



EDUCACIÓN Y PEDAGOGÍA

**DESARROLLO DE LAS HABILIDADES
PERSONALES ORIENTADAS A LA MEJORA DE LA
INTERPRETACIÓN SAXO FONÍSTICA EN PÚBLICO:
REVISIÓN DE DISTINTAS FUENTES**

**DEVELOPMENT OF PERSONAL SKILLS ORIENTED TO IMPROVING SAXOPHONISTIC
INTERPRETATION IN PUBLIC: REVIEW OF DIFFERENT SOURCES**

Raúl Lledó Valor

Universidad Católica San Antonio de Murcia

RESUMEN

La interpretación en público provoca situaciones de estrés, sentimientos de frustración y ansiedad. Actualmente, proliferan las investigaciones centradas en la ansiedad y el miedo escénicos de los músicos; aunque, las investigaciones sobre metodologías específicas para afrontarlas desde el aula instrumental son prácticamente inexistentes. El objetivo principal de esta investigación es mostrar la necesidad de diseñar un programa que permita afrontar el control emocional desde el aula de Saxofón, todo ello a través de una búsqueda bibliográfica y de una revisión de las opiniones al respecto de las fuentes más directas (profesorado y alumnado). Solo así se podrán concretar propuestas de sistematización metodológica orientadas al dominio de determinadas habilidades personales beneficiosas para interpretar en público. Los resultados muestran dicha necesidad y, mediante este programa, se busca que el alumnado pueda canalizar y dirigir sus emociones ante la puesta en escena, gestionando estas para obtener una considerable mejora en la interpretación.

PALABRAS CLAVE

Enseñanzas Profesionales, habilidades personales, Saxofón, Música

ABSTRACT

Performing in public causes stressful situations, feelings of frustration and anxiety. Currently, research focused on the stage anxiety and fear of musicians is proliferating; although, research on specific methodologies to face them from the instrumental classroom are practically non-existent. The main objective of this research is to show the need to design a program that allows facing emotional control from the Saxophone classroom, all through a bibliographic search and a review of the opinions regarding the most direct sources (teachers and students). Only in this way will it be possible to specify methodological systematization proposals aimed at mastering certain beneficial personal skills to interpret in public. The results show this need and, through this program, it is intended that the students can channel and direct their emotions before the staging, managing these to obtain a considerable improvement in the interpretation.

KEYWORDS

Professional Teaching, Personal Skill, Saxophone, Music

INTRODUCCIÓN

La interpretación en público es el fin primero y último de las personas que se forman como músicos en los Conservatorios de Música. Si se atiende a esto y se considera como objetivo principal, problemas como la ansiedad y el miedo escénico que puedan sentir ante la actuación podrían considerarse completamente fuera de lugar. Ahora bien, las numerosas investigaciones relacionadas con esto que se han venido publicando a lo largo de las últimas décadas (Dalia, 2004; Condado, 2004; Nagy, 2014), dan fe de la considerable notoriedad que está adquiriendo esta problemática. Lo que se está convirtiendo cada vez en un problema mayor que parece imposible de atajar es el hecho de que esta ansiedad, de que este miedo escénico surja durante los estudios realizados en los Conservatorios Profesionales de Música.

Desde nuestra experiencia formativa, profesional e investigadora, se ha terminado por llegar a la conclusión de que es necesario indagar en las raíces de estos problemas, siempre desde el aula instrumental y con el propio instrumento. Solo desde planteamientos pedagógicos novedosos relacionados con la gestión emocional, con el descubrimiento de nuestras propias habilidades emocionales, personales e interpretativas, se podrán plantear propuestas metodológicas consecuentes con las carencias y fortalezas del alumnado de Saxofón, que podrá así resolver estos problemas.

Teoría y práctica deben darse la mano, en aras de ofrecer la mejor solución o, quizá mejor, las mejores propuestas para enfrentarse a la actuación en público de forma positiva y libre de miedo y/o ansiedad. Sánchez y Fernández (1994) han investigado sobre la presión y el bloqueo que pueden surgir durante la interpretación en público, pero deben empezar a ofrecerse soluciones a esto, puesto que ya ha sido ampliamente estudiado que hay un problema real que puede llegar a incapacitar al intérprete. Se necesita ofrecer líneas de actuación didáctica para el aula de Saxofón, que ofrezcan soluciones a los problemas emocionales que pueden aparecer cuando se interpreta en público, siempre desde aquello que el músico necesita a nivel personal para hacerle frente: es decir, el trabajo de unas habilidades personales que tengan especial reflejo en unas habilidades interpretativas propias del saxofonista, en este caso.

Las respuestas obtenidas entre el alumnado y profesorado de Conservatorios de Grado Profesional de Música reflejan su incapacidad para hacer frente a las emociones derivadas de la interpretación en público. Por tanto, de las entrevistas se deduce que, el primer paso estaría en aprender a controlar las emociones negativas que surgen con la interpretación; seguido del trabajo y la maduración de unas determinadas habilidades personales (Lledó, 2016): el autoconcepto, el autocontrol, la automotivación y la empatía.

Atendiendo a todo esto, el objetivo de esta investigación se ha centrado en demostrar la carencia del trabajo de las habilidades personales en los Conservatorios de Música, mediante entrevistas a los principales agentes del proceso de enseñanza/aprendizaje (discente y docente), así como mediante una revisión teórica. Solo mediante una triangulación de la información que parta del análisis teórico, además del acercamiento a la realidad de las aulas a través de las entrevistas a las fuentes más directas para el estudio de la didáctica instrumental, se podrá conocer qué necesita el alumnado atendiendo a la situación real de las aulas. Eso sí, sin olvidar que el profesorado necesita abastecerse de recursos para poder atender al alumnado en cuanto al manejo de la interpretación en público; de ahí, las pautas finales incluidas en este documento.

DESARROLLO

Se ha realizado una investigación descriptiva y de tipo bibliográfico. Atendiendo a la primera, se ha pretendido mostrar la clara carencia del estudio de las habilidades personales en los Conservatorios de Música, a raíz de las entrevistas realizadas. Atendiendo a su naturaleza analítica, ha venido dada por la recopilación de la información mediante las encuestas realizadas al alumnado. Asimismo, proporciona una base de conocimiento para llevar a cabo otra investigación cuantitativa, tal y como se verá más adelante con los datos obtenidos de las entrevistas, así como de las fuentes bibliográficas consultadas. Además, se han seguido las directrices de la investigación correlacional, puesto que se ha llevado a cabo para medir dos variables: habilidades personales y éxito interpretativo en público.

De manera que, el principal objetivo ha sido encontrar la relación existente entre el desarrollo de las habilidades personales durante

la interpretación en público y el éxito de este señalando, asimismo, la carencia del trabajo de estas habilidades en los Conservatorios de Música. Todo esto a raíz de la información obtenida bibliográficamente y de los datos del profesorado y del alumnado. La triangulación de datos cuantitativos y cualitativos vendrían a confirmar la validez de los resultados obtenidos.

Revisión teórica sobre emociones

Música y emociones es una temática que ha ido viendo aumentadas sus publicaciones relacionadas. Ahora bien, no son tan numerosas cuando se trata de investigaciones desarrolladas en el ámbito de los Conservatorios de Música: Moreno (2003), Albornoz (2009) y Meyer (2001) son algunos de los escasos ejemplos. Aunque, si se da un viraje hacia la psicología, las investigaciones sobre inteligencia emocional en los espacios formativos musicales (bien de Enseñanzas Profesionales o Superiores), sí pueden encontrarse en mayor número como, por ejemplo, las de Berrocal y Pacheco (2004) y Conangla (2004). No obstante, aunque puedan encontrarse cada vez en mayor número y en relación con las enseñanzas musicales, no se cuenta con ninguna centrada en un posible marco metodológico que pueda dar muestras de cómo enfocar esta problemática del trabajo emocional desde el aula instrumental. Así pues, no puede terminar de abordarse la cuestión de cómo enfrentarse al miedo y la ansiedad escénica si, previamente, no se han trabajado las emociones en el aula de instrumento.

La causa de esta falta de investigaciones de especialistas en el área musical para dicha área puede ser el perfil formativo del titulado en Música. Extendería los márgenes de esta investigación el comentar la continua denuncia del profesorado con el Título Superior de Música sobre la equivalencia o conversión en Grado de sus titulaciones superiores. Pero, resulta lícito considerar que una cosa pueda llevar a la otra: el acceso a estudios de postgrado por no tener dicho estatus era más complicado hace una década. Afortunadamente, esto ha ido cambiando gracias a la profusión de estudios de Máster y Doctorado en didácticas específicas, teniendo cabida los titulados superiores. Incluso, algunas de las Tesis Doctorales consultadas, han sido realizadas interdisciplinariamente con áreas de psicología: Balsera (2005), Ramos (2009) y Bernard (2015). Ahora bien, ninguna de ellas estaba centrada en el Saxo-

fón, por lo que sigue quedando demostrada la necesidad de promover investigaciones relacionadas con esta especialidad instrumental, orientada a conformar todo un corpus científico-técnico que dé mayor presencia científica al titulado de estos Conservatorios Superiores de Música.

Siguiendo este camino de las investigaciones doctorales, v Condado (2004), Orobiogioicoechea (2012), Rosenfeld (2010) y Nagy (2014), han centrado su interés en cómo controlar el miedo escénico del intérprete. No obstante, insistimos en el hecho de que no hay investigaciones previas que se hayan centrado en el desarrollo de habilidades específicas desde las aulas de formación, con su consiguiente desarrollo práctico para dar solución a las problemáticas emocionales derivadas de la posible interpretación en público. Y, obviamente, mucho menos en relación con nuestra especialidad instrumental, lo que dota de especial relevancia a los resultados aquí presentados que se han concretado en las pautas propuestas en epígrafes siguientes.

Autores como Moreno (2003) y Cabrera (2003) han investigado sobre la importancia de la discriminación de los estados anímicos y las posibilidades que ofrece al intérprete el aprender a usar esta información como una forma de guiar sus actuaciones musicales. Por su parte, Balsera (2005) ha centrado su atención en el trabajo emocional desde el Conservatorio de Música, llegando a señalar los amplios beneficios de seguir los postulados de Goleman (1999) sobre la inteligencia emocional: mejoras en la habilidad instrumental, mejoras en la sensibilidad auditiva, mejoras en la autonomía interpretativa y mejoras a nivel comunicativo. Aunque, nuevamente, ninguno de los autores citados termina de concretar didáctica o metodológicamente sus observaciones sobre los problemas derivados de la interpretación y los beneficios del control emocional. El profesorado necesita recursos didácticos con éxito demostrado que puedan adaptarse a sus propios espacios educativos, atendiendo a su contexto y características propias.

En este sentido, investigaciones como las de Bernad (2015) ya irían acercándose más a lo comentado: presta especial atención al profesorado como principal responsable del proceso formativo general y emocional del alumnado. Atendiendo a esto, propone un programa para capacitarles profesionalmente, a partir de unas

técnicas que aporten beneficios emocionales al alumnado. Y, esta vez sí, su investigación está centrada en el alumnado de los Conservatorios de Música. Estaría más cercano a lo pretendido desde nuestra investigación, pero desde aquí se hablaría de habilidades personales específicas para la interpretación en público, más allá de centrarse en el mero desarrollo de la inteligencia emocional del músico.

Como se ha comentado anteriormente, las referencias al miedo escénico son muy numerosas (Dalia, 2004; Dalia y Pozo, 2006), lo que ha permitido ir dando forma a un nuevo campo de interés para el área musical en clara relación con el área psicológica. Derivado de esta amistad interdisciplinar, se han publicado multitud de Tesis Doctorales en relación con la inteligencia emocional y la Música en las Enseñanzas Artísticas: por ejemplo, Berrocal y Pacheco (2004), Galindo (2005) o Salmurri (2004). La relativa o aparente facilidad para publicar en esta línea, viene debida a la estrecha relación entre Música y emoción señalada por autores como Koelsch (2012).

Revisión teórica sobre habilidades personales

Cuando se habla de habilidades en relación con la Música, se tiende a pensar en ellas como referidas a la mayor o menor facilidad o predisposición a la interpretación musical, en la línea del talento o de la práctica diaria (Malbrán, 2003); o bien referidas a la audición (Shifres y Holguín, 2015); o, incluso, a nivel específico musical (Sebastiani y Malbrán, 2003). Sin embargo, desde esta investigación, se pretende conducir el concepto hacia aquellas cualidades que debe trabajar el intérprete para enfrentarse al público.

Entre los principales autores que han investigado sobre habilidades personales en el ámbito formativo-profesional de la Música, destaca Conangla (2004), quien define una serie de habilidades que deben estar en posesión del intérprete a la hora de enfrentarse al público: el autoconocimiento, el autocontrol, la automotivación y la empatía. Estas habilidades han sido tomadas como punto de partida para conformar las pautas didácticas en el aula de Saxofón, que lleven a afrontar positivamente la interpretación en público.

En relación con estas habilidades, Vera, Cantos y Arrebola (2012) consideran que el auto-

concepto es una habilidad que delimita (tanto positiva como negativamente) la interpretación musical, puesto que la satisfacción propia ante la interpretación será la que determine qué autoconcepto tiene el intérprete. Sin embargo, siguen sin observarse pautas didácticas para su trabajo desde el aula instrumental.

En cuanto a la automotivación, Lindenfield (1998) ha señalado que es la habilidad que posibilitará que el alumnado supere las posibles dificultades interpretativas sobre el escenario.

No se han encontrado investigaciones centradas en la habilidad del autocontrol, referida a las interpretaciones en público. Es una habilidad tradicionalmente asociada a las investigaciones del ámbito de la Educación Especial (TDAH, etc.).

Finalmente, en cuanto a la empatía, desde esta investigación, ha sido considerada como la más relevante de entre las mencionadas por Conangla (2004). Chapin, Jantzen, Scott, Steinberg y Large, (2010) consideran que la comunicación que se produce durante la interpretación musical entraría en la categoría de proceso empático: tendemos a ponernos en el lugar del otro cuando interpreta, es decir, sentimos el dolor o la alegría que transmite/comunica su interpretación. De hecho, Meyer (2001), incluso señala que, el bagaje personal de cada oyente permite que la experiencia auditiva culmine en cierto grado de afecto ante la interpretación escuchada. Pero, nuevamente, las investigaciones se quedaban en mostrar efectos, causas, consecuencias, etc., de esa relación música-psicología-emociones, sin especificar posibles directrices para formar al alumnado desde los Conservatorios de Música.

No puede olvidarse que la carencia de investigaciones centradas en la didáctica, en relación con la adquisición de este tipo de habilidades citadas, no deja de deberse a la amplia y tradicionalmente extendida pedagogía imitativa de los Conservatorios de Música, que ha sido señalada por distintos autores (Bernabé y Garres, 2018). Aunque, sí han podido encontrarse algunas propuestas didácticas centradas en el desarrollo de habilidades metacognitivas (Peral y Dubé, 2012), que de forma tangencial podrían considerarse próximas a lo pretendido y presentado en estas páginas.

Entrevistas al profesorado y al alumnado

Los datos se han dividido en cuantitativos y cualitativos. En primer lugar, a nivel cuantitativo, de entre las encuestas realizadas al alumnado participante (40 estudiantes de Conservatorio de Música de Grado profesional), se extrae que el 90% sí tiene problemas para gestionar sus emociones durante la interpretación en público, frente al 10% que no tiene. Asimismo, también se extrae que, el 80% de los encuestados cree que no se les prepara en el Conservatorio Profesional de Música para afrontar con éxito la gestión y control de las emociones durante la interpretación en público, frente al 10% que opina que se les prepara de forma regular y un 10% que afirma que sí se les prepara.

¿Tienes problemas para gestionar tus emociones durante la interpretación en público?

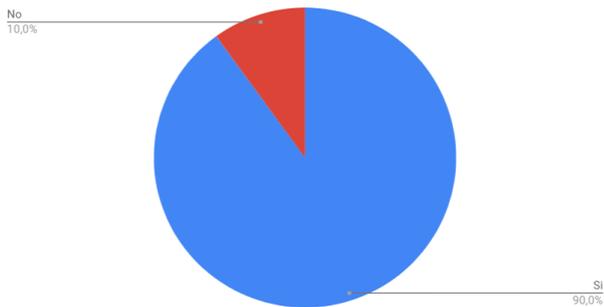


Figura 1. Respuestas alumnado pregunta 1 (Fuente: elaboración propia)

Por tanto, una vez realizadas las encuestas y publicados los resultados, se deduce que sí que hay problemas para gestionar las emociones durante la interpretación en público y que el control de las emociones durante el mismo ayudaría a garantizar un mayor éxito interpretativo, tal como afirman Moreno (2003), Albornoz (2009), Meyer (2001), entre otros. Asimismo, una gran parte de los encuestados, tanto alumnado como profesorado, cree que no se les prepara para gestionar dichas emociones, tal y como afirman investigadores como Berrocal y Pacheco (2004) y Conangla (2004).

Esto evidencia la falta de una metodología que ayude al desarrollo de estas habilidades desde el aula instrumental específica como medio de mejorar la interpretación en público, en la línea de lo argumentado por Balsera (2005),

Ramos (2009) y Bernad (2015), centrados en las habilidades personales de los intérpretes desde un enfoque próximo al de la inteligencia emocional, más psicológico que didáctico musical.

¿Durante la formación Profesional en Conservatorios de Música, crees que se os prepara para afrontar con éxito la gestión y control de las emociones durante la interpretación en público?

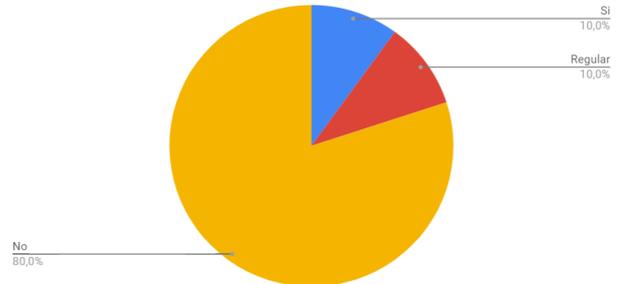


Figura 2. Respuestas alumnado pregunta 2 (Fuente: elaboración propia)

En segundo lugar, a nivel cualitativo, se han podido extraer interesantes datos de las informaciones facilitadas en las entrevistas al profesorado y alumnado. Centrémonos en los datos obtenidos en las entrevistas al alumnado, en aras de justificar los datos cuantitativos comentados en las Figuras 1 y 2.

Respecto a la primera pregunta planteada, ¿Consideras que sabes gestionar tus emociones cuando interpretas en público?, el alumnado señaló una importante distinción, pero que realmente no debería habérsela planteado: el número de público y el espacio donde se realice la interpretación pública. En este sentido, la Estudiante 1 señaló que “[...] si es para un público reducido y no es un concierto importante, normalmente lo gestiono mejor”. Autores como Bernabé y Garres (2018) han propuesto actividades de público graduado para hacer frente a este tipo de problemáticas desde el aula de Clarinete, que bien podrían aplicarse en cualquier aula instrumental.

Una estudiante llegó a señalar que “Está muy de moda la educación emocional [...] reconozco que a los alumnos nos interesaría mucho poder desarrollarla” (Estudiante 5). Aquí estaba mostrando que el profesorado no parecía interesarse en esta temática “tan de moda” en las aulas actuales, pero que no parece haber terminado de asentarse en la parte práctica de la enseñanza instrumental.

Fueron muchos los estudiantes que señalaron la frustración (Estudiante 6), la presión (Estudiante 4) y la dificultad de superación de los problemas (Estudiante 3). Todos estos pueden considerarse conceptos clave que vendrían a explicar por qué la Figura 1 muestra ese resultado. El alumnado entrevistado se veía incapaz de enfrentarse positivamente a la interpretación y, en aquellos casos que señalaron que sí podrían hacerlo, siempre incluían algún comentario que matizaría su consideración: “[...] viene condicionado por mi actitud y predisposición con la que asumo un concierto” (Estudiante 2).

Y, en cuanto a la segunda pregunta al alumnado, ¿Crees que es suficiente estudiar únicamente la partitura, o son relevantes también otros factores?, podría considerarse que sería la más indicada para reorientar las clases de Saxofón, justo en la línea de lo pretendido con esta investigación. Así pues, en las respuestas del alumnado se observaba cierta ambigüedad que venía a contradecir la claridad del porcentaje negativo de la Figura 2. Destaquemos algunas de las opiniones vertidas: “[...] nos centramos casi siempre en el estudio de la partitura, no entramos en profundidad con otras cuestiones con el profesor” (Estudiante 1) o “[...] prácticamente en las clases no se entra en mucho detalle acerca de otras cuestiones” (Estudiante 3).

Aunque otros estudiantes tenían claro que “[...] la partitura no lo es todo” (Estudiante 2), eran conscientes de que el profesorado veía más relevante la práctica técnica específica, bien por el límite temporal, bien porque no contaban con recursos pedagógicos para ello. Sin embargo, solo el estudiante 5 indicó qué sería necesario trabajar: “[...] la concentración, la seguridad en uno mismo, saber disfrutar de lo que haces”.

De especial relevancia fue la opinión de la Estudiante 4: “Es imprescindible también abordar otras cuestiones, el problema es cómo hacerlo, porque no tenemos ninguna guía [...]”. Aquí puede observarse cómo el alumnado no es que se planteara qué debía hacer el docente, sino que parecía considerar que eran ellos, por su cuenta y riesgo, quienes debían prepararse de forma autodidacta.

Así, llegamos a los datos obtenidos de las entrevistas al profesorado. Se les plantearon las siguientes cuestiones: ¿Considera que su

alumnado sabe gestionar sus emociones cuando interpreta en público? y ¿Qué aspectos relevantes cree que debería trabajar el alumnado para garantizar una buena interpretación musical en público? ¿Cree que es suficiente estudiar únicamente la partitura, o son relevantes también otros factores? Esta última pregunta, subdividida en dos, permitió conocer posibles factores que consideraban que debían trabajarse o que, directamente, ya estaban trabajando. Sobre esto último, los datos aportados por el alumnado ya iban a mostrar la fiabilidad de unas u otras informaciones.

En cuanto a la primera pregunta, en su mayoría, el profesorado señaló que: “En la mayoría de los casos detecto ciertos problemas [...]” (Docente 1), “En general, observo una tendencia a la negatividad de los pensamientos [...]” (Docente 2) y “Gestionar no, a veces algunos se toman mejor las cosas y otros peor [...]” (Docente 6). Salvo el Docente 4, que indicó que “Encuentro de todo, hay quien sí que es capaz de llevar una actitud positiva y normalmente progresa [...]”.

Es digna de destacar la valoración positiva de la implicación del alumnado en su propio desarrollo interpretativo en público: “Considero que muchos de ellos ponen todo su empeño y se esfuerzan en intentar mejorar siempre su interpretación en público [...]” (Docente 3). Así como merece especial mención el Docente 5, que hace cierta autocrítica respecto a las implicaciones de su enfoque didáctico en la gestión emocional ante la interpretación en público: “[...] siempre nos fijamos en la interpretación, en los detalles técnicos y pocas veces nos paramos a pensar en las emociones producidas por el intérprete [...]”. El siguiente paso sería, entre la motivación del alumnado y la autocrítica, la promoción y el desarrollo de propuestas didácticas que pudieran desarrollarse durante la clase instrumental, en aras de garantizar la eliminación de términos que ha nombrado el profesorado y que tienden a asociarse con la interpretación en público: “[...] se frustra [...]” (Docente 4), “[...] negatividad [...], miedo a las críticas [...]” (Docente 2) y “[...] miedo a fallar, temor a no cumplir las expectativas...” (Docente 1). De este modo, quedarían justificados los datos concernientes a la Figura 1 del alumnado.

Si atendemos a la información derivada de la pregunta dos, se obtuvieron los siguientes datos de interés. El Docente 1 señaló como

aspecto más esencial para la interpretación el hecho de contar con confianza en sí mismos, los Docente 3 y 5 indicaron la actitud, el Docente 4 señaló que “[...] la clave está en salir a disfrutar [...]”, mientras que el Docente 6 insistió en la experiencia como aspecto clave.

Aunque, algunos de los participantes no aportaron información clara, limitándose a señalar que “[...] el problema es que es una tarea realmente compleja, ya que, son muchos factores los que intervienen en el proceso de aprendizaje musical, y como profesores, no podemos abordar todos los problemas” (Docente 2). Aquí quedaría perfectamente demostrada la información aportada por el alumnado relativa a que no abordaban nada más que aspectos técnicos en el aula instrumental de Saxofón. Por eso, se hace tan significativo investigar en aplicaciones didácticas, en nuevas propuestas metodológicas que lleven a eliminar este tipo de situaciones.

Propuestas didácticas para el aula de Saxofón

Respecto a la revisión de la literatura centrada en posibles propuestas existentes relacionadas con lo anteriormente mencionado, se cuenta con algunas muy escuetas y en la línea de las habilidades personales planteadas por Conangla (2004), en este caso, para el aula de Saxofón (Lledó, 2016) que es la que ocupa nuestra atención:

1. Autoconcepto: promoción de la reflexión sobre su visión con el instrumento en sus distintas posiciones. A partir de esta, se podrá iniciar una conversación sobre sus consideraciones sobre la visión de sus iguales respecto a él mismo como forma de indagar más en su imagen de sí mismo.
2. Automotivación: ejercicios de interpretación en pie (supone cierta dificultad que no surge cuando se toca sentado) y con distintos instrumentos de la familia del Saxofón sin calentamiento previo (por ejemplo, Tenor o Barítono precisan de mayor tiempo de calentamiento por la potencia pulmonar implícita determinada por la propia “fisiología” del instrumento). Se trataría de trabajar todo esto de forma que se pudiese ir comentando cómo se sienten ante estas frustraciones y cómo consideran que pueden enfrentarse a ellas, qué tipo de soluciones podrían darles. La verbalización es una

parte muy importante de todo este proceso formativo, ya que se ha podido deducir de las entrevistas que el alumnado necesita expresarse para comprender mejor qué le sucede ante la interpretación. Necesitan sentirse motivados primero (García y Giménez, 2010), esto como paso inicial para poder “querer” enfrentarse a sus miedos.

3. Autocontrol: mediante audiciones en el aula con estudiantes, se preguntará al alumnado qué tipo de reacciones siente ante esta situación. Con este tipo de ejercicios, el alumnado no solo aprende a controlar sus propias reacciones gracias al autoconocimiento de estas, sino que esto le lleva a poder mejorar su propio autoconcepto al sentirse capacitado para gestionarse a sí mismo. Autocontrolarse no es reprimirse a uno mismo, negarse los propios sentimientos (Morán, 2009), sino aprender a controlarlos para que no repercutan negativamente en nuestra actuación. Y, ante esto, solo trabajando desde la verbalización y la exteriorización se podrá conseguir el éxito interpretativo.
4. Empatía: el conocimiento de los sentimientos “del otro” puede aportar grandes beneficios a la propia interpretación. En este sentido, trabajar los propios miedos desde la observación de la actuación ajena puede ser gratamente positivo para el alumnado; puesto que, así, se es más consciente de errores que quizá podrían estarse cometiendo, podemos aprender posibles soluciones a nuestras propias dificultades interpretativas... Por eso es tan importante observar y reflexionar positiva y conjuntamente sobre las actuaciones ajenas.

CONCLUSIONES

La principal aportación de esta investigación, atendiendo al objetivo inicialmente planteado, es mostrar lo necesario de implementar una metodología orientada a mejorar la interpretación en público desde el trabajo de las habilidades personales e instrumentales que se han considerado imprescindibles. Esto último ha venido determinado por el estudio de campo realizado con alumnado y profesorado, fuentes directas para el estudio de la formación didáctica instrumental que tan poco ocupa el campo investigador en nuestro país. Al menos así ha podido deducirse tras la revisión bibliográfica realizada, que ha dado muestras de la escasez bibliográfica en relación con la didáctica en

los centros de formación musical.

Las consideraciones del profesorado y del alumnado entrevistado, han mostrado cómo estos últimos podrían mejorar sus interpretaciones públicas si contasen con momentos específicos durante el desarrollo de sus clases. Solo así podrán adquirir y/o desarrollar una serie de habilidades personales que los lleven a controlar y gestionar sus emociones durante la interpretación en público, posibilitándose así un mayor éxito durante la actuación. Solo sistematizando metodológicamente y de forma novedosa, alejándose de la tradicional pedagogía imitativa, se podrán obtener resultados positivos ante la eliminación o disminución de la ansiedad y el miedo escénicos. De las palabras del alumnado puede deducirse que sus problemas ante la interpretación en público pueden deberse a carencias durante su proceso de enseñanza/aprendizaje instrumental; aunque, la legislación de las enseñanzas de Música incluya referencias a la práctica de actuaciones en público para ir habituando al alumnado a su futuro profesional, no siempre se corresponden con adecuadas prácticas previas en el aula para capacitarlos ante la actuación.

Con esta investigación, que ha ofrecido una triangulación de la información bibliográfica con la obtenida entre el profesorado y el alumnado, se ha pretendido esbozar unas breves pautas finales que lleven a reorientar el proceso formativo en el aula de Saxofón. Solo así el alumnado de esta especialidad podrá obtener cierto control sobre sus emociones más negativas, que son las que terminan llevándole a desarrollar miedo ante la actuación en público. Las ideas de Goleman (1999) relacionadas con la inteligencia musical, así como con la inteligencia emocional (Morcillo, 2014), serán fundamentales para canalizar y dirigir las emociones del estudiantado, todo en aras de conseguir un autoconocimiento emocional que lleve a garantizar la gestión emocional, una vez conseguida la identificación de dichas emociones que supondría, a su vez, un reconocimiento del propio estado emocional.

Sintetizando, solo desde la formación del alumnado en el aula reglada se podrá iniciar el camino del cambio hacia un músico preparado para la interpretación en público.

REFERENCIAS

- Albornoz, Y. (2009). Emoción, música y aprendizaje significativo. *Educere*, 13(44), 67-73.
- Balsera, F. J. (2005). *La inteligencia emocional como recurso en el proceso de enseñanza-aprendizaje de la Música*. Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Bernabé, M.; Garres, F. J. (2018). La prueba de acceso al Grado Superior de Clarinete: pautas de actuación metodológica desde el Tercer Ciclo de las EE.PP. de Música. *Revista Curriculum*, 31, 57-75.
- Bernad, L. L. (2015). *PIEC: programa para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en los Conservatorios de música*. Universidad Nacional de Educación a Distancia.
- Berrocal, P. F.; Pacheco, N. E. (2004). El uso de las medidas de habilidad en el ámbito de la inteligencia emocional: Ventajas e inconvenientes con respecto a las medidas de auto-informe. *Boletín de psicología*, 80, 59-78.
- Buendía, L.; Colas, P.; Hernández, F. (1998). *Métodos de investigación en psicopedagogía*. McGraw-Hill.
- Cabrera, I. M. (2013). Influencia de la música en las emociones: una breve revisión. *Realitas: revista de Ciencias Sociales, Humanas y Artes*, 1(2), 34-38.
- Chapin H.; Jantzen K.; Scott, J. A.; Steinberg, F.; Large, E. (2010). Dynamic Emotional and Neural Responses to Music Depend on Performance Expression and Listener Experience. *PLoS ONE*, 5(12), e13182.
- Conangla, M. (2004). Acompañar en un viaje emocional: la inteligencia emocional aplicada a la relación de ayuda. *Revista ROL de enfermería*, 27(3), 42-50.
- Condado, M. R. (2004). *Control del miedo escénico: guía práctica para músicos con ejercicios progresivos*. Rubio Condado.
- Dalia, G. (2004). *Cómo superar la ansiedad escénica en músicos*. Mundi Música.
- Dalia, G.; Pozo, A. (2006). *El músico. Una introducción a la psicología de la interpretación musical*. Mundi Música.

- Galindo, A. (2005). *Cómo sobrevivir en el aula. Guía emocional para docentes*. ICCE.
- García, M.; Giménez, S. I. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: Propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del Profesorado*, 3(6), 43-52.
- Goleman, D. (1999). *La práctica de la inteligencia emocional*. Kairós.
- Koelsch, S. (2012). *Brain and Music*. Chichester (UK): Wiley and Blackwell.
- Lindenfield, G. (1998). *Automotivación: cómo desarrollar la energía personal para vivir con éxito y superar las dificultades*. RBA.
- Lledó, R. (2016). Las habilidades interpretativas y personales del músico: programa para mejorar la interpretación saxofónica en público. En E. López, D. Cobos, A. H. Martín, L. Molina y A. Jaén (Dirs.), *Libros de Actas de INNOVAGOGÍA 2016* (pp. 94-102). AFOE.
- Malbrán, S. (2003). Desarrollo de habilidades musicales en la formación musical profesional. Una visión a partir de la investigación y la didáctica. *Cuadernos Interamericanos de Investigación en Educación Musical*, 3, 23-31.
- Meyer, L. (2001). *Emoción y significado en la música*. Alianza.
- Morán, M. C. (2009). Psicología y Música: inteligencia musical y desarrollo estético. *Revista digital universitaria*, 10(11), 1-13.
- Morcillo, P. M. S. (2014). La inteligencia emocional en el aprendizaje de los alumnos de enseñanzas de régimen especial en los conservatorios de música. *DEDICA. Revista de Educação e Humanidades*, 6, 187-198.
- Moreno, J. L. (2003). Psicología de la música y emoción musical. *Educatio siglo XXI*, 20, 213-226.
- Nagy, J. (2014). El miedo escénico. *Temas para la educación*, 26, 1-5.
- Orobiogicoechea, E. (2012). *La presencia escénica en el intérprete musical: un estudio de caso*. Universidad Autónoma de Madrid.
- Ortiz Molina, M^a A. (Coord.). (2012). *Diversidad y escuela: actividades para la socialización*. Saarbrücken. Editorial Académica Española.
- Peral, M.; Dubé, F. (2012). Estrategias pedagógicas para desarrollar las habilidades metacognitivas del alumno de instrumento con el fin de maximizar la eficacia de sus prácticas. *Revista Internacional de Educación Musical*, 1(1), 36-47.
- Ramos, J. C. (2009). *Modelo de aptitud musical: análisis y evaluación del enfoque de aprendizaje, la personalidad y la inteligencia emocional en alumnos de 13 a 18 años*. Universidad de León.
- Rosenfeld, K. (2010). Miedo escénico: prevención activa con jóvenes músicos. *Eufonía: Didáctica de la música*, 48, 80-86.
- Salmurri, F. (2004). *Libertad emocional. Estrategias para educar las emociones*. Paidós.
- Sánchez, L. P.; Fernández, O. D. (1994). Bajo rendimiento académico y desintegración escolar en superdotados. *Faisca: Revista de altas capacidades*, 1, 103-127.
- Sebastiani, A.; Malbrán, S. (2003). Las Habilidades Musicales "Clave": Un estudio con músicos de orquesta. *Reunión de la Sociedad Argentina para las Ciencias Cognitivas de la Música*, 3, 1-7.
- Shifres, F.; Holguí, P. (2015). *El desarrollo de las habilidades auditivas de los músicos. Teoría e Investigación*. GITEV.