

INTRODUCCIÓN

La necesidad de la música para el ser humano, como parte de su experiencia vital, se ha ido constatando a lo largo de los siglos. Hay que entender que la interpretación musical es el acto de expresar a través de un lenguaje con unas características y normas definidas. Los profesionales en este campo se denominan como intérpretes musicales y son los encargados de descodificar y transmitir un mensaje al auditor, que puede ser individual o plural, “el público”. Para la realización de dicha actividad, los intérpretes deben poseer una serie de habilidades que habrán adquirido a lo largo de su formación (Arnáiz, 2015).

En el mundo artístico de la música, pueden influir muchos aspectos psicológicos como la depresión, la ansiedad, la autoestima, los cuales ejercen una influencia significativa en la salud mental y en el funcionamiento emocional de los individuos. La depresión se caracteriza por una persistente sensación de tristeza y una disminución del interés en actividades cotidianas. Por otro lado, la ansiedad se manifiesta a través de una respuesta exagerada ante situaciones percibidas como amenazantes y la autoestima, la cual refleja la percepción subjetiva de valía y tiene un impacto considerable en la confianza en uno mismo y en el equilibrio emocional.

La comprensión detallada de estos elementos es esencial para obtener una visión más profunda de cómo las características psicológicas influyen en la experiencia individual y colectiva, proporcionando así un entendimiento más completo de la interacción entre la psicología y el bienestar humano. De esta manera es que en la presente investigación se busca describir las características psicológicas como la personalidad, nivel de depresión, ansiedad y autoestima que presentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija.

Es importante mencionar que la relevancia científica de obtener datos, estas características psicológicas en músicos de Tarija, Bolivia, se reflejan en la generación de conocimiento específicos, contextualización local, ampliación de la comprensión general en psicología, potencial, aplicación futura y contribución a la investigación. Estos datos enriquecerían la base de conocimientos científicos sin necesidad de aplicar medidas de intervención.

CAPÍTULO I

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y

JUSTIFICACIÓN

I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA Y JUSTIFICACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

La música ha sido y seguirá siendo un elemento importante de la historia de las personas y las sociedades de todo el mundo. Dentro de este arte un grupo importante son los músicos académicos o músicos de orquesta, personas que brindan bellas demostraciones de arte y dedicación en cada una de sus presentaciones. En el último tiempo ha ido ganando una mayor atención los aspectos psicológicos que giran dentro de todo este mundo de la música académica.

El trabajo diario somete al músico a una tensión física y psíquica que, a menudo, intenta paliar con sus aficiones favoritas, la música, como cualquier actividad artística, compromete a la integridad de la persona y el verdadero instrumento no es el violín, la batería o la guitarra, sino el cuerpo, que debe controlar y preparar para una tarea que exige muchas horas de trabajo y dedicación (Aguado, 2010).

Esta actividad y la profesión implícita a la misma, entraña una problemática que se ha demostrado inherente a dicha actividad. La gran mayoría de los músicos que poseen las habilidades para la interpretación musical, no consiguen realizar esta actividad de manera adecuada y sufren afecciones relacionadas con la psicología que influyen en su profesión y en su vida personal deteriorándolas (Arnáiz, 2015).

Asimismo, es importante mencionar que muchos músicos de gran talento y considerados como profesionales, sientan necesidad de comunicar y al mismo tiempo, en el momento en el cual visualizan o deben comenzar su presentación, sienten una serie de reacciones emocionales y físicas que sugieren lo contrario al placer de realizar una actividad para la que tanto han trabajado, llegando en extremos más agudos (Arnáiz, 2015).

Cabe referir que los músicos padecen problemas derivados de su ocupación y estilo de vida. Una dedicación excesiva a la práctica musical puede tener consecuencias similares a las que experimentan deportistas cuando el desgaste propio del entrenamiento se hace extremo y se bloquean los procesos de recuperación (agotamiento o sobreentrenamiento). Dada la elevada dedicación que la formación musical supone para los intérpretes, resulta pertinente estudiar

las consecuencias que tienen altos niveles de dedicación para su salud mental y bienestar (Morales, Darder, & Beleña, 2013).

De esta manera es que el principal objetivo de investigación es “Determinar las características psicológicas que presentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija, en la gestión 2024”. Es importante referir que por **características psicológicas** se entiende a *“las propiedades internas y estables de la persona que influyen en su comportamiento, pensamientos y emociones, y que permiten comprender las diferencias individuales en su manera de relacionarse con el entorno”* (Olaz, 2019, p.2).

Cabe mencionar que se tomaron en cuenta algunas características psicológicas, como los rasgos de **personalidad**. Por personalidad se hace referencia a *“una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente* (Eysenck y Eysenck; 1985, p.9)

De igual manera, por **depresión**, se entiende que es *“un estado anormal del organismo que se manifiesta a través de señales y síntomas, como un estado de ánimo subjetivo bajo, actitudes pesimistas y nihilistas, una pérdida de la espontaneidad y señales vegetativas específicas”* (Beck, 1983, p.78).

Dentro de las características consideradas en la presente investigación, sobre la **ansiedad**, se entiende como *“un estado emocional desagradable, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión, o preocupación y por activación del sistema nervioso autónomo, se considera y define mejor la ansiedad teniendo en cuenta la diferencia de rasgo de personalidad y estado emocional en la ansiedad”* (Spielberger, 1970, p.51)

De igual manera, se describe el nivel de **autoestima**, que es definida como *“la evaluación que el individuo hace y mantiene habitualmente con respecto a sí mismo expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto el individuo se cree capaz, significativo, exitoso y digno”* (Coopersmith, 1967, p.2).

Ahora bien, haciendo referencia a las variables de estudio y considerando la problemática en general con grupos artísticos de la sociedad, como lo son los músicos, se presentan las siguientes investigaciones:

En el plano **internacional**, se encontró que P. Lehmann, M. Sperlich, A. Geue, et al., en Alemania realizó la investigación “*Síntomas de ansiedad y depresión en jóvenes músicos y no músicos: El papel mediador del perfeccionismo*”. En esta investigación realizada en Alemania y publicada en la revista "Psychology of Music" en 2018, se examinaron los síntomas de ansiedad y depresión en jóvenes músicos en comparación con individuos no músicos. Además, el estudio exploró el papel mediador del perfeccionismo en esta relación. Los resultados sugieren una asociación entre la práctica musical y la presencia de síntomas de ansiedad y depresión, con el perfeccionismo desempeñando un papel influyente.

De igual manera, Christine F. M. Pirenne, Annemiek C. B. Vink, Jan H. M. M. Reinders en Países Bajos realizaron la investigación “*Ansiedad, depresión y calidad de vida en músicos profesionales y no músicos: Comparación con una población normativa*”. Esta investigación, publicada en "Medical Problems of Performing Artists" en 2015, se centró en analizar la presencia de ansiedad y depresión, así como la calidad de vida, en músicos profesionales en comparación con no músicos. Los resultados destacaron diferencias significativas entre estos grupos y proporcionaron información sobre los desafíos psicológicos que enfrentan los músicos.

Otra investigación fue realizada en España, por Morales, J. F. D., Darder, M. N. M., & Beleña, F., en el año 2013 “*Dedicación a la música: estado de ánimo y satisfacción vital*”. El objetivo del estudio fue analizar las relaciones entre la dedicación a la música, el estado de ánimo y la satisfacción vital en un grupo de estudiantes de música. Participaron 131 estudiantes de dos Conservatorios Superiores de Música, entre 19-43 años (34.8% mujeres). Como medida de dedicación excesiva a la música se utilizó el Surentraînement Questionnaire (CSSE), como medida del estado de ánimo, el Profile of Mood States (POMS), y como medida satisfacción vital la Satisfaction With the Life Scale (SWLS). Es importante mencionar que los resultados indicaron que los músicos que autoinformaron síntomas relacionados con el sobreentrenamiento obtuvieron una mayor puntuación en los estados de ánimo de tensión, depresión, cólera, fatiga y confusión. Se encontraron mayores niveles de satisfacción vital entre aquellos músicos menos sobreentrenados (Morales, Darder y Beleña, 2013).

Dentro del ámbito nacional y local, no se logró encontrar antecedentes de investigación, esto refleja que hay una necesidad por investigar sobre estos aspectos que giran en torno a la salud psicológica de los músicos, es por ello que recae mayor importancia sobre la presente investigación.

En la ciudad de Tarija, existen pocas academias de música, no obstante, el número de estudiantes y miembros cada vez crece más y se ha empezado a notar una mayor atención a este ámbito dentro de la cultura por parte de la sociedad en general, aunque el problema de la salud mental desfavorable en muchos casos, se presenta de manera silenciosa en muchos músicos académicos. Sobre la situación en la ciudad de Tarija, la profesora Valorie Voigt indica textualmente que: *“los estudiantes en las diferentes orquestas son como todas las demás personas y sufren en diversos casos dificultades que van desde lo físico hasta lo mental, siendo esta última, una de las más graves, he visto a mis estudiantes y colegas llorar, sentirse angustiados, ansiosos y decaídos. Este mundo artístico no es algo fácil, implica mucha dedicación y sacrificio, además puede llevar al tope máximo a los artistas y estas exigencias y demandas pueden afectar su salud mental”* (Entrevista realizada el 17 de octubre de 2023).

De igual forma, haciendo referencia a la problemática que enfrentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija, el profesor Luiz Do Amaral, actual director de la Orquesta Filarmónica de la ciudad de Tarija indica que *“los músicos están sometidos todo el tiempo a las situaciones emocionales, el mismo trabajo en sí implica un desgaste emocional, el músico anda sujeto a las cuestiones de ego, a los aplausos, a la gente, al cómo me ven, a si triunfo o no triunfo, a todo ello. Hay que sumarle que en Bolivia la carrera del músico no es aceptada, por ejemplo, los músicos en Bolivia, tienen que tener una carrera “bien” como dicen sus padres, una licenciatura o ingeniería para poder dedicarse a la música. Además, los horarios de los músicos no son como los horarios de la gente normal, de los trabajadores normales, eso te pone en conflicto con tu familia, con la sociedad, con los amigos, etc., todo esto he notado que afecta a la parte emocional o psicológica de ellos, algo que puede ir en aumento si no se lo aborda a tiempo”* (Entrevista realizada el 27 de agosto de 2024).

De esta manera, tomando en cuenta la problemática presentada se formula la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son las características psicológicas que presentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija, en la gestión 2024?

1.2. Justificación

En el contexto de nuestro país, la música ha sido un elemento cultural y artístico profundamente arraigado en la sociedad. Los músicos desempeñan un papel crucial en la expresión artística y enriquecen nuestras vidas a través de su creatividad y habilidades musicales. A pesar de su contribución significativa, existe una carencia de investigación exhaustiva que aborde aspectos y variables psicológicas en esta población. Los músicos son responsables de transmitir emociones y conectar con las audiencias de maneras únicas. Sin embargo, a pesar de su contribución artística, religiosa y cultural, existe una problemática relacionada a su salud mental, muchos sufren depresión, problemas de ansiedad y algunos no cuentan con una buena autoestima o rasgos de personalidad que puedan servir como factores protectores. Por ello se plantea como objetivo principal el *“Determinar las características psicológicas que presentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija, en la gestión 2024”*.

Es importante referir que la salud mental de los músicos es un factor fundamental para su bienestar personal y su capacidad para crear y actuar. A pesar de la importancia de este tema, los estudios específicos sobre la salud mental de los músicos tanto en Tarija como en toda Bolivia son escasos o inexistentes. La falta de datos y análisis relacionados con este tema limita la comprensión de este problema y no coadyuva en la solución del mismo.

El propósito central de este estudio radica en la adquisición y divulgación de información relativa a los rasgos de personalidad, depresión, ansiedad y autoestima. Este enfoque se dirige con el objetivo de llenar un vacío de información en este ámbito particular, puesto que no se cuenta con datos detallados y contextualizados a la realidad del país.

Cabe mencionar que la presente investigación se justifica por el alto **aporte teórico** que provee, ya que se brinda información actualizada sobre algunas características psicológicas que presentan los músicos, datos que resultan esenciales porque influyen la adaptación, toma de decisiones y calidad de vida en un sector o grupo en específico que son los músicos. Es importante mencionar que estos datos enriquecen la comprensión y el campo del

conocimiento, además se pueden convertir en un importante antecedente y base bibliográfica para la realización de futuros trabajos de investigación.

A partir de la investigación se podrá conocer las características psicológicas de los músicos académicos.

De igual manera, el presente estudio cuenta con un **aporte práctico** debido a que los resultados que se brindan, pueden convertirse en una parte vital en la solución real del problema, porque puede ser puesta a disposición de autoridades o instituciones que pueden trabajar en la salud mental de los músicos y artistas en general del departamento. Entre estas instituciones se pueden encontrar el Gobierno Municipal de la ciudad de Tarija, la gobernación, INTRAID, la Universidad Autónoma “Juan Misael Saracho”, los directores de orquestas, institutos de formación artística y población en general. El presente trabajo de investigación tiene un impacto práctico profundo tanto en los músicos como en las instituciones dedicadas a la formación musical, pudiendo contribuir al bienestar emocional de los músicos al fomentar características psicológicas saludables. La investigación puede servir también para optimizar los programas de formación musical, incorporando talleres de gestión emocional y desarrollo personal en los planes de estudio. Por último, aporta datos valiosos que pueden orientar la creación de políticas de salud mental específicas para músicos.

CAPÍTULO II
DISEÑO TEÓRICO

II.DISEÑO TEÓRICO

2.1. Pregunta problema

¿Cuáles son las características psicológicas que presentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija, en la gestión 2024?

2.2. Objetivos

2.2.1. Objetivo general

Determinar las características psicológicas que presentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija, en la gestión 2024.

2.2.2. Objetivos específicos

1. Describir los rasgos de personalidad que presentan los músicos académicos
2. Identificar el nivel de depresión que presentan los músicos académicos
3. Describir el nivel de ansiedad que presentan los músicos académicos
4. Establecer el nivel de autoestima que presentan los músicos académicos

2.3. Hipótesis

1. Los músicos académicos presentan rasgos de personalidad como “introversión – inestabilidad”
2. Los músicos académicos presentan un nivel de depresión “moderada”.
3. Los músicos académicos presentan un nivel de ansiedad “medio”.
4. Los músicos académicos presentan un nivel de autoestima “medio bajo”.

2.4. Operacionalización de las variables

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Personalidad:</p> <p><i>“Es una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente”</i> (Eysenck y Eysenck; 1985, p.9)</p>	(E) Introversión	-Rígido -Subjetivo -Tímido -Irritable.	<p>Inventario de Personalidad (EPQR) (Eysenck)</p> <p>De la combinación de las dos dimensiones (E) y (N), derivan estos rasgos de personalidad que puede tener el individuo:</p> <p>-Introvertido-Inestable</p> <p>-Extrovertido-Inestable</p> <p>-Extrovertido-Estable</p> <p>-Introvertido-Estable</p>
	(E) Extroversión	-Sociable -Impulsivo -Activo -Vivaz -Excitable -Persistente.	
	(N) Estabilidad	-Emocionalmente estable -Calmado -Ecuánime	
	(N) Inestabilidad	-Descuidado -Emocionalmente inestable -Tenso -Ansioso -Exaltado	

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Depresión:</p> <p><i>“Es un estado anormal del organismo que se manifiesta a través de señales y síntomas, como un estado de ánimo subjetivo bajo, actitudes pesimistas y nihilistas, una pérdida de la espontaneidad y señales vegetativas específicas” (Beck, 1983, p.78).</i></p>	-Cognitivo-Afectiva	-Tristeza, Pesimismo, Fracaso, Pérdida de placer, Sentimientos de culpa, Sentimientos de castigo, Disconformidad con uno mismo, Autocrítica, Pensamientos o deseos suicidas, Llanto, Pérdida de interés, Desvalorización, Cambios en el apetito	<p>“Inventario de Depresión de Beck (BDI-II)”</p> <p>“Beck AT, Ward CH, Mendelson M, Mock J y Erbauhg J”</p> <p>-No depresión</p> <p>De 0 a 13 puntos</p> <p>-Depresión leve</p> <p>De 14 a 19 puntos</p> <p>-Depresión moderada</p> <p>De 20 a 28 puntos</p> <p>-Depresión grave</p> <p>De 29 a 63 puntos</p>
	-Somática	-Agitación -Indecisión -Pérdida de energía -Cambios en los hábitos de sueño -Irritabilidad -Dificultad de concentración -Cansancio o fatiga -Pérdida de interés en el sexo	

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Ansiedad</p> <p><i>“Un estado emocional desagradable, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión, o preocupación y por activación del sistema nervioso autónomo, se considera y define mejor la ansiedad teniendo en cuenta la diferencia de rasgo de personalidad y estado emocional en la ansiedad”</i></p> <p>(Spielberger, 1970, p.51)</p>	Ansiedad estado	<p>Factor I: Ansiedad estado afirmativo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Nerviosismo. - Tensión. - Preocupación. - Intranquilidad. <p>Factor II: Ansiedad estado negativo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Activación positiva. - Animación. - Bienestar. - Satisfacción y confianza en sí mismo. 	<p>Cuestionario de ansiedad estado– rasgo (STAI) de Spielberger ESTADO</p> <p>Percentil 1-23</p> <p>-Bajo</p> <p>Percentil 25-75</p> <p>-Medio</p> <p>Percentil 77-99</p> <p>-Alto</p>
	Ansiedad rasgo	<p>Factor III: Ansiedad rasgo afirmativo positivo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Melancolía. - Desesperanza. - Sentimiento de incapacidad. <p>Factor IV: Ansiedad rasgo negativo</p> <ul style="list-style-type: none"> - Estabilidad. - Ausencia de cambios de humor. 	<p>RASGO</p> <p>Percentil 1-23</p> <p>-Bajo</p> <p>Percentil 25-75</p> <p>- Medio</p> <p>Percentil 77-99</p> <p>-Alto</p>

Variable	Dimensiones	Indicadores	Escala
<p>Autoestima:</p> <p><i>“Es la evaluación que el individuo hace y mantiene habitualmente con respecto a si mismo expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto el individuo se cree capaz, significativo, exitoso y digno”</i></p> <p>(Coopersmith, 1967, p.2)</p>	Si mismo general	Actitudes que presenta el sujeto frente a su autopercepción y propia experiencia valorativa sobre sus características físicas y psicológicas.	<p>Inventario de autoestima de Coopersmith (Coopersmith S.E.I)</p> <p>Nivel de autoestima bajo</p> <p>0-24 puntos</p> <p>Nivel de autoestima Medio-bajo</p> <p>25-49 puntos</p> <p>Nivel de autoestima Medio-alto</p> <p>50-74 puntos</p> <p>Nivel de autoestima alto</p> <p>75-100 puntos</p>
	Social	Actitudes del sujeto en el medio social frente a sus compañeros o amigos.	
	Familiar	Actitudes y/o experiencias en el medio familiar con relación a la convivencia.	

CAPÍTULO III
MARCO TEÓRICO

III. MARCO TEÓRICO

En el presente capítulo de la investigación, se presentan todos los datos y teorías relevantes sobre las variables; personalidad, depresión, ansiedad y autoestima. Este apartado incluye una descripción detallada de cada una de estas variables, abordando tanto sus definiciones conceptuales como operacionales, así como las dimensiones y características que las conforman. Además, se expone el marco teórico que sustenta la investigación, integrando diferentes perspectivas psicológicas y estudios previos que aportan un fundamento sólido al trabajo.

Es importante destacar que este capítulo no solo proporciona el sustento teórico para el desarrollo de la investigación, sino que también se convierte en una pieza clave para la interpretación de los resultados obtenidos. A través de este marco conceptual, se construyen los criterios que guían el análisis de los datos, ayudando a establecer conexiones significativas entre las variables estudiadas. De esta manera, este apartado contribuye de manera fundamental a validar los hallazgos, fortalecer la discusión de los resultados como así mismo, garantizar que las conclusiones sean coherentes y fundamentadas.

3.1. MÚSICOS ACADÉMICOS

La música es un lenguaje universal, capaz de trascender las barreras culturales, geográficas e incluso lingüísticas. A lo largo de la historia, ha jugado un papel fundamental en la vida de las personas, tanto a nivel individual como colectivo. Se puede decir, que, en todas las culturas, la música ha sido más que solo entretenimiento; es una forma de comunicación, una forma de ritualizar momentos significativos o de marcar un cambio.

Los músicos son personas que poseen talento musical de diversas formas, es decir, tienen la capacidad de componer canciones, tocar instrumentos o expresar el arte de la música a través de distintos medios. Un músico o música puede enfocarse en un estilo musical en concreto o componer en varios estilos de acuerdo con su cultura y origen. Quienes desarrollan su carrera musical pueden trabajar de manera independiente o formar parte de un sello discográfico relevante que ayude a financiar sus proyectos (Indeed, 2024).

Ahora bien, hay que hacer mención a una categoría dentro de la música que es la de los músicos académicos, el músico académico es aquel que, a través de su formación formal, ha adquirido un profundo conocimiento tanto de la técnica como de la teoría musical. Su educación le permite no solo interpretar piezas musicales complejas, sino también componer, analizar y dirigir dentro de un marco institucional, que incluye tanto el repertorio clásico como las nuevas tendencias contemporáneas (Orozco, 2019).

También el músico académico es un profesional de la música que ha completado una formación especializada, generalmente en conservatorios y universidades, con un enfoque en la interpretación, la composición, la investigación y la docencia. Este tipo de músico no solo se distingue por su habilidad técnica y teórica, sino también por su capacidad para contribuir al desarrollo del repertorio y la educación musical (Rodríguez, 2021).

3.2. CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS

3.2.1. PERSONALIDAD

La personalidad es un factor clave en el desempeño de los músicos de orquesta, ya que no solo puede definir su estilo personal, sino que también puede influir en su capacidad para integrarse en un grupo y enfrentar las exigencias del entorno musical. Una orquesta es un espacio de alta colaboración donde cada músico aporta al conjunto, y las características de personalidad de cada integrante pueden determinar el éxito tanto individual como colectivo. En resumen, la personalidad de un músico de orquesta no solo determina su desempeño técnico, sino también su habilidad para contribuir al espíritu colectivo que da vida a cada obra.

Eysenck, el autor del inventario de personalidad EPQR, define la personalidad del siguiente modo: *“Una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente. El carácter denota el sistema más o menos estable y duradero de conducta conativa (voluntad) de una persona; el temperamento, su sistema más o menos estable y duradero de la conducta afectiva (emoción); el intelecto, su sistema más o menos estable y duradero de conducta cognitiva (inteligencia); el físico, su sistema más o menos estable y duradero de la configuración corporal y de la dotación neuroendocrina”* (Eysenck y Eysenck. 1985, p.9).

Asimismo, cuando se habla de personalidad, no se puede dejar de lado a uno de los pioneros en el estudio de ella, es G. Allport, quien le dedicó muchos años de su vida a definir y entender los aspectos de la personalidad de los individuos. Allport (1937) define a la personalidad como *“una organización dinámica, en el interior del individuo, de los sistemas psicofísicos que determinan su conducta y su pensamiento característicos”*.

Aunque Allport en su definición no señala ningún sistema concreto, como aclaración que puede ayudar a comprenderla mejor, se señalan algunos sistemas a los que él se refiere: costumbres, sentimientos, rasgos, creencias, expectativas y estilos de conducta. Es importante mencionar que en la génesis de toda personalidad se encuentran elementos de origen hereditario y elementos de origen ambiental, de esta manera se puede entender que hay una combinación continua entre estos dos aspectos. Asimismo, hay que entender que la personalidad es el resultado de la articulación dinámica de los aspectos importantes, los cuales son el psicológico y biológico, que son característicos de cada individuo y que le distinguen de las demás personas.

Cuando se habla de la personalidad, es necesario hacer una diferenciación con los rasgos de personalidad, la noción de rasgo es equiparable a la de disposición psicológica. En el sentido etimológico del término, un rasgo es un carácter distintivo de algo. El rasgo se puede definir como *“un atributo funcional relativamente persistente que inclina al individuo, por hacerlas más fáciles, hacia cierto tipo de respuestas o hacia cierta clase de situaciones. Los psicólogos descriptivos han desarrollado una serie de procedimientos de medida para clasificar a los individuos en torno a unos rasgos”* (Salvaggio, 2014).

Por lo tanto, se puede entender que cada individuo posee una constelación de rasgos de la personalidad, que pueden ser inferidos de su comportamiento. Sobre los rasgos hay diversos autores que incluso han creado instrumentos de evaluación en donde se enfocan en ciertos rasgos de personalidad de los individuos.

3.2.1.1. Rasgos de la personalidad

Por su parte, la concepción Eysenckiana de la personalidad, hace hincapié en el nivel de las dimensiones, que se definen como agrupaciones de rasgos relacionados entre sí. Así mismo este autor entiende que los rasgos y dimensiones son relativamente estables y duraderos,

características éstas de las teorías disposicionales. Además, considera que las dimensiones de personalidad han de estar ligadas a mecanismos biológicos subyacentes, lo que convierte a esta teoría también en un modelo biológico (Carver y Scheier, 1992, como se citó en Vergara, 2016, p.22). Eysenck hace énfasis en los siguientes rasgos de la personalidad, los cuales ayudan a entender la misma y además son tratados por el instrumento empleado en el presente trabajo de investigación:

Introversión-Extroversión (E):

A continuación, se hace una breve descripción del típico extrovertido y del típico introvertido: éstos han de considerarse como extremos idealizados de un continuo al que las personas reales pueden aproximarse en mayor o menor medida.

El típico extrovertido es sociable, le gustan las fiestas, tiene muchos amigos, necesita hablar con la gente y no le gusta leer o estudiar solo. Anhela la animación, es arriesgado, actúa improvisadamente y generalmente es una persona impulsiva. Es aficionado a las bromas, siempre tiene una respuesta a punto y generalmente le gustan los cambios. Es despreocupado, condescendiente, optimista y le gusta reír y divertirse. Prefiere permanecer ocupado y tiende a perder los nervios rápidamente. En conjunto sus sentimientos no están bajo un fuerte control y no siempre es una persona fiable.

El típico introvertido es tranquilo, retraído, introspectivo, aficionado a los libros más que a las personas, es reservado y distante excepto con los amigos íntimos. Tiende a planificarlo todo, se lo piensa dos veces antes de actuar y desconfía de los impulsos momentáneos. No le gusta la animación, se toma las cosas de cada día con seriedad y le gusta un modo de vida ordenado. Mantiene sus sentimientos bajo control y no pierde los nervios fácilmente. Es fiable, algo pesimista y otorga gran valor a las normas éticas (Eysenck y Eysenck, 1985).

Estabilidad-Inestabilidad (N):

El típico alto inestable es ansioso, preocupado, tiene tendencia a los cambios de humor bruscos y frecuentemente se siente deprimido. Probablemente duerme mal y sufre de varios trastornos psicósomáticos. Es muy emotivo, reacciona de forma excesiva a todo tipo de estímulos y encuentra dificultades para volver a su nivel emocional normal después de cada

experiencia activadora a nivel emotivo. Sus fuertes reacciones emocionales interfieren la realización de conductas apropiadas y le hacen actuar de forma irracional y, a veces, rígida. Cuando se combina con extroversión, la persona es probable que sea susceptible e inquieta, puede llegar a sentirse exaltada e incluso agresiva. Si a la persona alta en N hay que describirla con una sola palabra, se podría decir que es aprensiva, su principal característica es una constante preocupación porque las cosas podrían ir mal y una fuerte reacción de ansiedad a estos pensamientos.

Es importante mencionar que la persona estable, por otro lado, tiende a responder emotivamente sólo de una forma suave y generalmente débil y vuelve a su línea base rápidamente después de una activación emocional. Habitualmente es calmada, emocionalmente equilibrada, controlada y poco aprensiva.

3.2.2. DEPRESIÓN

La depresión es un tema relevante en diversos contextos, y su presencia entre músicos de orquesta ha comenzado a llamar la atención en investigaciones recientes. Este grupo profesional enfrenta características laborales y emocionales particulares que podrían asociarse a factores de riesgo relacionados con la salud mental. Por otro lado, explorar esta temática es importante porque puede arrojar luz sobre cómo las condiciones laborales y artísticas de los músicos afectan su bienestar integral. Estudiar la depresión en músicos de orquesta no solo beneficiaría a los propios intérpretes, sino que también podría contribuir a promover un entorno artístico más saludable y sostenible.

De acuerdo al autor del instrumento, la depresión es definida como *“un estado anormal del organismo que se manifiesta a través de señales y síntomas, como un estado de ánimo subjetivo bajo, actitudes pesimistas y nihilistas, una pérdida de la espontaneidad y señales vegetativas específicas”* (Beck, 1983, p.78).

La depresión es una enfermedad grave que afecta al cuerpo y mente, afecta a la persona y como se valora la misma, la depresión además no indica una debilidad personal y no es un estado del que se pueda librar a voluntad. Es una de las primeras causas de incapacidad y conlleva un elevado coste económico y un importante sufrimiento, este tipo de afecciones, interfieren con el funcionamiento general de la persona (San Molina y Arranz, 2010).

Relacionándola con el ámbito de la música, hay que entender primero que la música tiene el poder de conmover a la gente, influir en sus emociones y conectar con los demás de forma muy positiva. Sin embargo, el proceso creativo y la realidad de la música pueden resultar a veces difíciles y estresantes para los músicos. Los músicos, y los artistas en general, suelen correr el riesgo de sufrir depresión, ansiedad, abuso de sustancias y otras afecciones. Esto puede deberse a la alta competencia, el estilo de vida agitado, la necesidad de reconocimiento y de encontrar un trabajo regular para ganarse la vida (Leighton, 2023).

Las dificultades emocionales son comunes entre los músicos de orquesta debido al intenso estrés y las altas expectativas que enfrentan en su profesión, los músicos experimentan síntomas de depresión y ansiedad. El estudio mostró que, aunque los músicos profesionales suelen tener una mejor regulación emocional en comparación con los estudiantes, las demandas del rendimiento en solitario y en conjunto, junto con las largas horas de práctica, aumentan el nivel de estrés, lo que puede generar agotamiento y malestar emocional (Kegelaers et al., 2016)

Los músicos experimentan niveles elevados de depresión, especialmente en situaciones de alta presión, como los estrenos o las presentaciones en vivo. Su estudio encontró que el estrés puede afectar significativamente el estado de ánimo, llevando a emociones negativas como la irritabilidad, lo que a su vez influye en el rendimiento. Estos estudios destacan la presión emocional que los músicos enfrentan a lo largo de sus carreras, tanto en la práctica diaria como en las actuaciones de alto riesgo (Pilger et al., 2013).

3.2.2.1. Dimensiones de la depresión

Las dimensiones de la depresión propuestas por Beck (2010), medidas a través del Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II), permiten evaluar esta condición psicológica desde tres áreas fundamentales: la cognitiva, la física/conductual y la afectiva/emocional. Estas dimensiones ofrecen un enfoque integral para comprender la experiencia depresiva, ya que abarcan tanto los aspectos internos del pensamiento y las emociones, como las manifestaciones externas en el comportamiento y el estado físico del individuo.

3.2.2.1.1. Dimensión cognitiva

Esta dimensión se centra en los síntomas relacionados con los pensamientos y percepciones del individuo. Incluye manifestaciones como la tristeza profunda, el pesimismo hacia el futuro, la presencia de pensamientos suicidas y una sensación de desvalorización personal. Estos síntomas afectan directamente la forma en que las personas perciben su realidad, influyendo en su capacidad para resolver problemas, planificar o visualizar mejoras en su vida. En esta dimensión, los pensamientos negativos recurrentes y los esquemas mentales disfuncionales son aspectos clave en el mantenimiento de la depresión.

3.2.2.1.2. Dimensión física-conductual

La dimensión física y conductual se refiere a la expresión de la depresión en las acciones y sensaciones corporales de la persona. Se manifiesta a través de conductas como la indecisión, la autocrítica excesiva, los sentimientos de culpa y el fracaso, así como la insatisfacción consigo mismo. Además, incluye síntomas como el sentimiento de castigo, la pérdida de placer en actividades que antes resultaban agradables y episodios de llanto frecuente. Físicamente, puede haber una disminución de la energía y un agotamiento constante, lo que limita la capacidad para realizar actividades diarias y cumplir con las responsabilidades personales o laborales.

3.2.2.1.3. Dimensión afectivo-emocional

Esta dimensión abarca las alteraciones emocionales y los cambios en el estado de ánimo que caracterizan a la depresión. Se relaciona con síntomas como la agitación, la pérdida de interés por actividades que antes eran significativas, los cambios en los hábitos de sueño (insomnio o hipersomnía), irritabilidad y fluctuaciones en el apetito. También se incluyen la dificultad para concentrarse, el cansancio persistente y la disminución del interés en las relaciones sexuales. Estas manifestaciones afectan significativamente las interacciones sociales y la calidad de vida del individuo, ya que la desconexión emocional y la falta de energía limitan sus relaciones y actividades cotidianas (Barreda, 2019, p.41).

En conjunto, estas dimensiones permiten una evaluación multidimensional de la depresión, ayudando a los profesionales de la salud a identificar las áreas más afectadas y a diseñar

estrategias de intervención que respondan a las necesidades específicas de cada persona. Además, proporcionan una visión integral de cómo la depresión impacta en diversos aspectos del funcionamiento humano, desde los pensamientos hasta las emociones y conductas

3.2.3. ANSIEDAD

La ansiedad es un fenómeno psicológico que puede afectar a personas en diversos contextos, y en el caso de los músicos de orquesta, surge como un tema de interés en el ámbito de la investigación. Este grupo enfrenta demandas específicas, tanto en su práctica individual como en el entorno colectivo, que podrían estar relacionadas con la aparición de síntomas de ansiedad. Aunque no se puede generalizar ni afirmar que la ansiedad sea una condición prevalente entre los músicos de orquesta, explorar su posible impacto es relevante para comprender mejor su experiencia profesional y personal. La importancia de investigar este tema radica en la posibilidad de identificar cómo las características del entorno musical influyen en la salud mental de los músicos.

Es importante mencionar que la ansiedad es definida como: *“un estado emocional desagradable, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión, o preocupación y por activación del sistema nervioso autónomo, se considera y define mejor la ansiedad teniendo en cuenta la diferencia de rasgo de personalidad y estado emocional en la ansiedad”* (Spielberger, 1970: 51).

3.2.3.1. Teoría de ansiedad de Spielberger

Spielberger, señala que la ansiedad es una reacción emocional desagradable, que es producida gracias a un estímulo externo, siendo para el individuo considerado como amenazador, dicha reacción produce cambios fisiológicos y conductuales (Spielberger 1970: 11).

Es importante hacer referencia que para Spielberger la ansiedad surge de las diferentes circunstancias que requieren una respuesta física o psicológica, de tal modo que genera reacciones emocionales que incrementan el estrés. Teniendo como consecuencia efectos en la salud mental y física del individuo, la ansiedad rasgo, es la tendencia a esta misma, es decir, la propensión estable de la conducta que posee características relativamente estables o

de equilibrio, esto genera que el individuo tenga una tendencia a reaccionar con ansiedad ante acontecimientos que no necesariamente son peligroso o amenazadores.

Por otra parte, los niveles de ansiedad de este individuo son más seguidos y prolongados frente a la sensación de riesgo o peligro, de modo que presentan una inclinación a la sobre estimulación del sistema nervioso autónomo frente a situaciones, circunstancias o eventos que son catalogados como ansiógenos (Spielberger, 1970).

La diferencia de género también se refleja en los mecanismos que cada sexo utiliza para manejar la ansiedad. Mientras que las mujeres tienden a buscar apoyo social o se preocupan más por las posibles fallas, los hombres suelen recurrir a estrategias como la supresión de pensamientos, lo que podría empeorar su sensación de pérdida de control frente a la ansiedad, estos patrones no solo están influenciados por la biología, sino también por los roles de género que determinan las formas en que se expresan las emociones y se enfrenta, lo que resalta la importancia de tener en cuenta las especificidades de género en los enfoques terapéuticos y de manejo de la ansiedad (Dempsey y Comeau, 2019)

El fenómeno de la ansiedad en músicos, en especial aquellos con mayor experiencia, puede verse influenciado por la seguridad en sus habilidades adquirida a lo largo de los años. Músicos con más trayectoria tienden a manejar mejor las presiones asociadas a las presentaciones en vivo, ya que cuentan con un repertorio de estrategias adquiridas con el tiempo, que incluyen un mejor control emocional y una mayor capacidad para lidiar con los miedos de fracaso o de ser juzgados (García, 2006)

Otro factor relevante es el uso de técnicas de relajación y preparación emocional, que se vuelven más efectivas con la experiencia. Los músicos con mayor trayectoria, prefieren adoptar métodos más sostenibles y saludables, que les permiten regular su ansiedad sin comprometer su desempeño. En resumen, la experiencia no solo mejora las habilidades musicales, sino que también puede proporcionar herramientas emocionales y cognitivas para manejar la ansiedad, lo que puede facilitar la realización de presentaciones con mayor confianza y menor nivel de ansiedad (Rojas, 2009).

3.2.3.2. Dimensiones de la ansiedad

De acuerdo a lo que propone Spielberger (1970) la ansiedad tiene las siguientes dimensiones:

Ansiedad Estado: Spielberger lo define como “estado emocional” automático, la cual se puede modificar en el tiempo, que es particular creando una mezcla de sentimientos únicos de nerviosismo, aprensión y generar preocupación, como también ideas desagradables y de inquietud, estrechamente ligados a cambios netamente orgánicos, mostrando elevados niveles de ansiedad-estado los cuales son descritos como sumamente incómodos; lo que significa que si un individuo no puede sobrellevar o lidiar dicho estrés causado, empleará diferentes habilidades para afrontar diversas circunstancias que son consideradas como amenazas.

Ansiedad Rasgo: Spielberger hace mención a las particularidades de la ansiedad a nivel individual que vienen a ser equilibradas en forma relativa, siendo éstas una aptitud, rasgo o tendencia contraria, opuesto a la ansiedad estado, por otra parte, la ansiedad como rasgo no se muestra estrechamente en la conducta y se debe deducir por la regularidad periódica en la que un sujeto sufre incrementos del estado de ansiedad.

En tal contexto, los individuos con nivel elevado de ansiedad rasgo presentan un nivel elevado de circunstancias y situaciones como amenazadoras que están más proclives a manifestar ansiedad estado de forma recurrente o de mayor intensidad.

3.2.3.3. Tipología de la ansiedad

Según Spielberger (1970), la ansiedad puede ser normal como así también patológica, veamos las diferencias:

3.2.3.3.1. Ansiedad normal

Es esencial comprender la ansiedad como una percepción o estado de las emociones sumamente común frente a la presencia de circunstancias específicas y que conforman una reacción frecuente a distintas situaciones rutinarias que son estresores. De este modo existe un nivel de ansiedad que es incluso deseado para el control normal de las demandas que se requiere de forma diaria.

3.2.3.3.2. Ansiedad patológica

Cuando la ansiedad excede cierta magnitud o sobrepasa la capacidad de adaptación del individuo, en ese momento es cuando la ansiedad se vuelve una patología, lo cual provoca incomodidad significativa, que presenta síntomas las cuales llegan a afectar a un nivel físico, psicológico y conductual. Esta es considerada como una ansiedad que no es normal y que puede causar diversas dificultades en la persona que la sufre.

La ansiedad hasta cierto punto es una emoción que todo el mundo ha experimentado en algún momento y que ayuda al organismo a prepararse para hacer alguna cosa importante, sin embargo, esta puede pasar a ser patológica y es ahí donde se empieza a convertir en un problema para la persona. A grandes rasgos, cuando una persona tiene síntomas de ansiedad nota algunas sensaciones físicas desagradables como palpitaciones o mareos. Esto ocurre porque las situaciones de peligro producen reacciones a nivel cerebral y hormonal que activan el cuerpo como si fueran una alarma antiincendios: cuando se detecta una posible amenaza, toda la atención de la persona se dirige hacia esta situación para huir del peligro y sobrevivir (Forcadell et.al, 2019).

3.2.4. AUTOESTIMA

La autoestima, entendida como la valoración que una persona tiene de sí misma, es un aspecto fundamental en el desarrollo personal y profesional de cualquier individuo. En el caso de los músicos de orquesta, podría desempeñar un papel importante en su desempeño artístico, su capacidad para enfrentar desafíos y su bienestar emocional. Los músicos de orquesta suelen enfrentarse a exigencias técnicas y artísticas muy altas, así como a evaluaciones constantes por parte de directores, colegas y el público. Estas dinámicas podrían influir en su auto percepción, especialmente si el músico es crítico consigo mismo o siente que no cumple con las expectativas externas. Por otro lado, las experiencias positivas, como el reconocimiento del trabajo bien hecho o el logro de metas artísticas, también podrían reforzar su autoestima.

En la presente investigación se utilizó el Inventario de autoestima de Coopersmith, por lo tanto, se toma la siguiente definición de autoestima. *“Es la evaluación que el individuo hace*

y mantiene habitualmente con respecto a sí mismo expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto el individuo se cree capaz, significativo, exitoso y digno” (Coopersmith, 1967).

La autoestima es un elemento fundamental, la autoestima es una necesidad vital para el ser humano, es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida, desempeñando un papel clave en las elecciones y decisiones que le dan forma. La autoestima es indispensable para el desarrollo normal y sano, tiene valor de supervivencia, representa un logro individual, producto de una labor perseverante de conocimiento interno (Pérez, 2019).

3.2.4.1. Dimensiones de la autoestima

Coopersmith (1995) plantea que la autoestima abarca diferentes áreas dimensionales que permiten caracterizar su amplitud y complejidad. Estas áreas se enfocan en diversos contextos en los que el individuo se desarrolla, proporcionando una visión integral de cómo se valora y percibe a sí mismo en función de sus experiencias y relaciones. Las principales áreas que identifica son las siguientes:

3.2.4.1.1. Autoestima del “sí mismo” general

Este tipo de autoestima se centra en la evaluación global que el individuo realiza sobre sí mismo, abarcando aspectos esenciales como su imagen corporal, habilidades, competencias y cualidades personales. Esta dimensión implica una percepción generalizada de valor personal, que incluye aspectos como la capacidad para enfrentar retos, la productividad en diversas áreas de la vida, el sentido de importancia en el entorno y la dignidad como individuo. Este juicio personal se refleja en actitudes hacia sí mismo que pueden ser positivas o negativas, dependiendo de las experiencias de vida, las creencias internas y las comparaciones sociales que realice el individuo. Es la base desde la cual se construyen las demás áreas de la autoestima y tiene un impacto directo en la forma en que la persona aborda sus objetivos y desafíos.

3.2.4.1.2. Autoestima en el área social

La autoestima en el área social está relacionada con la percepción que el individuo tiene de sí mismo en el contexto de sus relaciones interpersonales. Incluye la evaluación de su capacidad para interactuar con otros, establecer conexiones significativas y mantener vínculos saludables. Esta dimensión está influida por la calidad de las interacciones sociales, la aceptación por parte de los demás, la percepción de ser valorado dentro de un grupo y la habilidad para contribuir de manera efectiva en contextos sociales. La autoestima social se manifiesta en la confianza con la que una persona se desenvuelve en situaciones grupales y en su capacidad para resolver conflictos o construir redes de apoyo. Cuando esta área es sólida, facilita la integración social y el establecimiento de relaciones saludables; en contraste, una autoestima baja en esta área puede llevar a dificultades en la comunicación y el aislamiento.

3.2.4.1.3. Autoestima en el área familiar

La autoestima en el área familiar se refiere a la percepción que el individuo tiene de sí mismo en el marco de sus relaciones con los miembros de su núcleo familiar. Este ámbito incluye cómo valora su papel dentro de la familia, su capacidad para contribuir al bienestar del grupo y su sentido de pertenencia y aceptación en este contexto. Factores como la comunicación familiar, el apoyo emocional recibido y el reconocimiento por parte de los integrantes de la familia tienen un impacto significativo en esta dimensión. Una autoestima positiva en el área familiar puede fortalecer la resiliencia emocional y proporcionar una base segura desde la cual el individuo pueda enfrentar los desafíos externos. Por el contrario, una percepción negativa en este ámbito puede influir en sentimientos de desvalorización y afectar la dinámica de las relaciones interpersonales fuera del entorno familiar.

En conjunto, estas áreas propuestas por Coopersmith ofrecen un marco útil para comprender la complejidad de la autoestima, permitiendo evaluar cómo las distintas esferas de la vida del individuo influyen en su autovaloración y, a su vez, cómo esta autovaloración impacta en su desempeño, bienestar y relaciones personales

La autoestima es indispensable para el desarrollo normal y sano, tiene valor de supervivencia, representa un logro individual, producto de una labor perseverante de conocimiento interno. Se ha llegado a un momento en el que la autoestima ya no es sólo una necesidad psicológica sumamente importante, sino que se ha convertido también en una necesidad económica de la misma importancia, atributo para adaptarse a un mundo cada vez más complejo, competitivo y lleno de desafíos. Un ser humano no puede esperar realizarse en todo su potencial sin una sana autoestima (Pérez, 2019).

3.2.4.2. Niveles de autoestima

De acuerdo a Coopersmith (1995), cabe mencionar que los niveles de autoestima son susceptibles a aumentar o disminuir con el correr del tiempo dependiendo de diferentes factores. Estos niveles son los siguientes:

Alta autoestima: Es la persona que cree fuertemente en sus valores y principios y que sobre todo está dispuesto a protegerlos, es la persona que obra acertadamente y confiado en sí mismo, tiene la seguridad de resolver sus propios problemas, es considerado por el mismo como interesante y valioso, nota y sabe cómo es que debe respetar las reglas y normas. Estas personas, les gusta más como son ellos, que los demás, quieren ser mejores, por ende, quieren madurar, mejorar, y ser resilientes saliendo adelante frente a sus problemas.

Esta clase de autoestima está fundada de acuerdo a dos sentimientos de la persona para con sí misma: la capacidad y el valor. Los individuos con una autoestima positiva poseen un conjunto de técnicas internas e interpersonales que los hace enfrentar de manera positiva a los que deba enfrentar, tienden a adoptar una actitud de respeto no solo con ellos mismos sino con el resto.

Promedio autoestima: Este es el nivel que más se presenta en los adolescentes, ellos tienen una buena confianza en sí mismas, no obstante, a veces esto puede no ser así, los individuos con este nivel intentan permanecer fuertes ante los demás, pero dentro de ellos sienten un gran temor.

La autoestima tiene una base confiable y sólida, pero no siempre esta fija, teniendo en cuenta que puede desarrollarse, fortalecerse y en algunos momentos puede reducir por situaciones de decepción, caídas o frustraciones.

Baja autoestima: Implica a la persona un estado de insatisfacción, rechazo y desprecio de sí mismo, presenta características como vulnerabilidad a la crítica, considera que todos lo atacan con sus comentarios, lo hieren exageradamente, culpa de sus fracasos a los demás o a la situación, es incapaz de decir “no”, por miedo a desagradar, se exige demasiado a hacer todo perfecto, todo lo que intenta, se acusa y se condena por conductas que no siempre son objetivamente malas, exagera la magnitud de sus errores sin llegar a perdonarse por completo, siempre está a punto de derrumbarse por cosas que no tienen mucha importancia, todo sienta mal, todo angustia y decepciona.

CAPÍTULO IV
DISEÑO METODOLÓGICO

IV. DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. Área a la cual pertenece la investigación

El presente trabajo de investigación pertenece al área de la **Psicología Clínica**, debido a que en esta investigación se realizó la evaluación de variables psicológicas que tienen relación directa con el bienestar individual de las personas, en este caso los músicos. Las variables abordadas fueron la personalidad, depresión, ansiedad y autoestima.

Haciendo referencia a esta área de la Psicología, Badia (2019) sostiene que: *“la psicología clínica es una de las especialidades de la psicología que se caracteriza por estar enfocada en la salud mental y que sus objetivos son comprender, tratar y prevenir los problemas y trastornos psicológicos por medio de la evaluación, el diagnóstico, la intervención y la investigación”* (p.2).

4.2. Tipificación de la investigación

De acuerdo a sus características, el método, el propósito y el tiempo, el trabajo se tipifica de la siguiente manera:

En primer lugar, se trata de una investigación de tipo **teórica**, debido a que tuvo como finalidad generar teoría y brindar datos actualizados sobre la personalidad, depresión, ansiedad y autoestima que tienen los músicos académicos de la ciudad de Tarija. Cabe mencionar que estos datos pueden servir como antecedente de investigación para la realización de futuros trabajos o soluciones prácticas para la problemática. Sobre los estudios teóricos, Burgos (2017) indica que este tipo de trabajos *“ayudan a obtener un mejor conocimiento de los fenómenos naturales, como así también el conocimiento obtenido de estos estudios expanden la base teórica de un tema en particular. Esta investigación involucra el proceso de recolectar y analizar información para desarrollar y mejorar la teoría”* (p.3).

De igual manera se trata de un trabajo investigativo **descriptivo**, debido a que se detallan y caracterizan las variables seleccionadas, se describen a detalle las características psicológicas que presentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija. De acuerdo a Hernández, Fernández y Baptista (2014) *“con los estudios descriptivos se busca especificar las*

propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (p.92).

En cuanto al método y el tratamiento de los datos, es una investigación **cuantitativa**, esto ocurre porque se usaron escalas o inventarios psicométricos objetivos, además los datos fueron procesados mediante procedimientos estadísticos, siendo presentados de manera cuantitativa, permitiendo la confirmación o rechazo de hipótesis formuladas. Respecto a las investigaciones cuantitativas, Ibidem (2014) refieren que en estos estudios se *“utilizan la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (p.4)*

Por último, el trabajo se tipifica como **transversal**, debido a que la aplicación de los instrumentos se realizó de manera simultánea y en un tiempo relativamente corto. Además, no se realizaron posteriores abordajes sobre la población objetivo, es decir, la evaluación de las variables se realizó una sola vez. Autores como Hernández, Fernández y Baptista (2014) afirman que en los estudios transversales *“el propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado, es como tomar una fotografía de algo que sucede” (p.154).*

4.3. Población y muestra

4.3.1. Población

La población de este estudio estuvo conformada por todos los músicos académicos de la ciudad de Tarija. Sin embargo, es importante destacar que no se cuenta con un registro oficial o un número exacto de músicos académicos en esta región. Esto se debe a la ausencia de una asociación formal o institución que lleve un control sistemático.

Las variables de inclusión fueron las siguientes:

- Músicos académicos
- Músicos mayores de 18 años de edad
- Músicos que desearon participar en la investigación

4.3.2. Muestra

En este trabajo, la muestra fue de tipo no probabilística e intencional, es decir, se seleccionaron de manera premeditada a los participantes que formaron parte de la misma, basándose en criterios específicos que son importantes para el estudio. Cabe mencionar que no se cuenta con los datos en relación al total de músicos académicos en la ciudad de Tarija, en este caso en particular se trabajó con 70 músicos académicos, entre hombres y mujeres.

Los criterios utilizados para la selección de la muestra fueron los siguientes:

- Músicos que cuenten con 5 o más años de experiencia dentro de la música
- Músicos que se encuentren tocando en alguna orquesta de la ciudad
- Músicos que se encuentren con disponibilidad de tiempo

Cabe referir que la técnica que se empleó para aplicar los instrumentos fue la técnica de la bola de nieve, una técnica que consistió en ir aplicando los tests a los músicos, siendo cada uno de ellos quienes fueron brindando el contacto personal de otros músicos para poder aplicarles.

4.4. Métodos, técnicas e instrumentos

4.4.1. Métodos

- **Método teórico:** se empleó este método en la sustentación de la investigación, en la elaboración del marco teórico que sirve de base imprescindible para el análisis e interpretación de los resultados.
- **Método empírico:** este método fue empleado en la recolección de los datos referidos a los rasgos de personalidad, depresión, ansiedad y autoestima en los músicos académicos. Cabe referir que la importancia de este método, reside en que permite el contacto de la investigadora con la población objeto de estudio.
- **Método estadístico:** se empleó este método en la sistematización de los resultados que se encontraron, ya que todos los datos recabados con la aplicación de los instrumentos fueron tabulados mediante el uso del programa estadístico SPSS, permitiendo su presentación en frecuencias y porcentajes.

4.4.2. Técnicas

- En cuanto la técnica, fue empleada la técnica de los **test psicométricos**, debido a que los instrumentos seleccionados para la evaluación de las variables (personalidad, depresión, ansiedad y autoestima) tienen un origen numérico y para el baremo fueron utilizados diferentes procedimientos estadísticos. También es importante mencionar que este tipo de instrumentos ayudaron en la objetividad de la investigación y coadyubaron a que los datos puedan ser presentados de manera cuantitativa.

4.4.3. Instrumentos

Los instrumentos que se utilizaron se presentan a continuación dentro de un cuadro resumen, de acuerdo a las variables objetivo:

Tabla n°1
Resumen de las variables e instrumentos

Variable	Instrumentos
Personalidad	Inventario de personalidad de Eysenck forma B
Depresión	Inventario de depresión de Beck (BDI-II)
Ansiedad	STAI, Cuestionario de ansiedad estado-rasgo
Autoestima	Inventario de autoestima de Coopersmith

FICHA TÉCNICA “INVENTARIO DE PERSONALIDAD DE EYSENCK FORMA B (EPI)”

Autor: Hans Jurgen Eysenck.

Objetivo del test: El inventario de personalidad (EPI) sirve para la medición de dos de las más importantes dimensiones de la personalidad en adultos: introversión- extroversión (E) y su neuroticismo (estabilidad- inestabilidad) (N). En personas a partir de los 16 años.

Técnica: Test psicométrico (Inventario)

Breve historia de creación y baremación del test: El Inventario de Personalidad de Eysenck para evaluar los rasgos de la personalidad, fue creado en 1964 por el psicólogo

factorialista Hans Jürgen Eysenck, quién se especializó en el estudio de la personalidad, aunque era un conductista que consideraba que los hábitos aprendidos eran de gran importancia, consideró que las diferencias en la personalidad se desarrollan a partir de la herencia genética. Por lo tanto, estuvo fundamentalmente interesado en lo que se suele llamar temperamento.

Es importante mencionar que en su inicio este inventario fue publicado y tuvo un gran auge en la Universidad de Londres, Inglaterra, tiempo después pasó a convertirse en uno de los mejores instrumentos psicométricos para la evaluación de la personalidad.

Confiabilidad y validez.

La confiabilidad fue demostrada con la estandarización del inventario realizada por el psicólogo Anicama (1974), en una población de 2000 sujetos de diferentes edades, entre universitarios, estudiantes secundarios y obreros.

La prueba test–retest arrojó los siguientes coeficientes de correlación “r” producto momento: E = 0,68, N = 0,71 y L = 0,61 quedando establecido el grado de confiabilidad del inventario a dos niveles de significación es del 5% y 1%. Se determinó la confiabilidad del Inventario de la personalidad Eysenck utilizando el método test-retest, en una muestra piloto de 30 estudiantes. El tiempo que transcurrió entre la primera y segunda aplicación, fue de cuatro a cinco semanas. Los índices de consistencia interna alfa de Cronbach para las dimensiones de personalidad extroversión- introversión y estabilidad- inestabilidad fueron de 0,757 y 0,771 respectivamente.

Los resultados muestran que el inventario alcanza buenos niveles de confiabilidad. La validez de contenido se estableció a través de la técnica de Juicio de expertos, compuesto por cinco profesionales psicólogos y docentes, que contaban con el grado académico de doctor, docentes universitarios. El coeficiente de valoración es de 93,6%, lo cual indica que el instrumento es capaz de lograr los objetivos propuestos.

Procedimiento de aplicación y calificación.

La administración se realiza de manera individual o colectiva, con una duración de aproximada de 25 minutos y su aplicación es desde los 16 años en adelante. Respecto a la

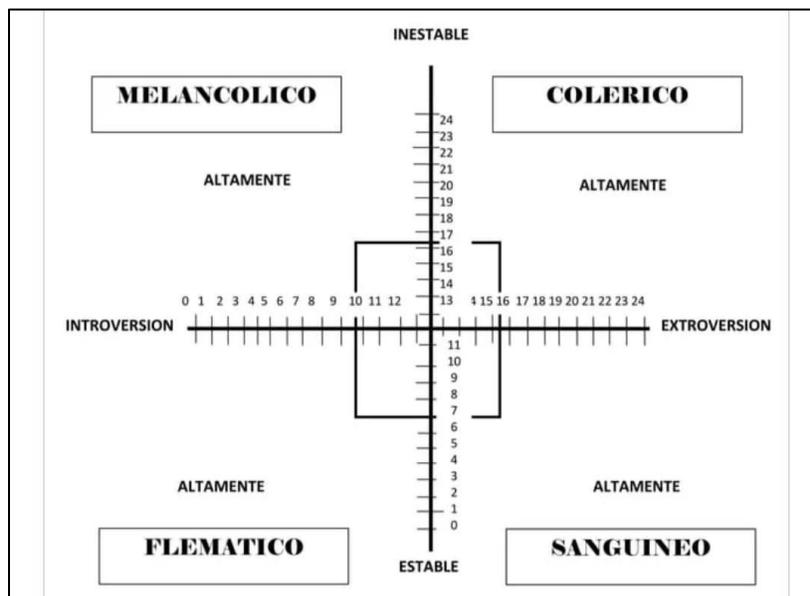
calificación, la misma se efectúa según la clave de puntuación descrita en el manual, asignándole un punto por cada respuesta marcada, una vez obtenidos los puntajes de ambas dimensiones se procede a ubicarlos dentro de la cruz para poder unir el punto de intersección.

Descripción de los materiales.

El inventario está compuesto por 57 ítems, 24 ítems para la dimensión extroversión-introversión (Escala E). Para la dimensión estabilidad-inestabilidad (Escala N), también son 24 y 9 ítems para la escala de mentiras. La persona debe responder a cada ítem con un “SÍ” o con un “NO”. Las dimensiones están compuestas por los siguientes ítems:

- **Extroversión-introversión (Escala E):** ítems (1, 3, 5, 8, 10, 13, 15, 17, 20, 22, 25, 27, 29, 32, 34, 37, 39, 41, 44, 46, 49, 51, 53 y 56).
- **Estabilidad-inestabilidad (Escala N):** ítems (2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55 y 57).
- **Escala de mentiras:** ítems (6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48 y 54).

Es importante referir que la calificación tiene varias etapas, se empieza puntuando cada ítem de acuerdo a la hoja de respuestas, una vez obtenido el puntaje por cada dimensión se procede a ubicarlos y encontrar la intersección de ambos. Este cruce entre ambos puntajes le brinda al investigador el rasgo combinado, para ello se usa el siguiente gráfico:



Escala:

De acuerdo a los puntajes obtenidos, los individuos pueden tener los siguientes rasgos de personalidad, los cuales derivan de la combinación de cada una de las dimensiones, cabe mencionar que los puntajes límite para cada dimensión es de 24 puntos:

1	Introvertido-Inestable
2	Extrovertido-Inestable
3	Extrovertido-Estable
4	Introvertido-Estable

FICHA TÉCNICA DEL INVENTARIO DE DEPRESIÓN DE BECK (BDI-II)

Autor (es): Beck AT, Ward CH, Mendelson M, Mock J y Erbauhg J. Autor de la adaptación española (BDI-II); Jesús Sanz, Antonio Luis Perdigón y Carmelo Vázquez.

Objetivo: evaluar el nivel de depresión en personas mayores a 13 años de edad.

Técnica: Test psicométrico (Inventario).

Confiabilidad y validez

En cuanto a la confiabilidad, el Inventario de Depresión de Beck (BDI-II) ha demostrado una excelente consistencia interna, evidenciada por una alta correlación test-retest de 0,93. Esto significa que los resultados obtenidos con el test son estables a lo largo del tiempo, lo cual es un indicio de que el instrumento mide de manera consistente la depresión en los individuos, sin que los resultados varíen significativamente en intervalos de tiempo cercanos. Este nivel de confiabilidad es comparable con los hallazgos reportados en estudios internacionales que utilizaron la versión original del BDI-II, con coeficientes superiores a 0.85, lo que respalda su solidez y efectividad en diversos contextos culturales y poblacionales.

Respecto a la validez, el BDI-II presenta una adecuada validez convergente, lo que implica que las puntuaciones obtenidas en el test están fuertemente correlacionadas con otras medidas de depresión ya validadas. Las correlaciones superiores a 0.50 indican que el BDI-II es capaz de captar adecuadamente los mismos constructos que otros instrumentos de medición de la

depresión, lo que aumenta la confianza en su capacidad para evaluar esta condición psicológica de manera precisa. Esta validez asegura que el instrumento no solo mide lo que pretende medir, sino que también está alineado con otros enfoques establecidos para la evaluación de la depresión.

Procedimiento de aplicación y calificación

El procedimiento de aplicación del BDI-II es flexible y puede realizarse de dos formas principales. La aplicación directa implica que el instrumento sea administrado uno a uno con el individuo, lo cual permite al evaluador guiar al sujeto a través de los ítems, asegurándose de que comprenda correctamente las preguntas y pueda responderlas de manera reflexiva. La aplicación colectiva, por otro lado, puede ser útil cuando se desea administrar el test a un grupo de personas al mismo tiempo. Esta modalidad es especialmente eficaz en contextos educativos o clínicos donde se requiere evaluar a un gran número de individuos de forma simultánea. El tiempo estimado para completar el BDI-II es relativamente corto, variando entre 5 a 10 minutos, lo que lo convierte en una herramienta práctica y eficiente para la evaluación rápida de la depresión. Los 21 ítems que componen el cuestionario se puntúan en una escala de 0 a 3 puntos, dependiendo de la intensidad del síntoma reportado por el individuo. La puntuación final se obtiene mediante la sumatoria de los ítems, la cual se ubica en la escala general, permitiendo así clasificar el nivel de depresión en diferentes rangos. Este sistema de puntuación es sencillo de aplicar y facilita la interpretación de los resultados, ayudando a los profesionales a tomar decisiones informadas sobre posibles intervenciones o tratamientos necesarios.

Escala:

Para obtener el nivel de depresión se implemento la siguiente escala:

Puntaje	Nivel de depresión
0 a 13 puntos	No depresión
De 14 a 19 puntos	Depresión leve
De 20 a 28 puntos	Depresión moderada
De 29 a 63 puntos	Depresión grave

FICHA TÉCNICA DE STAI, CUESTIONARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO

Autores: C. D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene.

Objetivo: identificar el nivel de ansiedad estado-rasgo en adolescentes y adultos.

Técnica: Test psicométrico (Cuestionario)

Confiabilidad y validez:

Cabe mencionar que el coeficiente alfa de los estudios originales oscila entre 0.83 y 0.92. En la muestra española los índices KR20 para A/E oscilan entre 0.90 y 0.93 y en A/R entre 0.84 y 0.87. La fiabilidad test-retest se obtuvo en un subgrupo de sujetos normales con diferentes intervalos. 1 hora-20 días-104 días. La validez del STAI se basa en que el evaluado entienda claramente las instrucciones referentes al Estado y reflejen sus impresiones sobre lo que siente “en ese momento”, mientras que la parte de Rasgo anote lo que siente “en general”.

Procedimiento de aplicación y calificación:

La administración puede ser de forma individual o colectiva, la aplicación dura aproximadamente 15 minutos, puede ser aplicado a adolescentes y adultos, con un nivel cultural mínimo para comprender las instrucciones y enunciados del cuestionario, la corrección es muy sencilla y puede ser realizada por cualquier persona experimentada, mediante la plantilla del test.

Es importante mencionar que respecto a la forma de corrección hay que indicar que las puntuaciones de las dos escalas del STAI pueden variar desde 0 hasta 60 puntos, la corrección de ambas escalas, tanto la de estado como la de rasgo se las efectúa con la respectiva plantilla de respuestas, contando los puntos de los ítems de ansiedad positivos y los negativos y trasladando el valor resultante a la fórmula impresa en la esquina superior derecha del ejemplar. De igual manera, se puede realizar la corrección directamente, para obtener la puntuación positiva de ansiedad de cada escala, se han de sumar las respuestas a los ítems correspondientes.

Descripción de los materiales: es importante mencionar que el Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo, consta de 40 ítems, que examina 2 factores que se describen a continuación:

1) Estado

2) Rasgo.

Escala:

Esta escala es válida tanto para la ansiedad-estado como para la ansiedad-rasgo:

Grado de ansiedad	Puntaje
Alto	77-79
Medio	25-75
Bajo	1-23

**FICHA TÉCNICA DEL INVENTARIO DE AUTOESTIMA DE COOPERSMITH
(COOPERSMITH SEI) VERSIÓN ADULTOS**

Autor: Coopersmith Stanley. Adaptación para Chile de H. Brinkmann y T. Segure Universidad de Concepción, 1988.

Objetivo: El inventario de Autoestima de Coopersmith corresponde a un instrumento de medición cuantitativa de la autoestima y sus dimensiones, a partir de los 16 años de edad.

Técnica: Test psicométrico (Inventario)

Confiabilidad y validez.

El autor describe el instrumento “como consistente en 50 ítems referido a las percepciones del sujeto en cuatro áreas: sus pares, padres, colegio y sí mismo”. En 1967 Coopersmith informa que la confiabilidad test- retest, en un grupo de estudiantes de quinto y sexto año fue de un 0.89. El inventario de Autoestima de Coopersmith (S.E.I), (Coopersmith, 1959) es citado con mayor frecuencia. El SEI ha sido utilizado y validado en un mayor número de investigaciones transculturales demostrando siempre buenas propiedades psicométricas. Cabe mencionar que se hizo una adaptación del instrumento para Chile que fue luego probada en una muestra de más de 1300 estudiantes de 1° y 2° año de Enseñanza Media, representativa para la comuna de Concepción. Sobre la base de los resultados obtenidos, se elaboraron luego normas de puntaje T para cada una de las escalas del Inventario y se llevaron a cabo los estudios de confiabilidad y validez. En éstos se obtuvieron coeficientes con valores entre los

0.81 y 0.93 para las diferentes escalas. En relación al sexo, no se encontraron diferencias significativas.

Procedimiento de aplicación y calificación.

El instrumento es un inventario de auto-reporte de 25 ítems, en el cual el sujeto lee una sentencia declarativa y luego decide si esa afirmación es “igual que yo” (si) o “distinto a mí” (no). El inventario está referido a la percepción de la persona en tres áreas.

El Inventario de Autoestima de Coopersmith para Adultos, toma como referencia los primeros 25 ítems del primer inventario de niños. Está compuesto por 25 Ítems, en los que no se encuentran incluidos ítems correspondientes a la escala de mentiras.

La prueba se encuentra diseñada para medir las actitudes valorativas de adolescentes y adultos a partir de los 16 años de edad en adelante. Los ítems se deben responder de acuerdo a si el sujeto se identifica o no con cada afirmación en términos de verdadero o falso.

El puntaje máximo es de 100 puntos. Cada respuesta vale un punto, así mismo un puntaje total de autoestima que resulta de la suma de los totales de las sub-escalas multiplicadas por 4 (CUATRO)

La calificación es un procedimiento directo, el sujeto debe responder de acuerdo a la identificación que se tenga o no con la afirmación en términos de Verdadero (Tal como a mí) o Falso (No como a mí)

La calificación es un procedimiento directo. Los puntajes se obtienen haciendo uso de la clave de respuestas. Siendo al final el puntaje máximo 100.

- **Ítems verdaderos:** 1, 4, 5, 8, 9, 14, 19 y 20. (Valen un punto, si el sujeto los eligió como Verdaderos).
- **Ítems falsos:** 2, 3, 6, 7, 10, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 24, 25. (Valen un punto, si el sujeto los eligió como Falsos).

Descripción de los materiales.

El inventario consta de 25 ítems con respuestas de verdadero o falso además este instrumento necesita como materiales; una hoja de preguntas, una hoja de respuestas y un lápiz.

Dimensión	Ítems
Sí mismo	(1, 2, 3, 8, 10, 11, 13, 16, 17, 20, 21 y 22)
Familiar	(5, 7, 9, 14 y 18)
Social	(4, 6, 12, 15 y 19)

Escala:

Los intervalos para cada categoría de autoestima son los siguientes:

Nivel de autoestima	Puntaje
Bajo	De 0 a 24
Medio bajo	25 a 49
Medio alto	50 a 74
Alto	75 a 100

4.5. Procedimiento

El presente trabajo de investigación fue desarrollado siguiendo una serie de fases cuidadosamente estructuradas, que permitieron garantizar el rigor metodológico y la coherencia del estudio. Estas fases se describen a continuación:

1. Revisión bibliográfica

En la primera fase, se llevó a cabo una exhaustiva revisión de la bibliografía relacionada con las variables de estudio: personalidad, depresión, ansiedad estado-rasgo y autoestima. Este proceso incluyó la consulta de libros, artículos científicos, tesis y otras fuentes académicas, con el objetivo de recopilar y analizar teorías, conceptos y estudios previos sobre las variables mencionadas. La revisión bibliográfica no solo sirvió como sustento teórico para el marco conceptual del trabajo, sino que también proporcionó las bases necesarias para diseñar la metodología, seleccionar los instrumentos y analizar los resultados obtenidos.

2. Selección de los instrumentos

Con base en los objetivos definidos y las variables de interés, se procedió a seleccionar los instrumentos más adecuados para medir cada variable. Esta selección se realizó considerando

criterios rigurosos de validez y confiabilidad, de manera que los resultados obtenidos fueran precisos y representativos. Los instrumentos seleccionados fueron:

- Inventario de personalidad de Eysenck (forma B), utilizado para evaluar rasgos de personalidad.
- Inventario de depresión de Beck (BDI-II), que mide la intensidad de la depresión.
- STAI (Cuestionario de ansiedad estado-rasgo), que permite identificar la ansiedad tanto como estado transitorio como rasgo estable.
- Inventario de autoestima de Coopersmith, para evaluar las dimensiones de la autoestima.

3. Prueba piloto

En esta etapa, se aplicaron los instrumentos seleccionados a una pequeña muestra de músicos, con el propósito de evaluar su adecuación y comprensibilidad para la población objetivo. La prueba piloto permitió identificar posibles dificultades en la interpretación de las preguntas o reactivos, así como ajustar los procedimientos para su aplicación en la muestra definitiva. Además, esta fase contribuyó a familiarizar a la investigadora con los instrumentos y a prever posibles desafíos durante el proceso de recolección de datos. Los ajustes realizados en esta etapa aseguraron que los instrumentos fueran claros, pertinentes y culturalmente adecuados para la población de estudio.

4. Recojo de la información

En la cuarta fase, se procedió a la aplicación de los instrumentos seleccionados a los músicos académicos de la ciudad de Tarija. Para acceder a esta población, se utilizó la técnica de bola de nieve, que permitió contactar a un número considerable de músicos a través de recomendaciones y redes de contacto dentro de la comunidad artística local. Este proceso se facilitó gracias al vínculo de la investigadora con diversas orquestas y grupos musicales, lo que garantizó un acceso más directo y fluido a la población objetivo. Cada test fue administrado de manera cuidadosa y respetando los principios éticos, con el objetivo de obtener datos fiables y representativos.

5. Procesamiento de la información

Una vez recolectados los datos mediante los instrumentos relacionados con personalidad, depresión, ansiedad y autoestima, se realizó el procesamiento de la información. Los datos fueron organizados y tabulados, posteriormente analizados a través del programa estadístico SPSS, que permitió generar cuadros y gráficos para una mejor interpretación de los resultados.

6. Redacción del informe final

La fase final consistió en la redacción del informe de investigación, en el cual se integraron los hallazgos obtenidos durante todo el proceso. Este documento incluyó las conclusiones y recomendaciones derivadas del análisis de los datos, así como una reflexión sobre las implicaciones prácticas y teóricas del estudio.

Finalmente, el informe fue presentado a las autoridades de la Facultad de Humanidades de la Universidad Autónoma “Juan Misael Saracho”, cumpliendo con los requisitos establecidos por la institución. Esta etapa permitió cerrar el ciclo de la investigación, asegurando que los resultados contribuyan al conocimiento en el ámbito de la psicología y la música.

4.6. Cronograma

El presente trabajo de investigación, se llevó a cabo en función a las siguientes actividades sujetas al calendario:

Actividad	GESTIÓN 2023					GESTIÓN 2024									
	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	
Revisión Bibliográfica	X	X													
Selección de los instrumentos		X	X	X											
Prueba piloto						X									
Recojo de la información						X	X	X							
Procesamiento de la información									X	X	X	X			
Redacción del informe final													X	X	

CAPÍTULO V
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS
RESULTADOS

V. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

En el presente capítulo de la investigación se plasman todos los datos recabados de la aplicación de los instrumentos, los resultados se presentan en tablas y figuras, indicando los resultados en frecuencias y porcentajes.

En la parte inicial se muestran los datos sociodemográficos o la distribución de la población y posteriormente se reflejan los resultados sobre las variables principales del estudio.

5.1. DATOS SOCIODEMOGRÁFICOS

Tabla n°2

Sexo y edad

	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	42	60,0%
Femenino	28	40,0%
Total	70	100,0%
	Frecuencia	Porcentaje
De 18 a 30 años	51	72,9%
De 31 a 43 años	14	20,0%
De 44 a 59 años	5	7,1%
Total	70	100,0%

De acuerdo con la tabla presentada sobre el sexo, se puede ver que el 60,0% de los músicos académicos son del sexo masculino y el restante, 40,0% son músicos del sexo femenino.

Respecto a la edad, se puede ver que el 72,9% tiene de 18 a 30 años de edad, el 20,0% tiene de 31 a 43 años y finalmente, el 7,1% son músicos que tienen entre 44 a 59 años de edad.

Tabla n°3

Tiempo que lleva en la música en años

	Frecuencia	Porcentaje
De 5 a 10 años	34	48,6%
De 11 a 16 años	20	28,6%
17 años o más	16	22,9%
Total	70	100,0%

Considerando el tiempo que llevan en la música, se observa que el 48,6% lleva de 5 a 10 años, el 28,6% lleva de 11 a 16 años y, por último, el 22,9% que lleva 17 años o más dentro de la música. Cabe mencionar que muchos de los músicos llevan practicando la música desde la niñez y siguen practicando hasta la actualidad, incluso algunos de ellos ya cuentan con sus propias familias o profesiones alternas.

5.2. PERSONALIDAD

De acuerdo al primer objetivo específico: *“Describir los rasgos de personalidad que presentan los músicos académicos”*, se presentan los siguientes resultados:

Tabla n°4

Personalidad

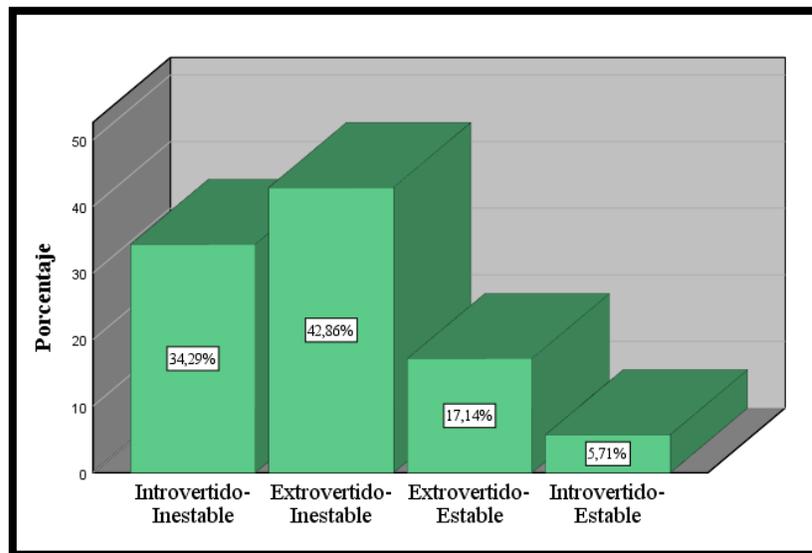
Rasgo	Frecuencia	Porcentaje
Introverso-Inestable	24	34,3%
Extroverso-Inestable	30	42,9%
Extroverso-Estable	12	17,1%
Introverso-Estable	4	5,7%
Total	70	100,0%

Fuente: Inventario de personalidad de Eysenck forma B

Elaboración: propia.

Figura n°1

Personalidad



Hay que empezar entendiendo que la **personalidad**, de acuerdo a Eysenck y Eysenck (1985) hace referencia a “una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento, intelecto y físico de una persona que determina su adaptación única al ambiente” (p.9).

De acuerdo a los datos más significativos se observa que el 42,9% de los músicos académicos de la ciudad de Tarija, presentan rasgos de personalidad que se caracterizan por extroversión-inestabilidad, esto implica una combinación de características que, por un lado, hacen que una persona se sienta energizada y motivada por la interacción social, mostrando una personalidad abierta, amigable y conversadora. Sin embargo, su inestabilidad emocional implica que también tienden a experimentar fluctuaciones rápidas e intensas en su estado de ánimo, lo que puede llevar a sentimientos de ansiedad, tristeza o irritabilidad de manera repentina.

Sobre la combinación de estos rasgos de la personalidad, autores como Eysenck y Eysenck (1985) refieren que el típico extrovertido es sociable, tiene muchos amigos, necesita hablar con la gente y no le gusta leer o estudiar solo. Anhela la animación, es arriesgado, actúa

improvisadamente y generalmente es una persona impulsiva, es aficionado a las bromas, siempre tiene una respuesta a punto y generalmente le gustan los cambios. Asimismo, estos autores indican que la persona que es inestable, por lo general, es muy emotiva, reacciona de forma excesiva a todo tipo de estímulos y encuentra dificultades para volver a su nivel emocional normal después de cada experiencia activadora a nivel emotivo. Sus fuertes reacciones emocionales interfieren la realización de conductas apropiadas y le pueden hacer actuar de forma irracional.

Es importante mencionar que esta mezcla de extroversión e inestabilidad emocional puede hacer que sus interacciones sean muy dinámicas, pero también impredecibles, a veces abrumando tanto a la persona como a quienes los rodean debido a sus reacciones emocionales cambiantes. No hay que olvidar que esta combinación puede afectar sus relaciones personales y profesionales, ya que los demás pueden encontrar difícil predecir su comportamiento o saber cómo manejar sus estados emocionales variables.

De acuerdo al segundo dato significativo, se puede ver que el 34,3% de los músicos académicos de la ciudad de Tarija tienen rasgos de introversión-inestabilidad, esto significa que son personas que tienden a preferir la tranquilidad y las actividades en solitario, sintiéndose más cómodos en ambientes más tranquilos y en su propio espacio. Al mismo tiempo, la inestabilidad emocional implica que pueden experimentar cambios de humor inesperados y fuertes, sintiéndose felices en un momento y tristes o ansiosos al siguiente.

Se ha podido observar que, tanto en el primer como en el segundo dato significativo, es evidente una inestabilidad en los músicos académicos, que puede ser causada por la presión constante para alcanzar la perfección, la alta competencia en su entorno y la incertidumbre sobre su futuro profesional. Asimismo, se le puede sumar la falta de apoyo emocional y la autocrítica que juegan un papel importante, así como el estrés relacionado con las presentaciones en público. Además, el desbalance entre la vida personal y profesional puede generar sentimientos de aislamiento y vacío, contribuyendo a su vulnerabilidad emocional.

Para terminar, es importante hacer mención que, en una orquesta, los músicos con una personalidad extrovertida e inestable pueden enfrentar desafíos únicos y ofrecer contribuciones valiosas al conjunto. Los músicos extrovertidos suelen disfrutar de la interacción social y pueden aportar una energía positiva al grupo, ayudando a fomentar un

ambiente colaborativo. Sin embargo, al ser emocionalmente inestables, pueden experimentar cambios de humor significativos que pueden afectar tanto a su propio rendimiento como la dinámica grupal, pueden sentirse ansiosos o abrumados en situaciones de alta presión, como conciertos o audiciones, lo que podría dificultar su capacidad para concentrarse o adaptarse.

Tabla n°5

Personalidad en relación al sexo y edad

Personalidad	Sexo				Edad						Total	
	Masculino		Femenino		De 18 a 30 años		De 31 a 43 años		De 44 a 59 años			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Introv-Inest	7	16,7	17	60,7	20	39,2	3	21,4	1	20,0	24	34,3
Extrov-Inest	22	52,4	8	28,6	18	35,3	9	64,3	3	60,0	30	42,9
Extrov-Estab	11	26,2	1	3,6	9	17,6	2	14,3	1	20,0	12	17,1
Introv-Estab	2	4,8	2	7,1	4	7,8	0	0,0	0	0,0	4	5,7
Total	42	100	28	100	51	100	14	100	5	100	70	100

Fuente: Inventario de personalidad de Eysenck forma B

Elaboración: propia.

En la siguiente tabla se pueden ver los datos sobre la personalidad en relación a variables como el sexo y la edad que tienen los músicos académicos de la ciudad de Tarija, el análisis se muestra a continuación:

En primer lugar, sobre el sexo se evidencia que el 52,4% de los músicos varones a la vez tienen rasgos de extroversión e inestabilidad, a diferencia del 60,7% de las mujeres quienes en su mayoría muestran rasgos de introversión e inestabilidad, se ve que ambos sexos muestran inestabilidad en cuanto a las emociones, sin embargo, son los varones quienes tienen una mayor extroversión que las mujeres, esto puede estar influenciado por varios factores culturales, sociales y personales. Tradicionalmente, las expectativas sociales y los roles de género han alentado a los hombres a ser más extrovertidos y a ocupar más espacio en contextos públicos, lo que podría hacer que los músicos varones se sientan más cómodos al expresar abiertamente sus opiniones, liderar ensayos o participar activamente en dinámicas grupales dentro de una orquesta. Además, en algunos casos, el entorno competitivo de la música clásica y la cultura de la orquesta pueden ser más acogedores para los varones, promoviendo un comportamiento más extrovertido en ellos.

Ahora bien, haciendo énfasis en la edad que tienen los músicos, se puede ver que el 39,2% de los que tienen 18 a 30 años de edad a la vez tienden a presentar rasgos de introversión e inestabilidad, a diferencia del 64,3% de los que tienen 31 a 43 años y los que tienen 44 a 59 años quienes tienden a presentar rasgos de extroversión e inestabilidad. La diferencia radica en los rasgos de extroversión que en los músicos de más edad son mayores que en los músicos con menos edad, quienes presentan una mayor introversión, los músicos más jóvenes pueden ser menos extrovertidos que los de mayor edad porque, al estar al inicio de sus carreras, a menudo se sienten menos seguros de sus habilidades y de su lugar en el grupo. Además, no hay que olvidar la falta de experiencia y el deseo de impresionar pueden hacer que se sientan más reservados y menos propensos a destacar o tomar la iniciativa en situaciones sociales o profesionales. En cambio, por su parte, los músicos mayores, suelen tener más confianza en sí mismos o en sus capacidades, lo que les puede hacer sentirse más cómodos al interactuar con otros, expresarse abiertamente y participar activamente en el entorno ya sea de la música o fuera del mismo.

Tabla n°6***Personalidad en relación al tiempo que lleva en la música***

Personalidad	Tiempo						Total	
	De 5 a 10 años		De 11 a 16 años		17 años o más			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Introverso-Inestable	13	38,2	6	30,0	5	31,3	24	34,3
Extroverso-Inestable	12	35,3	9	45,0	9	56,3	30	42,9
Extroverso-Estable	6	17,6	4	20,0	2	12,5	12	17,1
Introverso-Estable	3	8,8	1	5,0	0	0,0	4	5,7
Total	34	100,0	20	100,0	16	100,0	70	100,0

Fuente: Inventario de personalidad de Eysenck forma B

Elaboración: propia.

Posterior a la tabla presentada, se muestra el siguiente análisis e interpretación de los resultados sobre la personalidad en relación al tiempo que llevan en la música:

De acuerdo al dato más relevante se puede ver que el 38,2% de los músicos que llevan de 5 a 10 años a la vez presentan rasgos de introversión e inestabilidad, a diferencia de los músicos con más años dentro de este arte, ya que el 45,0% de los que llevan de 11 a 16 años y el 56,0% de los que llevan 17 años o más, a la vez tienden a presentar rasgos de extroversión e inestabilidad. La diferencia se puede ver en la extroversión que tiende a ser mayor en los músicos con más años dentro de la música como tal.

Cabe mencionar que los músicos académicos con mayor trayectoria pueden ser más extrovertidos porque, a lo largo de los años, han ganado confianza en sus habilidades y en su papel dentro del entorno musical, la experiencia les puede permitir sentirse más seguros al interactuar con colegas, asumir roles de liderazgo y participar con mayor soltura en eventos.

Además, no se debe olvidar que la trayectoria prolongada en la música a menudo implica haber trabajado en una variedad de contextos y con diferentes grupos, lo que ayuda a desarrollar habilidades sociales y una mayor comodidad en situaciones públicas, esta mayor seguridad y experiencia tienden a hacer que los músicos con más años en la música se sientan más relajados y dispuestos a expresar su personalidad y tomar la iniciativa en sus interacciones.

5.3. DEPRESIÓN

Considerando al segundo objetivo específico: *“Identificar el nivel de depresión que presentan los músicos académicos”*, se muestran los siguientes datos:

Tabla n°7

Depresión

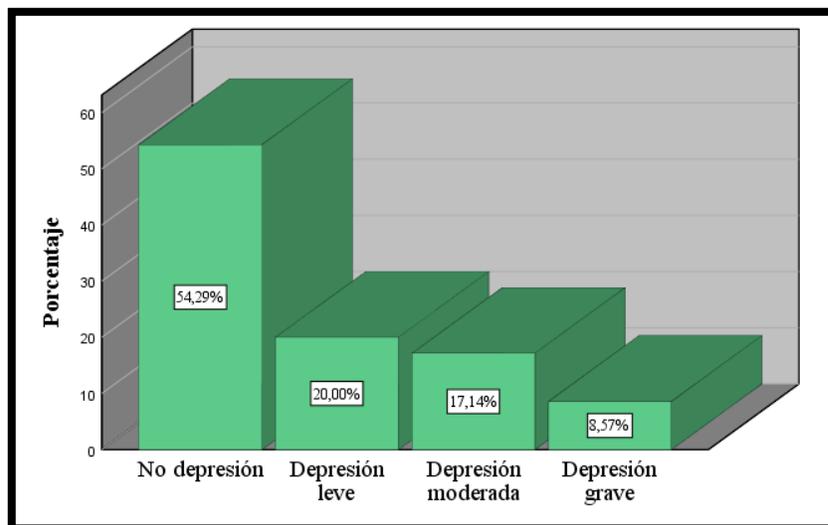
Nivel	Frecuencia	Porcentaje
No depresión	38	54,3
Depresión leve	14	20,0
Depresión moderada	12	17,1
Depresión grave	6	8,6
Total	70	100,0

Fuente: Inventario de depresión de Beck (BDI-II)

Elaboración: propia.

Figura n°2

Depresión



Tomando en cuenta a **depresión**, Beck (1983) la define como *“un estado anormal del organismo que se manifiesta a través de señales y síntomas, como un estado de ánimo*

subjetivo bajo, actitudes pesimistas y nihilistas, una pérdida de la espontaneidad y señales vegetativas específicas” (p.78).

De acuerdo al dato más significativo se observa que el 54,3% de los músicos académicos de la ciudad de Tarija, no presentan sintomatología de depresión, estas personas experimentan un estado de ánimo más equilibrado y positivo en la vida diaria, suelen sentirse motivadas y enérgicas, manejan el estrés de manera efectiva y pueden disfrutar de sus actividades y relaciones, pueden enfrentar desafíos y dificultades sin sentirse abrumados y tienden a ver las cosas de una manera más optimista.

Este es un dato importante ya que muestra que un gran porcentaje de los músicos no tienen depresión, algo fundamental para su cotidianidad y para la carrera musical que llevan adelante, no tener depresión podría beneficiar a un músico de orquesta al permitirle concentrarse mejor y manejar el estrés asociado con ensayos y presentaciones. Además, la ausencia de depresión podría facilitar una comunicación más efectiva con otros músicos y una mayor capacidad para disfrutar y expresar emociones a través de la música. Por lo tanto, es positivo que una buena salud mental permita un rendimiento más estable y una experiencia más satisfactoria en el ámbito musical.

Ahora bien, considerando los demás resultados encontrados se evidencian datos que no son muy altos pero que muestran una realidad sumamente importante, pues el 20,0% tiene depresión leve, el 17,1% tiene una depresión moderada y el 8,6% de los músicos presentan una depresión grave, la cual denota una situación en donde los síntomas pueden llegar a ser más frecuentes e intensos, pudiendo en muchas ocasiones alterar la cotidianidad y el funcionamiento de las personas, puede afectar su capacidad para llevar a cabo actividades diarias, puede influir en la disminución de la motivación y la energía.

Para autores como Leighton (2023) la música tiene el poder de conmover a la gente, influir en sus emociones y conectar con los demás de forma muy positiva, sin embargo, el proceso creativo y la realidad de la música pueden resultar a veces difíciles y estresantes, el mismo autor también sostiene que los músicos, y los artistas en general, suelen correr el riesgo de sufrir depresión, ansiedad, abuso de sustancias y otras afecciones. Esto puede deberse a la alta competencia, el estilo de vida agitado, la necesidad de reconocimiento y de encontrar un trabajo regular para ganarse la vida.

En conclusión, la depresión en niveles elevados puede contribuir a una percepción negativa de uno mismo y del futuro, en resumen, la depresión puede interferir profundamente en el bienestar general o en la calidad de vida de una persona.

La depresión de manera general y no solo en los músicos, resulta una problemática que debe de llamar la atención. De acuerdo a San Molina y Martí (2010) la depresión afecta a la persona y como se valora la misma, la depresión además no indica una debilidad personal y no es un estado del que se pueda librar a voluntad. Es una de las primeras causas de incapacidad y conlleva un elevado coste económico y un importante sufrimiento, este tipo de afecciones, interfieren con el funcionamiento general de la persona.

Tabla n°8

Depresión en relación al sexo y edad

Nivel de depresión	Sexo				Edad						Total	
	Masculino		Femenino		De 18 a 30 años		De 31 a 43 años		De 44 a 59 años			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
No depresión	25	59,5	13	46,4	21	41,2	13	92,9	4	80,0	38	54,3
D. Leve	9	21,4	5	17,9	13	25,5	1	7,1	0	0,0	14	20,0
D. Moderada	6	14,3	6	21,4	11	21,6	0	0,0	1	20,0	12	17,1
D. Grave	2	4,8	4	14,3	6	11,8	0	0,0	0	0,0	6	8,6
Total	42	100	28	100	51	100	14	100	5	100	70	100

Fuente: Inventario de depresión de Beck (BDI-II)

Elaboración: propia.

Posterior a la presentación de la tabla sobre la depresión en relación al sexo y la edad de los músicos, se muestra el siguiente análisis e interpretación de los datos:

Respecto al sexo de los músicos se observa que tanto el 59,5% de varones y el 46,4% de las mujeres tienden a no presentar depresión. Observando los puntajes de manera general, las mujeres puntúan levemente en mayores niveles de depresión moderada y grave, sin embargo, los puntajes no son amplios, por ende, indistintamente del sexo los músicos presentan niveles de depresión similares, esto puede ser debido a varios factores que afectan a ambos géneros, aunque a menudo se manifiestan de diferentes maneras. Ambos pueden experimentar síntomas comunes como tristeza, pérdida de interés en actividades y fatiga. Sin embargo, las diferencias en la forma en que se expresa la depresión pueden llevar a que hombres y mujeres se enfrenten a desafíos similares en términos de intensidad como de duración de los síntomas.

De acuerdo a la edad, se puede ver que los músicos de 18 a 30 años tienen puntajes más dispersos mostrando más niveles de depresión por encima de los músicos de mayor edad, en donde los puntajes se encuentran mayormente marcados en “no depresión”. De esta manera, los músicos más jóvenes tienden a presentar más niveles de depresión que los de más edad, los músicos más jóvenes pueden enfrentar un mayor riesgo de depresión debido a la presión y las incertidumbres asociadas con el inicio de su carrera, la búsqueda de éxito en un campo competitivo como el de la música y la adaptación a las exigencias del entorno musical pueden

generar mayores sentimientos negativos. Para Andreone (2023) los músicos jóvenes enfrentan desafíos únicos que pueden aumentar su riesgo de depresión, especialmente en las primeras etapas de su carrera. Estos desafíos se agravan debido a factores como la intensa competencia, las largas horas de práctica y actuación, y la presión por tener éxito en una industria altamente demandante, los músicos tienen una probabilidad significativamente mayor de experimentar depresión en comparación con la población general, siendo los músicos más jóvenes los más vulnerables debido a las presiones del inicio de su carrera en un entorno competitivo.

Asimismo, Soundref (2024) refiere que la competitividad en el mundo de la música puede generar sentimientos de insuficiencia y miedo al fracaso. Para los músicos jóvenes, esto puede manifestarse en preocupación por su éxito, así como una sensación de falta de control sobre el curso de su carrera. Además, la vida de aislamiento que a menudo acompaña a un músico, debido a las largas horas de práctica, giras y actuaciones, puede conducir a la soledad, lo que puede agravar los sentimientos de depresión.

Además, los jóvenes a menudo están en proceso de definir su identidad profesional y personal, lo que puede aumentar su vulnerabilidad a problemas emocionales, a diferencia de los músicos académicos mayores, con más años de experiencia y en algunos casos con estabilidad en su carrera, tienden a manejar mejor las presiones y pueden haber desarrollado estrategias efectivas para afrontar los desafíos.

Tabla n°9***Depresión en relación al tiempo que lleva en la música***

Nivel de depresión	Tiempo						Total	
	De 5 a 10 años		De 11 a 16 años		17 años o más		Fr	%
	Fr	%	Fr	%	Fr	%		
No depresión	14	41,2	12	60,0	12	75,0	38	54,3
Depresión leve	9	26,5	4	20,0	1	6,3	14	20,0
Depresión moderada	6	17,6	4	20,0	2	12,5	12	17,1
Depresión grave	5	14,7	0	0,0	1	6,3	6	8,6
Total	34	100	20	100	16	100	70	100

Fuente: Inventario de depresión de Beck (BDI-II)

Elaboración: propia.

En la tabla que fue presentada se muestran los resultados obtenidos sobre el nivel de depresión que tienen los músicos y el tiempo que llevan en la música, el análisis refiere lo siguiente:

En función a los datos más elevados se observa que el 41,2% de los músicos que llevan de 5 a 10 años, el 60,0% de los que llevan de 11 a 16 años y el 75,0% de los que llevan 17 años o más, todos a la vez tienden a no presentar depresión, denotando que no hay diferencias claras entre el tiempo que llevan en la música y el nivel de depresión.

Esta igualdad en los puntajes puede ser debido a las constantes presiones y desafíos de la profesión. Tanto los músicos jóvenes como los más experimentados pueden enfrentar presiones relacionadas con la competencia, la alta demanda de rendimiento y las expectativas propias y ajenas. Los músicos jóvenes pueden estar lidiando con la incertidumbre sobre su futuro y la adaptación a un entorno exigente, mientras que los músicos con más trayectoria pueden enfrentarse al agotamiento, la presión por mantener su éxito y el miedo a perder relevancia.

Para terminar, es importante hacer mención, que las dificultades emocionales pueden ser intensas en cualquier etapa de la carrera musical debido a las exigencias y el estrés inherentes a la profesión de músico. Las dificultades emocionales son comunes entre los músicos de

orquesta debido al intenso estrés y las altas expectativas que enfrentan en su profesión. Kegelaers et al. (2016) refieren que los músicos experimentan síntomas de depresión y ansiedad. El estudio mostró que, aunque los músicos profesionales suelen tener una mejor regulación emocional en comparación con los estudiantes, las demandas del rendimiento en solitario y en conjunto, junto con las largas horas de práctica, aumentan el nivel de estrés, lo que puede generar agotamiento y malestar emocional.

Por otro lado, Pilger et al. (2013) destacan que los músicos experimentan niveles elevados de depresión, especialmente en situaciones de alta presión, como los estrenos o las presentaciones en vivo. Su estudio encontró que el estrés puede afectar significativamente el estado de ánimo, llevando a emociones negativas como la irritabilidad, lo que a su vez influye en el rendimiento. Es importante mencionar que estos estudios destacan la presión emocional que los músicos enfrentan a lo largo de sus carreras, tanto en la práctica diaria como en las actuaciones de alto riesgo.

5.4. ANSIEDAD

Tomando en cuenta al tercer objetivo específico; *“Describir el nivel de ansiedad que presentan los músicos académicos”*, se presentan los siguientes resultados:

Tabla n°10

Ansiedad estado-rasgo

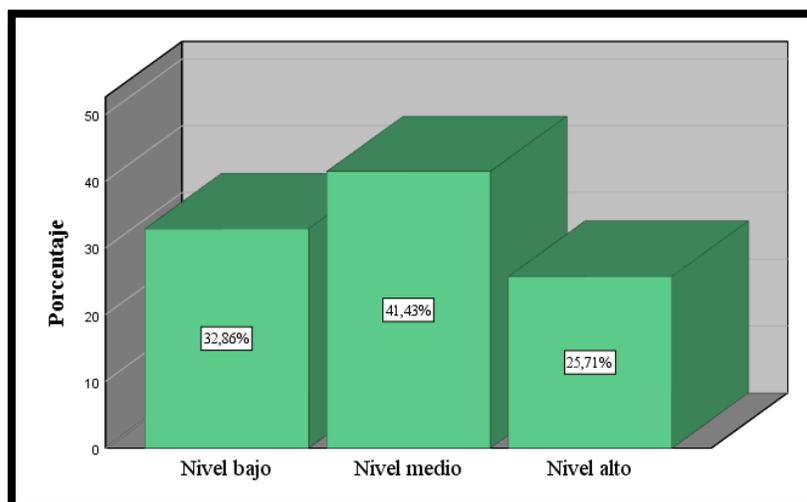
Estado	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	23	32,9
Nivel medio	29	41,4
Nivel alto	18	25,7
Total	70	100,0
Rasgo	Frecuencia	Porcentaje
Nivel bajo	9	12,9
Nivel medio	34	48,6
Nivel alto	27	38,6
Total	70	100,0

Fuente: STAI, Cuestionario de ansiedad estado-rasgo

Elaboración: propia.

Figura n°3

Ansiedad estado



Haciendo énfasis en la **ansiedad**, Spielberger, (1970) la define como *“un estado emocional desagradable, caracterizado por sentimientos subjetivos de tensión, o preocupación y por*

activación del sistema nervioso autónomo, se considera y define mejor la ansiedad teniendo en cuenta la diferencia de rasgo de personalidad y estado emocional en la ansiedad” (p.51).

De acuerdo a los datos sobre el nivel de ansiedad estado, se observa que el 41,4% de los músicos académicos de la ciudad de Tarija presentan un nivel medio de ansiedad, esto denota que los músicos actualmente sienten como una preocupación constante que, aunque no es abrumadora, puede ser molesta. En este nivel de ansiedad, la persona puede sentirse nerviosa o tensa la mayor parte del tiempo, tener problemas para relajarse y concentrarse, aunque no impide realizar las actividades diarias con normalidad.

Respecto a la ansiedad rasgo, se puede ver que el 48,6% de los músicos tiene un nivel medio, es decir, los músicos tienen una tendencia general a sentirse nervioso o preocupado de manera regular, aunque no de forma extrema. La persona en un nivel medio es propensa a sentir estrés en situaciones nuevas o desafiantes. Cabe mencionar que esta tendencia a preocuparse puede influir en cómo enfrentan los desafíos y en su capacidad para relajarse, pero generalmente permiten llevar una vida funcional y cumplir con sus responsabilidades diarias.

La ansiedad para la vida en general es un aspecto a tomar en cuenta ya que al encontrarse en niveles elevados puede afectar significativamente a la vida y al funcionamiento de la persona. El propio Spielberg (1970) refiere que cuando la ansiedad excede cierta magnitud o sobrepasa la capacidad de adaptación del individuo, en ese momento es cuando la ansiedad se vuelve una patología, lo cual provoca incomodidad significativa, que presenta síntomas los cuales llegan a afectar a un nivel físico, psicológico y conductual. Esta es considerada como una ansiedad que no es normal y que puede causar diversas dificultades en la persona que la sufre.

Haciendo énfasis en la gravedad de la ansiedad para la persona y su funcionamiento en general, autores como Forcadell et.al, (2019) sostienen que la ansiedad hasta cierto punto es una emoción que todo el mundo ha experimentado en algún momento y que ayuda al organismo a prepararse para hacer alguna cosa importante, sin embargo, esta puede pasar a ser patológica y es ahí donde se empieza a convertir en un problema para la persona, a grandes rasgos, cuando una persona tiene síntomas de ansiedad nota algunas sensaciones físicas desagradables como palpitaciones o mareos, además, esto ocurre porque las situaciones de

peligro, producen reacciones a nivel cerebral y hormonal que activan el cuerpo como si fueran una alarma antiincendios.

Para terminar, hay que referir que la ansiedad en músicos académicos de orquestas puede aparecer debido a las demandas del trabajo, no hay que olvidar que los músicos a menudo sienten nervios antes de audiciones, ensayos o conciertos importantes, lo que puede afectar su confianza y concentración, a todo ello se le puede sumar la presión para tocar de manera precisa y coordinarse con otros músicos.

En conclusión, a pesar de que muchos logran manejar esta ansiedad, que puede ser un desafío constante e influir en su bienestar y en cómo se desempeñan en el escenario.

Tabla n°11

Ansiedad estado en relación al sexo y edad

Ansiedad estado	Sexo				Edad						Total	
	Masculino		Femenino		De 18 a 30 años		De 31 a 43 años		De 44 a 59 años			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	11	26,2	12	42,9	12	23,5	10	71,4	1	20,0	23	32,9
Medio	23	54,8	6	21,4	22	43,1	4	28,6	3	60,0	29	41,4
Alto	8	19,0	10	35,7	17	33,3	0	0,0	1	20,0	18	25,7
Total	42	100	28	100	51	100	14	100	5	100	70	100

Fuente: STAI, Cuestionario de ansiedad estado-rasgo

Elaboración: propia.

De acuerdo a los datos encontrados sobre el sexo y la edad que tienen los músicos en relación al nivel de ansiedad estado, se presenta el siguiente análisis e interpretación.

Sobre el sexo de los músicos, se evidencia que el 54,8% de los músicos varones presenta un nivel medio de ansiedad, a diferencia del 42,9% de los músicos que son mujeres quienes muestran un nivel bajo de ansiedad. De esta manera se observa que los varones presentan niveles de ansiedad por encima del presentado por las mujeres, esto puede deberse a las expectativas y presiones sociales. Los hombres pueden sentir una mayor necesidad de demostrar su éxito y competencia en un entorno que de por sí ya es competitivo, lo que puede incrementar su nivel de ansiedad. Además, no hay que olvidar que los estereotipos de género a menudo fomentan que los hombres no busquen ayuda o no expresen sus preocupaciones, lo que puede agravar los niveles de ansiedad. De acuerdo a Dempsey y Comeau, (2019) la diferencia de género también se refleja en los mecanismos que cada sexo utiliza para manejar la ansiedad. Mientras que las mujeres tienden a buscar apoyo social o se preocupan más por las posibles fallas, los hombres suelen recurrir a estrategias como la supresión de pensamientos, lo que podría empeorar su sensación de pérdida de control frente a la ansiedad, estos patrones no solo están influenciados por la biología, sino también por los roles de género que determinan las formas en que se expresan las emociones y se enfrenta, lo que resalta la importancia de tener en cuenta las especificidades de género en los enfoques terapéuticos y de manejo de la ansiedad.

En resumen, aunque tanto hombres como mujeres enfrentan la ansiedad en el contexto musical, las diferencias de género en las expectativas sociales y las estrategias de afrontamiento juegan un papel crucial en la forma en que experimentan y gestionan esta ansiedad.

Considerando los resultados de la edad, se observa que el 43,1% de los músicos de 18 a 30 años presentan un nivel medio al igual que los músicos de 44 a 59 años quienes en un 60% presentan el mismo nivel. La diferencia se encuentra en los músicos que tienen de 31 a 43 años quienes en un 71,4% presentan un nivel bajo de ansiedad.

En la tabla se ve que los músicos más jóvenes y los de mayor edad tienden a presentar niveles medios a diferencia de los que se encuentran en una edad intermedia quienes tienen un nivel bajo. Esto puede deberse a que los jóvenes suelen estar estresados por la presión de establecerse en una carrera difícil y demostrar su talento, mientras que los músicos mayores pueden preocuparse por mantenerse relevantes y lidiar con el desgaste de los años. En cambio, los músicos de edad intermedia a menudo han encontrado un equilibrio en su carrera y pueden manejar mejor las presiones, ya que tienen más experiencia y estabilidad.

Tabla n°12

Ansiedad estado en relación al tiempo que lleva en la música

Ansiedad estado	Tiempo						Total	
	De 5 a 10 años		De 11 a 16 años		17 años o más			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Nivel bajo	9	26,5	7	35,0	7	43,8	23	32,9
Nivel medio	15	44,1	8	40,0	6	37,5	29	41,4
Nivel alto	10	29,4	5	25,0	3	18,8	18	25,7
Total	34	100	20	100	16	100	70	100

Fuente: STAI, Cuestionario de ansiedad estado-rasgo

Elaboración: propia.

En función a los datos sobre el nivel de ansiedad estado y su relación con el tiempo que llevan en la música, se presenta el siguiente análisis e interpretación:

Se puede observar que el 44,1% de los músicos que llevan de 5 a 10 años y el 40,0% de los que llevan de 11 a 16 años tienden a presentar niveles medios de ansiedad, a diferencia de los músicos que llevan 17 años o más, quienes en un 43,8% tienden a presentar un nivel bajo. De esta forma los músicos con una mayor trayectoria en años, muestran menores niveles de ansiedad, esto puede ser resultado de que los músicos con más años de experiencia a menudo se sienten más seguros de sus habilidades y conocen mejor cómo manejar las presiones de su trabajo. Para García, (2006) el fenómeno de la ansiedad en músicos, en especial aquellos con mayor experiencia, puede verse influenciado por la seguridad en sus habilidades adquirida a lo largo de los años. Músicos con más trayectoria tienden a manejar mejor las presiones asociadas a las presentaciones en vivo, ya que cuentan con un repertorio de estrategias adquiridas con el tiempo, que incluyen un mejor control emocional y una mayor capacidad para lidiar con los miedos de fracaso o de ser juzgados.

Asimismo, Rojas, (2009) refiere que otro factor relevante es el uso de técnicas de relajación y preparación emocional, que se vuelven más efectivas con la experiencia. Los músicos con mayor trayectoria, prefieren adoptar métodos más sostenibles y saludables, que les permiten regular su ansiedad sin comprometer su desempeño.

En resumen, la experiencia no solo mejora las habilidades musicales, sino que también puede proporcionar herramientas emocionales y cognitivas para manejar la ansiedad, lo que puede facilitar la realización de presentaciones con mayor confianza y menor nivel de ansiedad.

Es importante mencionar que se puede entender qué con el tiempo, los músicos académicos han aprendido a enfrentar las presiones de los ensayos y presentaciones y a lidiar con los desafíos de manera más tranquila. Esta experiencia les puede dar una perspectiva más confiada, ayudándoles a reducir la ansiedad en comparación con los músicos con menos trayectoria en años.

5.5. AUTOESTIMA

De acuerdo al cuarto objetivo específico: *“Establecer el nivel de autoestima que presentan los músicos académicos”*, se presentan los siguientes datos:

Tabla n°13

Autoestima

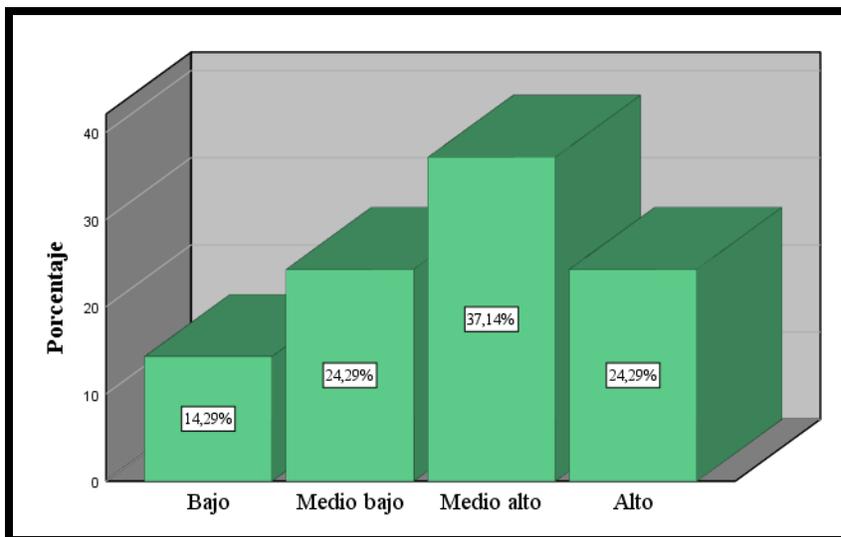
Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	10	14,3
Medio bajo	17	24,3
Medio alto	26	37,1
Alto	17	24,3
Total	70	100,0

Fuente: Inventario de autoestima de Coopersmith

Elaboración: propia.

Figura n°4

Autoestima



En la presente tabla y figura, se muestran los datos sobre el nivel de autoestima, la cual es entendida por Coopersmith, (1967) como *“la evaluación que el individuo hace y mantiene habitualmente con respecto a si mismo expresando una actitud de aprobación o desaprobación e indica hasta qué punto el individuo se cree capaz, significativo, exitoso y digno”*

Según los puntajes más significativos se evidencia que el 37,1% de los músicos académicos de la ciudad de Tarija presentan un nivel de autoestima medio alto, lo que refiere que son personas que por lo general suelen tener una valoración positiva y saludable de si mismas, aunque no siempre es perfecta. Se puede entender también, como una valoración y un sentimiento de seguridad respecto a sus capacidades en relación a la música y a la vida en general. Una autoestima en un nivel medio alto puede resultar favorable para el desarrollo como así también para la potencialidad de los músicos, ya sea en el ámbito de la música, como así también en otras profesiones.

Sobre la importancia de la autoestima, Suanes (2009) refiere que cuanto más positiva sea la valoración que se tenga de nosotros mismos, más preparados estaremos para afrontar los infortunios y los conflictos con que nos encontraremos. Las personas que tienen una buena valoración de ellas mismas establecen relaciones más saludables, pueden sentirse más

empáticas y responsables ante los demás. Además, esta puede influir en la toma de decisiones y es fundamental para el rendimiento en diferentes ámbitos en donde se esté involucrado.

De igual manera, se encontró que el 24,3% de los músicos académicos tienen un nivel de autoestima medio bajo, es decir, algunos músicos pueden llegar a tener una autovaloración algo negativa a diferencia de la antes mencionada, aunque no representa un nivel destructivo o incapacitante, puede haber áreas de su vida en donde se consideren con mayor confianza y valía, como así mismo otras en donde dicha valoración sea vista como negativa. Este último dato, debe de llamar la atención también, pues lo ideal es que los músicos puedan mejorar su nivel de autoestima. La autoestima no solo en el ámbito de la música, resulta de alto valor para las personas, de acuerdo a Pérez (2019) la autoestima es una necesidad vital para el ser humano, es básica y efectúa una contribución esencial al proceso de la vida, desempeñando un papel clave en las elecciones y decisiones que le dan forma. La autoestima es indispensable para el desarrollo normal y sano de todas las personas en los diferentes ámbitos que se desempeñen.

Para finalizar, cabe referir que la autoestima es crucial para los músicos de orquesta, ya que una valoración positiva de sí mismos les puede permitir enfrentar el estrés de las presentaciones en vivo con confianza, colaborar eficazmente con sus compañeros, aprender de las críticas, mantener la motivación o persistencia en su práctica. No hay que olvidar que una autoestima sólida puede facilitar una mayor resiliencia ante errores y críticas, promoviendo una mentalidad de crecimiento.

Tabla n°14

Autoestima en relación al sexo y edad

Nivel de autoestima	Sexo				Edad						Total	
	Masculino		Femenino		De 18 a 30 años		De 31 a 43 años		De 44 a 59 años			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	4	9,5	6	21,4	10	19,6	0	0,0	0	0,0	10	14,3
Medio bajo	8	19,0	9	32,1	15	29,4	1	7,1	1	20,0	17	24,3
Medio alto	18	42,9	8	28,6	17	33,3	6	42,9	3	60,0	26	37,1
Alto	12	28,6	5	17,9	9	17,6	7	50,0	1	20,0	17	24,3
Total	42	100	28	100	51	100	14	100	5	100	70	100

Fuente: Inventario de autoestima de Coopersmith

Elaboración: propia.

De acuerdo a la información presentada sobre el nivel de autoestima en relación al sexo, se evidencia que el 42,9% de los músicos varones presentan un nivel de autoestima medio alto, a diferencia de sus compañeras mujeres quienes en su mayoría presentan un nivel medio bajo, el 32,1% siendo un nivel menor de autovaloración.

Es importante entender que la diferencia en los niveles de autoestima entre hombres y mujeres puede estar influenciada por diversos factores sociales y culturales que muchas veces pueden llegar a ser ignorados o normalizados. Los hombres suelen recibir mensajes o refuerzos sociales que valoran la confianza, la independencia o el éxito, lo que puede fortalecer su autoestima a lo largo de su vida. En contraste, las mujeres a menudo pueden enfrentar mayores presiones relacionadas con la apariencia física o las expectativas de perfección, lo que puede impactar negativamente su autoconfianza, también estas situaciones pueden potenciarse aún más en el ámbito de la música académica y las presentaciones de orquestas. Según González et al. (2021), las expectativas sociales y culturales juegan un papel crucial en la construcción de la autoestima de hombres y mujeres. Los hombres suelen ser incentivados desde temprana edad a valorar aspectos como la independencia, la competitividad y el éxito material, lo que fortalece su confianza en sí mismos y les permite desenvolverse con mayor seguridad en ámbitos como el académico o profesional. Por el contrario, las mujeres son más frecuentemente presionadas para cumplir con estándares de

belleza y comportamiento socialmente aceptados, lo que puede afectar su autoestima y confianza, especialmente en contextos que exigen una exposición pública, como las presentaciones musicales en orquestas.

Asimismo, Maldonado y Rodríguez (2022) resaltan que las mujeres en las orquestas a menudo se enfrentan a barreras adicionales relacionadas con la representación de género y las expectativas de perfección, tanto en su aspecto físico como en su desempeño musical. Estas presiones pueden generar un ambiente en el que las mujeres sientan que su valor se mide más por su apariencia y perfección en la ejecución que por su habilidad real como músicos. Este fenómeno también puede contribuir a la autoexigencia y la ansiedad, afectando negativamente su autoestima.

Por otro lado, según la tabla presentada sobre el nivel de autoestima en relación a la edad, se observa que el 33,3% de los músicos de 18 a 30 años de edad presentan un nivel medio alto de autoestima, al igual que los músicos que tienen 44 a 59 años de edad, las diferencias se pueden ver en el 50,0% de los músicos que tienen 31 a 43 años de edad, quienes a su vez presentan un nivel alto de autoestima, siendo un nivel por encima del presentando en otras edades.

Se cree que el nivel de autoestima tiende a aumentar con los años, ya que la acumulación de experiencias y el desarrollo personal contribuyen a una autovaloración más positiva, las personas pueden enfrentar y superan diversos desafíos, lo que puede reforzar su confianza en sus habilidades, se puede encontrar situaciones en las que el nivel de autoestima es similar en todas las edades.

Tabla n°15

Autoestima en relación al tiempo que lleva en la música

Nivel de autoestima	Tiempo						Total	
	De 5 a 10 años		De 11 a 16 años		17 años o más			
	Fr	%	Fr	%	Fr	%	Fr	%
Bajo	5	14,7	4	20,0	1	6,3	10	14,3
Medio bajo	12	35,3	2	10,0	3	18,8	17	24,3
Medio alto	12	35,3	8	40,0	6	37,5	26	37,1
Alto	5	14,7	6	30,0	6	37,5	17	24,3
Total	34	100,0	20	100,0	16	100,0	70	100,0

Fuente: Inventario de autoestima de Coopersmith

Elaboración: propia.

En el presente cuadro se observan los resultados sobre el nivel de autoestima y el tiempo que llevan en la música, se encontró que el 35,3% de los que tienen de 5 a 10 años a la vez presentan un nivel medio bajo y medio alto de autoestima, situación que es algo diferente a la que tienen los músicos que tienen más de 11 años tocando, quienes tienden a presentar niveles que van desde medio alto a alto.

De esta forma, se observa que el nivel de autoestima puede ir subiendo o aumentando, según el tiempo que el músico lleve en esta disciplina, estas diferencias se las puede entender por el hecho de que a medida los músicos practican y perfeccionan sus habilidades, ganan confianza en sus capacidades técnicas y artísticas. Además, no hay que olvidar que la exposición repetida a presentaciones en vivo y la superación de los desafíos asociados con ellas les puede ayudar a desarrollar una mayor seguridad escénica, a todo ello se le puede sumar el reconocimiento o la misma validación por parte de audiencias, críticos y colegas que pueden contribuir significativamente a una percepción positiva de sí mismos. Entonces hay que comprender que, con el tiempo, estas experiencias positivas se integran en la identidad del músico, fortaleciendo su autoestima y su confianza en su trayectoria.

5.6. ANÁLISIS DE HIPÓTESIS

De acuerdo a todos los resultados que se encontraron con la aplicación de los instrumentos y considerando las hipótesis que fueron formuladas en una etapa inicial, se presenta el siguiente análisis:

HIPÓTESIS N°1. Los músicos académicos presentan rasgos de personalidad como “introversión – inestabilidad”

- Respecto a esta variable, se evidencia que en la tabla n°4, el 42,9% de los músicos académicos de la ciudad de Tarija presentan rasgos de personalidad “extrovertido-inestable”, de esta forma la hipótesis que fue formulada, se rechaza.

HIPÓTESIS N°2. Los músicos académicos presentan un nivel de depresión “moderada”.

- Considerando los datos encontrados en la tabla n°7, el 54,3% de los músicos académicos de la ciudad de Tarija no presentan depresión. Por ende, la hipótesis planteada, se rechaza.

HIPÓTESIS N°3. Los músicos académicos presentan un nivel de ansiedad “medio”.

- De acuerdo a la tabla n°10, se evidencia que los músicos académicos en un 41,4% presentan un nivel medio de ansiedad estado, al igual que el 48,6% que también presentan un nivel medio, pero en lo que respecta a la ansiedad rasgo. De esta manera, la hipótesis, se rechaza.

HIPÓTESIS N°4. Los músicos académicos presentan un nivel de autoestima “medio bajo”.

- En función a los resultados presentados en la tabla n°13, se encontró que el 37,1% de los músicos académicos tiene un nivel de autoestima medio alto. De esta manera, la hipótesis planteada se rechaza.

CAPÍTULO VI
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones

De acuerdo a los resultados que fueron presentados en el anterior capítulo y los objetivos planteados, se llega a las siguientes conclusiones:

Considerando los datos sobre el objetivo: *Describir los rasgos de personalidad que presentan los músicos académicos*, se observa que los músicos académicos de la ciudad de Tarija, presentan rasgos de personalidad que se caracterizan por extroversión-inestabilidad, esto implica una combinación de características que, por un lado, hacen que la persona se sienta energizada y motivada por la interacción social, mostrando una personalidad abierta, amigable y conversadora. Sin embargo, su inestabilidad emocional implica que también tienden a experimentar fluctuaciones rápidas e intensas en su estado de ánimo.

- Sobre el sexo se evidencia que los músicos varones tienen rasgos de extroversión e inestabilidad, a diferencia de las mujeres quienes en su mayoría muestran rasgos de introversión e inestabilidad, se ve que ambos sexos muestran inestabilidad en cuanto a las emociones, sin embargo, son los varones quienes tienen una mayor extroversión. Respecto a la edad, los que tienen 18 a 30 años de edad a la vez tienden a presentar rasgos de introversión e inestabilidad, a diferencia de los que tienen 31 a 43 años y los que tienen 44 a 59 años quienes tienden a presentar rasgos de extroversión e inestabilidad. Sobre el tiempo, los músicos que llevan de 5 a 10 años presentan rasgos de introversión e inestabilidad, a diferencia de los músicos con más años dentro de este arte, quienes presentan rasgos de extroversión e inestabilidad.

De acuerdo al objetivo *Identificar el nivel de depresión que presentan los músicos académicos*, los músicos académico de la ciudad de Tarija, no presentan sintomatología de depresión, estas personas experimentan un estado de ánimo más equilibrado y positivo en la vida diaria, suelen sentirse motivadas y enérgicas, manejan el estrés de manera efectiva y pueden disfrutar de sus actividades y relaciones, pueden enfrentar desafíos y dificultades sin sentirse abrumados y tienden a ver las cosas de una manera más optimista.

- Respecto al sexo se observa que tanto los varones como las mujeres tienden a no presentar depresión y de acuerdo a la edad, los músicos de 18 a 30 años tienen

puntajes dispersos mostrando más niveles de depresión por encima de los músicos de mayor edad, en donde los puntajes se encuentran mayormente marcados en “no depresión”. Según el tiempo que llevan en la música, en todos los rangos a la vez tienden a no presentar depresión, denotando que no hay diferencias claras entre el tiempo que llevan en la música y el nivel de depresión.

Ahora bien, considerando el tercer objetivo específico: ***Describir el nivel de ansiedad que presentan los músicos académicos***, se observa que los músicos académicos de la ciudad de Tarija presentan un nivel medio de ansiedad estado, esto denota que los músicos actualmente sienten como una preocupación constante que, aunque no es abrumadora, puede ser molesta. En este nivel de ansiedad, la persona puede sentirse nerviosa o tensa, aunque no impide realizar las actividades diarias con normalidad. Respecto a la ansiedad rasgo, los músicos tienen un nivel medio, es decir, los músicos tienen una tendencia general a sentirse nerviosos o preocupados de manera regular, aunque no de forma extrema, la persona en un nivel medio es propensa a sentir estrés en situaciones nuevas o desafiantes.

- También se encontró que los músicos varones presentan un nivel medio de ansiedad, a diferencia de las mujeres quienes muestran un nivel bajo de ansiedad. Considerando los resultados de la edad, los músicos de 18 a 30 años presentan un nivel medio al igual que los músicos de 44 a 59 años, a diferencia de los músicos que tienen de 31 a 43 años quienes presentan un nivel bajo de ansiedad. Sobre el tiempo, los músicos que llevan de 5 a 10 años y los que llevan de 11 a 16 años tienden a presentar niveles medios de ansiedad, a diferencia de los músicos que llevan 17 años o más, quienes presentan un nivel bajo.

Respecto al objetivo: ***Establecer el nivel de autoestima que presentan los músicos académicos***, se evidencia que los músicos académicos de la ciudad de Tarija presentan una tendencia al nivel de autoestima medio alto, eso define que son personas que por lo general suelen tener una valoración positiva y saludable de sí mismas, aunque no siempre es perfecta. Se puede entender también, como una valoración y sentimientos de seguridad respecto a sus capacidades en relación a la música y a la vida en general.

- También se encontró que los músicos varones presentan un nivel de autoestima medio alto, a diferencia de sus compañeras mujeres quienes en su mayoría presentan un nivel

medio bajo. Sobre la edad, los músicos de 18 a 30 años de edad presentan un nivel medio alto de autoestima, al igual que los músicos que tienen 44 a 59 años de edad, a diferencia de los músicos que tienen 31 a 43 años de edad, quienes presentan un nivel alto de autoestima. Respecto al tiempo que llevan en la música, los que tienen de 5 a 10 años a la vez presentan un nivel medio bajo y medio alto de autoestima, a diferencia de los que tienen más de 11 años tocando, quienes tienden a presentar niveles que van desde medio alto a alto.

De acuerdo al análisis, para el objetivo general: ***Determinar las características psicológicas que presentan los músicos académicos de la ciudad de Tarija, en la gestión 2024.*** Los músicos académicos presentan una personalidad extrovertida-inestable, no presentan depresión, tienen niveles medios de ansiedad estado y rasgo, y una tendencia al nivel medio alto de autoestima.

6.2. Recomendaciones

Tomando en cuenta que la problemática puede ser disminuida, se formulan las siguientes recomendaciones:

A las autoridades políticas o gubernamentales:

- Se recomienda fomentar el acceso a servicios de apoyo psicológico y bienestar mental, las autoridades políticas deben garantizar la disponibilidad de recursos psicológicos especializados para los músicos académicos, como sesiones de terapia o programas de prevención de la depresión y la ansiedad.
- Se sugiere incorporar el desarrollo emocional dentro de los programas académicos, es fundamental que las instituciones educativas para músicos incluyan en su currícula cursos y actividades que promuevan el desarrollo de la autoestima y el manejo adecuado de las emociones. Estos programas deben abordar habilidades de resiliencia, manejo del estrés como, asimismo, la importancia de la salud mental, apoyando así a los músicos en su formación integral.

A los directores de las orquestas:

- Promover un ambiente de apoyo emocional dentro de la orquesta, los directores de orquesta deben fomentar una cultura de bienestar en sus equipos, donde los músicos se sientan cómodos al expresar sus preocupaciones emocionales. Pueden implementar espacios regulares para hablar sobre temas relacionados con el estrés, la ansiedad y la salud mental.
- Se recomienda fomentar el equilibrio entre la exigencia artística y el bienestar personal, es importante que los directores de orquesta reconozcan la presión que enfrentan los músicos y procuren establecer expectativas realistas sin comprometer la calidad artística. Esto puede incluir la planificación de ensayos que respeten el tiempo de descanso y el bienestar físico o mental de los músicos, evitando una carga excesiva de trabajo que pueda contribuir a problemas emocionales.

A los músicos académicos:

- Se les recomienda priorizar la salud mental y buscar ayuda cuando sea necesario, los

músicos deben reconocer la importancia de cuidar su bienestar emocional y no dudar en buscar apoyo psicológico si experimentan síntomas de ansiedad, depresión o agotamiento. El acceso a servicios profesionales puede ser esencial para mantener un equilibrio emocional adecuado que favorezca tanto su salud como su desempeño artístico.

- También es importante equilibrar el trabajo y el descanso, es fundamental que los músicos establezcan límites entre sus responsabilidades profesionales y su vida personal, dedicando tiempo a actividades de ocio, descanso y relaciones sociales. Esto ayuda a prevenir el agotamiento y el estrés excesivo, permitiendo que el rendimiento artístico se mantenga saludable como así también sostenible a largo plazo.

A futuros investigadores:

- Se recomienda explorar el impacto del entorno de trabajo en la salud mental de los músicos académicos, sería valioso investigar cómo factores como la presión en los ensayos, la carga de trabajo y la dinámica de grupo en las orquestas afectan el bienestar emocional de los músicos. Asimismo, es necesario que se pueda investigar otras variables como inteligencia emocional, funcionamiento familiar o las habilidades sociales.