método es adecuado y fácil de comprender, ya que cuanto más mayor te haces más te cuesta asumir cosas nuevas.

Básicamente lo que más se puede destacar de las sesiones es la práctica, trabajamos por ejemplo el ritmo, estamos acostumbrados muchas veces a ver como el compás es marcado por una mano, pues nuestra profesora ella lo hace con las dos manos; todo gira alrededor de ir aprendiendo los contenidos musicales con experiencias prácticas. Una de las primeras cosas que hacemos es calentar la voz, ensayamos ritmos, hacemos movimientos y por supuesto trabajamos las canciones, el modo de aprenderlas puede variar, algunas veces aprendemos mediante la repetición y seguidamente nos ayudamos de la partitura o viceversa, mi opinión es que está muy bien, sus clases son sobre todo muy dinámicas.

En nuestro grupo hay personas de todas las edades, hay gente bastante joven pero también gente con edad más avanzada, las clases son muy amenas, la gente se adapta muy bien, nuestra profesora Anna repite muchas veces la frase “sabéis más de lo que creéis”, como he dicho antes su metodología se intensifica con la práctica, pero sin obviar la teoría, recuerdo cuando nos hace un dictado musical y nosotros somos algo reacios a ello, pero es incluso esta actividad es amena, el alumnado está muy contento, el año pasado había gente que no nos conocíamos de nada e intercambiamos lazos de amistad dentro de la clase, era un momento muy agradable, tanto que era así que esperaba con gran entusiasmo que fuera miércoles para ir a música, la cual cosa significa que me lo pasaba muy bien, este año seguimos por la misma dirección, hemos perdido algunos compañeros por motivos laborales que les impedían ir con normalidad a clase, pero la dinámica es la misma y vamos aprendiendo cosas nuevas y ampliando nuestros conocimientos.

Las diferencias que he encontrado a la hora de mi formación del pasado y la actual es que cuando decides hacer algo en la etapa adulta estás más motivado ya que no es por obligación, de joven piensas en sacarte una titulación pero cuando eres mayor es porque te apetece, estás más motivado y lo cual te hace que tengas ganas de hacerlo, cierto es que pasados los años cuesta más estudiar que cuando eres joven, a nivel neuronal el cuerpo no es el mismo, el cerebro le cuesta más, cuesta más empezar cosas nuevas, por ejemplo si tienes base musical reengancharte no es lo mismo que si no tienes, yo en esta circunstancia conocimientos de solfeo no tenía y la formación musical en la carrera de magisterio era muy tradicional y no es la misma que se da en un conservatorio lo cual fue un pequeño obstáculo a la hora de decidir formarme en el ámbito musical, a modo de ejemplo recuerdo al principio cuando me sentaba frente al piano y quería interpretar una pieza musical que nos había mandado la profesora y a mí me costaba tres o cuatro días en dominarla, por el contrario se sentaba mi hija de 11 años que está más sagaz y está formándose musicalmente y en poco tiempo es capaz de interpretar

la pieza, o sea que la diferencia de edad se nota pero pienso que la motivación es un factor en este caso que hace equilibrar el aprendizaje.

El decidir apuntarme a este curso a mí me ha aportado mucho a nivel personal, yo creo que cuando eres adulto el aprendizaje de nuevos conocimientos es por gusto, por ganas de formarte un poco más, al fin y al cabo es crecimiento personal, a mí me fue muy bien ya que durante esta época había pasado algún que otro altibajo emocional y la verdad es que me ayudo, podría decir que me sirvió como terapia, como ese relax que tanto necesitaba, ya que acudir al curso era acudir ir a un sitio agradable con gente que me aportaba positividad, otro aspecto a destacar sería la mejora a nivel de atención, de la memoria y la concentración, cuando haces una cosa diferente y más si hablamos de la música que trabaja muchos aspectos que otra áreas no trabaja la te acaba aportando muchos aspectos positivos en tu vida.

Inconvenientes como tal no podría señalar ninguno, lo único que se podría decir es el tiempo que pasas en el conservatorio y lo cual hace tener menos tiempo para otras cosas del día a día pero realmente no lo tildaría como desventaja porque si haces una cosa que te gusta al fin y al cabo estás disfrutando.

De vuelta a los aspectos positivos que aporta la música, es fabuloso como una actividad que estas disfrutando a la misma hora te está haciendo pensar, coordinar, agilizar la memoria...estás en clase y desconectas, es como si te evadieras a otro mundo, al ser aprendizajes nuevos tienes que estar muy concentrada, por ejemplo cuando marcábamos el ritmo con el cuerpo, nos hacía al mismo tiempo mirar, repetir... lo cual hace que te aisles totalmente, no estás pensando en el día a día, los problemas que puedas tener o esa complicación que te ha surgido inesperadamente, todos tus pensamientos van acorde de la música.

En este sentido a mí me ha ido muy bien, no solamente a mí sino a todos mis compañeros. Se trabaja mucho la autoestima, por ejemplo hay compañeros que se habían quedado sin trabajo, y le ha ayudado mucho este curso. La profesora lo hace muy bien porque se nota que lo vive, que le gusta y eso se transmite a los alumnos, cuando un profesor te transmite ese gusto por lo que hace, eso se nota y te acaba contagiando.

En referencia a si todas las personas están capacitadas para afrontar este curso yo diría que sí, yo por ejemplo no tengo conocimientos previos y hay gente más rítmica que otra, pero la metodología impartida por la maestra hace que durante todo el tiempo se

aprenda. Solo se necesita de constancia, todo el mundo está capacitado, claro a lo mejor uno avanza más pero lo importante pero es sumar.

El método Dalcroze no lo conozco demasiado, pero en la práctica está realmente bien, incluso yo lo aplique, el año pasado estaba en educación infantil, ahora estoy en educación primaria, como me gusta tanto la música y ya que en educación infantil los niños y niñas no tienen especialista de música, siempre dejaba algún momento de música en clase y aplicaba algunas nociones básicas que hacíamos en clase, de melodía, entonación, cuerpo ritmo, manos pies... Me ha servido para mi trabajo.

Para combinar ocio, estudios y trabajo cada persona lo tendrá montado de una manera, yo le dedico tiempo a muchas cosas, trabajo, casa, familia... a veces queremos abarcar muchas cosas y no es fácil, lo que pasa es que hay que priorizar, si una cosa te aporta un beneficio, me agrada, me relaja y me va bien, no resulta un esfuerzo dedicarle un poco de tiempo, en realidad hablo de tiempo pero no es demasiado ya que nosotros hacemos una clase de hora y media a la semana, yo escogí piano y está claro que si quieres avanzar tienes que practicar un poco, pero aun así tampoco es demasiado tiempo la hora y media semanas y los 15-20 minutos diarios de práctica en casa, a veces vas de cabeza pero vale la pena.

Respecto al ámbito familiar mis hijas están acostumbradas a verme hacer cosas y seguir formándome, no he hecho otra carrera u otra titulación pero sí que soy inquieta y sigo formándome en cursos y sobre todo cosas que me gustan, este curso les agrado porque veían que cuando llego a casa vengo muy contenta y eso a la familia le reporta un beneficio, es un buen motivo para ocupar ese tiempo que no estás en casa y necesario a nivel personal, es importante cuidar este espacio.

Por lo que atañe al ámbito neuronal sí que considero que cuesta más formarse en la edad adulta, noto diferencia, yo por ejemplo cuando me preparaba para las oposiciones que ya era más mayor notaba diferencias con etapas anteriores, he experimentado que cuanto más tiempo transcurre más cuesta la formarse, no tienes la misma facilidad, no soy una persona pasiva, ni de las que se deja y no vuelve a estudiar pero sí que cuesta más coger las cosas; sobre todo la música a veces tiene apartados dentro del aprendizaje de la misma que son más costosos, además era una cosa nueva para mí, en este sentido note que me costaba un poco, hay cosas que te cuestan entender porque la música es diferente a otra materia, no es lo mismo leer un libro, hacer el resumen y entender las ideas principales.

Considero que la formación en general es una oportunidad que se debe disfrutar a cualquier edad, la razón que daría, para convencer a una persona que en estos momentos no está formándose, sería contarle lo que me paso con una compañera de trabajo que cuando me voy a clase de música me dice “me tengo que apuntar contigo porque vienes con una cara de alegría a trabajar” y es que cuando haces una cosa que te gusta, disfrutas de ella y eso se acaba notando y contagiando. A mí me ha aportado muchas cosas positivas me pareció y me sigue pareciendo interesante y en definitiva me gusta lo que hago y lo recomendaría a cualquier persona.