



# Terapia musical. Una estrategia comprometida con la autoestima de la juventud\*

© Copyright 2019. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua (UNAN-Managua)  
Todos los derechos reservados

## Music therapy. A strategy committed to youth self-esteem

**Ramón Ignacio López García**

Docente - Investigador

Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua  
UNAN-Managua

<https://orcid.org/0000-0001-9213-0299>  
[nacho.ni@hotmail.com](mailto:nacho.ni@hotmail.com)

**Zenayda Aurora Suárez**

Docente - Investigador

Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua  
UNAN-Managua

<https://orcid.org/0000-0002-9582-797X>  
[zenayda0307@gmail.com](mailto:zenayda0307@gmail.com)

Fecha de recibido: 04/11/2019

Fecha de dictaminado: 15/11/2019

### Resumen

Los aportes de este artículo recogen la experiencia de un breve proceso de investigación acción participativa, con un componente importante de animación sociocultural en el marco del trabajo de extensión social universitario. Rescata la lógica de las etapas diagnóstica, planificación y ejecución de una experiencia realizada con jóvenes de la Casa Municipal del Adolescente de la ciudad de Juigalpa en Chontales, un programa del patrimonio histórico y sociocultural de la alcaldía del poder ciudadano que depende directamente del área de planificación desde 1998. Actualmente cuenta con un total de 25 adolescentes activos en el programa, provenientes de familias con dificultades socio familiares. A partir de una inserción diagnóstica surge la necesidad de un plan de acción para fortalecer la autoestima de los jóvenes intentando involucrar a sus padres, tutores y promotores del

programa. A esta idea le nombramos proyecto de intervención socioeducativo: “Fortalecimiento de la autoestima en jóvenes de la casa municipal del adolescente, Juigalpa-Chontales, mediante terapia musical”. La experiencia concluye que, a través de la propuesta de animación sociocultural desarrollada, tanto jóvenes como promotores, padres y madres de familia rescatan la importancia de trabajar la autoestima y se empoderan de técnicas propias de la terapia musical para el manejo y mejoramiento de la misma en sus vidas personales. Además, de reconocer la necesidad de continuar los vínculos universidad-sociedad.

### Palabras claves

*Autoestima, Calidad de vida, Animación sociocultural, Terapia musical, investigación acción participativa, Grupos juveniles.*

\* Texto en memoria de nuestro amigo del Doctorado en Educación e Intervención Social: Osbaldo Acevedo Maltez (q.e.p.d.). Por tus ideas, esfuerzos y anhelos en el proceso formativo doctoral. Gracias por tus aportes en nuestro crecimiento académico profesional y por la sensibilidad en el trabajo con los jóvenes y adolescentes de Juigalpa.

## Abstract

The contributions of this article reflect the experience of a brief process of participatory action research with an important component of sociocultural animation in the framework of university social extension work. Rescue the logic of the diagnostic, planning and execution stages of an experience carried out with young people from the Municipal House of the Adolescent of the city of Juigalpa in Chontales, a program of the historical and socio-cultural heritage of the mayor's office of citizen power that depends directly on the area of planning since 1998. Currently has a total of 25 active adolescents in the program, from families with socio-family difficulties. From a diagnostic insertion the need arises for an action plan to strengthen the self-esteem of young people trying to involve their parents, guardians and promoters of the program. We call this idea a socio-educational intervention project: "Strengthening of self-esteem in young people of the adolescent's municipal house, Juigalpa-Chontales, through music therapy". The experience concludes that through the proposal of sociocultural animation developed, both young people and promoters, fathers and mothers rescue the importance of working on self-esteem and empower themselves with techniques of music therapy for the management and improvement of it in their personal lives. In addition, to recognize the need to continue university-society ties.

## Key Words

*Self-esteem, Quality of life, Socio cultural animation, Music therapy, participatory action research, Youth groups.*

## Introducción

El propósito de este acompañamiento social ha sido contribuir con el mejoramiento de la calidad de vida de las familias de la ciudad de Juigalpa en Chontales, específicamente con el apoyo a los jóvenes que participan en el programa de la casa municipal del adolescente de Juigalpa, en el desempeño de la gestión de su autoestima como recurso para enfrentar situaciones adversas en su desarrollo emocional y personal, como efecto inmediato, incidir en las relaciones con sus padres y madres de familia.

Previo al desempeño de la experiencia, los jóvenes atendidos por la casa municipal del adolescente en

Juigalpa han venido desarrollando una propuesta de trabajo participativo, a través de una agenda cultural que implica la integración, participación y estímulo del crecimiento de las áreas de desarrollo personal de los jóvenes, como: sociabilidad, creatividad, espiritualidad y la corporalidad que fueron elementos básicos para el éxito del proyecto de autoestima, determinado conjuntamente con un equipo de estudiantes de la segunda cohorte del doctorado Educación e Intervención Social coordinado por la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua (UNAN-Managua), a través de la Facultad Regional Multidisciplinar Chontales.

El proyecto de animación sociocultural aplicado en la casa municipal de adolescentes de la ciudad de Juigalpa, diseñó como objetivo principal el fortalecimiento de la autoestima en los jóvenes mediante la aplicación de terapia musical. Para ello se contó con la colaboración del equipo de trabajo local, quienes desde inicio asumieron la idea como relevante para el crecimiento y desarrollo de los jóvenes con quienes laboran en su sede. Además, contó con un especialista en terapia musical con preparación de la universidad de Ciencias Médicas de la Habana, Cuba. Asimismo, con integrantes especialistas en Enfermería, Trabajo social y Microbiología un equipo facilitador multidisciplinar de la segunda cohorte del doctorado en Educación e Intervención Social, quien asume la relación y aporte de la universidad a la comunidad nicaragüense en el marco de las tareas de extensión social.

Se considera que la autoestima estable, es una condición de aprecio o amor propio que una persona debe poseer en cualquier etapa de la vida: niñez, adolescencia, juventud, adultez o vejez (Roca, 2014), para poseer una vida psicológicamente estable, se manifiesta en una apreciación positiva, consciente de sus debilidades y fortalezas, en las buenas relaciones interpersonales, como también en un ejercicio de intrapersonalidad que le permite la autoevaluación constante.

La razón de una baja de la autoestima puede ser múltiple, desde aprendizajes desfavorables que datan de la infancia hasta experiencias frustrantes e inconformidades en la auto apreciación física. Una persona con debilidades de autoestima duda constantemente de su valor, experimenta sentimientos desfavorables para sí mismo, se considera marcado por experiencias indeseables hasta por aspectos congénitos y normalmente tiende a usar

comparaciones con los demás creándose vacíos e insatisfacción.

Por ello, trabajar de manera adecuada las relaciones con uno mismo y con los demás, es clave para un buen manejo de la autoestima, a ello podemos llamarle gestión adecuada de la autoestima.

Bonet (1997), citado por Calderón, Mejía y Murillo (2014, p. 16), “sostiene que la autoestima es la valoración que tiene el ser humano de sí mismo, la actitud que manifiesta hacia sí mismo, la forma habitual de pensar, de sentir, de comportarse consigo mismo y que la autoestima puede ser académica, social, interpersonal”.

De igual manera Gardner (2005), citado por Calderón, Mejía y Murillo (2014, p. 17), considera que la autoestima es autovaloración, a la vez una manera de ser y comportarse que deja manifestada creencias y rasgos culturales, a la vez, asegura que es posible mejorarla, es aprendida desde los 5-6 años entrada la edad escolar y se empieza a formar con las expresiones que se reciben de los padres, docentes, amigos y las experiencias que propician los ambientes.

La autoestima es dinámica no inamovible, así lo expresan Calderón Mejía y Murillo (2014, p.18), quienes a la vez sostienen que “(...) puede crecer, desarrollarse y fortalecerse, y en ocasiones puede devaluarse en forma situacional por fracasos específicos en áreas determinadas”. Es posible concluir que la autoestima es la suma y expresión de los aprendizajes encaminados de la manera positiva o negativa.

Respecto esa relación entre la autoestima y los estímulos propios de la terapia musical, se puede mencionar que la Dra. Fernández de Juan (2001, p. 24), psicóloga e investigadora de musicoterapia de origen Cubano, define musicoterapia como un “... tratamiento a través del uso controlado de la música y de sus elementos partiendo de que desde la vida fetal el ser humano percibe los distintos sonidos, teniendo esto gran importancia en el transcurso de su vida”.

Acevedo (1999), afirma que actualmente las actividades musicoterapéutica se presentan como musicoterapias activas, receptivas e integradas. Las primeras persiguen la integración y la expresión verbal o extra verbal. En la activa, las personas son creadoras del fenómeno musical. Las segundas consisten en la audición de obras musicales a fin de provocar relajamiento físico y

distensión. Las integradas como bien sugiere, intenta realizar una fusión de las primeras con las segundas con el fin de alcanzar beneficios saludables.

Lucas (2013, p, 7), citado por Hernández Ruano (2015), reafirma que la musicoterapia en la educación en general:

“Aumenta la motivación para el estudio, mejora la comunicación, facilita la memorización, ayuda al carácter moral e intelectual, mejora la salud física, favorece habilidades matemáticas y lectoras, puede generar cambios actitudinales positivos, mejora el comportamiento, reduce conductas disruptivas o disfuncionales como la enuresis, mejora las habilidades de toma de decisiones”.

En relación con la Terapia Musical, Almansa (2003, p. 2) en: Terapia musical como intervención enfermera, plantea que para “... la National Association for Music Therapy (NAMT), es el uso de la música en la consecución de objetivos terapéuticos: la restauración, el mantenimiento y el acrecentamiento de la salud tanto física como mental”. Asimismo, Salas (2004, p, 2), plantea que la terapia musical es definida como el uso de la música para contribuir con cambios específicos positivos en la fisiología, emotividad y conducta de los individuos. Asimismo, sostiene que la terapia hoy día se vale de una intervención multidisciplinar y justifica el uso de la música de forma terapéutica. Sostiene que la música estimula los comportamientos de las personas, lo cual está ampliamente documentado “(...) en la literatura de investigación y son una experiencia sensorial humana común”.

Como es posible observar, estas comprensiones de la terapia musical pretenden emplear la música como un recurso posibilitador de sanación psicofísico. De esta manera la terapia musical debe lograr el desarrollo de habilidades conscientes del poder curativo de la música, de todo tipo de recursos metódicos y técnicos que garanticen el despliegue psicomotor, comportamental, afectivo, fisiológico, molecular y neuroinmunológico de los participantes como una estrategia de estímulo a las diferentes áreas del crecimiento y desarrollo personal.

Se considera pertinente el fortalecimiento de la autoestima en adolescente que oscilan entre las edades de 15-18 años, que participan en la casa municipal del adolescente del municipio Juigalpa en Chontales, como parte de las políticas socioculturales

de crecimiento y salud mental que la institución promueve, asimismo como parte de las actividades académicas y de extensión social que desarrolla la Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua. Desde estas instancias coordinadas se reflexiona que pese a la corta duración del proyecto, se logra reforzar la autoestima en algunos y en otros jóvenes iniciar procesos de introspección encaminados a cultivarla, para ello se estableció una planificación orientada a desarrollar actividades motivacionales que están teóricamente probadas como el caso de la terapia musical.

De acuerdo con la etapa diagnóstica realizada, se encontró que en algunas ocasiones los jóvenes muestran comportamientos violentos y frecuentemente agresividad verbal. En la etapa evaluativa de las acciones de animación sociocultural, se rescató que un 95% de las actividades diseñadas motivaron a los adolescentes y favorecieron su autoestima, 100% los métodos utilizados activaron sus reservas funcionales, se alcanzó además el 100% en el cumplimiento de las sesiones planificadas con un abordaje adecuado, el 90% de los padres, directivos y tutores logaron comprender y participar en las actividades de sensibilización sobre la importancia de trabajar en el fortalecimiento de la autoestima.

## RESULTADOS

### El proceso de aplicación socioeducativa

Los resultados obtenidos, responden a valoraciones realizadas en cada sesión de trabajo dado que la propuesta metodológica enfatiza en un proceso de investigación acción participativa. De forma directa, la atención presencial se desarrolló organizada en cuatro sesiones. De cada una de estas sesiones se extrajo el estado de ánimo inicial de los participantes para lograr una ambientación justa reforzando la calidad de la autoestima. Al final de cada sesión se evaluó el estado de ánimo alcanzado, los aprendizajes vivenciales obtenidos y el espíritu de compromiso con que cada participante se retira hacia sus hogares.

Estos resultados fueron valorados mediante una escala de satisfacción determinada por las categorías: altamente satisfactorio, muy satisfactorio, poco satisfactorio, no satisfactorio. Finalizada cada sesión presencial, se dio apertura a espacios para compartir las experiencias adquiridas en su crecimiento.

En el proceso de la primera sesión, se respondieron preguntas afectivas de indagación en las que se conoció sobre el estado emocional actual de los jóvenes. En principio respondieron a preguntas generales que permitieron reconocer el entorno de su hábitat, utilizando interrogantes como ¿quiénes viven con sus padres?, ¿quiénes viven con familiares?, ¿quiénes se separaron de sus padres antes/después de los diez años de edad? Esta parte, permitió tener una mejor visión de las características socio familiares y afectivas del grupo de jóvenes participantes. Cuando se logró profundizar con interrogantes emocionales fue posible explorar temas vinculados a la pérdida de familiares y otros signos que introdujeron la floración de sentimientos de dolor sobre situaciones concretas de las vivencias en su entorno.

La dinámica trabajada de manera previa para garantizar el manejo de la confidencialidad, el respeto a la situación personal y de los pares fue clave para alcanzar los resultados de la terapia. La utilización de la técnica participativa de la línea emotiva, que consiste en asumir las orientaciones sugeridas y avanzar hacia adelante cruzando una línea marcada en el piso cada vez que nos vemos involucrados en una característica o situación particular mencionada por el facilitador, resultó apropiada para efecto de la ruptura de los temores que inicialmente invadieron a los jóvenes participantes en la experiencia. Por su parte, la apropiación de ejercicios orientados en casa relativos a la autosugestión positiva, rítmica verbal y rítmica melódica, fue un éxito en la aplicación metodológica como herramienta básica de la terapia musical.

Las sesiones siguientes fueron dedicadas a un trabajo de seguimiento de los compromisos personales adquiridos. Los jóvenes asumieron interrogantes reflexivos para la comprobación de sus actividades personales en casa, determinando con sus testimonios la utilidad de las técnicas trabajadas y la mejoría en la calidad de las relaciones con su entorno y con sus madres de familia en especial. Como resultado de estos momentos prácticos fue posible evidenciar la satisfacción con los ejercicios practicados en casa entre una y otra sesión de trabajo. Un aspecto relevante en el mejoramiento de la autoestima de cada joven ha sido el hecho de tomarse con empeño los ejercicios presenciales y los ejercicios de compromiso personal realizados en casa.

Por su parte el equipo interno de atención de la casa municipal del adolescente, se encargó de la



motivación grupal en el transcurso de cada semana en los intervalos entre una sesión y otra.

### **Los datos relevantes de la experiencia**

Algunos datos relevantes de los participantes para el manejo de la autoestima, se ven reflejados en la siguiente información obtenida en la primera sesión de trabajo: De los once participantes que se hicieron presente, dos de ellos colocados en la línea del centro, manifestaron vivir con sus padres y tres con parientes. El resto de los jóvenes se mantuvo inmóvil y otros adelantaron poco, aunque no hacia la línea en un posible reflejo de inseguridad.

Seis de ellos vivieron con sus padres hasta los diez años de edad y uno de ellos no conoce a sus padres, el resto se mantuvo inmóvil. Posteriormente diez de ellos han perdido un ser querido, manifestando seis de ellos tener recuerdos dolorosos y cinco tener recuerdos que de alguna manera han sido superados. Al finalizar la sesión fue posible observar la existencia de motivación para continuar el proceso en las siguientes sesiones, valorando la sesión inicial como muy satisfactoria.

En la segunda sesión presencial participaron ocho jóvenes, durante la práctica fue posible identificar que todos manifestaron tener recuerdos dolorosos. Se trabajaron interrogantes de comprobación de prácticas terapéuticas en casa y una de indagación emocional. Seis jóvenes adelantaron a la línea del centro para compartir el logro de los ejercicios de autosugestión. Con igual número de seis jóvenes se identifica que han logrado percibir mejoras en el sentido de sus vidas a partir de la aplicación de los ejercicios. Ellos compartieron que se sentían altamente satisfechos con las sesiones de terapia musical.

En la tercera sesión participaron siete jóvenes. Durante el proceso y al final de la sesión, se compartió sobre aspectos de comprobación de prácticas terapéuticas en casa y de indagación emocional. Algunas de las interrogantes giraron en torno a las posibilidades de recuperación del sentido de existencia, dado que se debió trabajar en las expresiones de baja autoestima identificadas en proceso diagnóstico y las dos primeras sesiones de trabajo. Al respecto, de forma unánime todos los participantes avanzan con seguridad hacia la línea de los logros utilizando siempre los elementos corporales rítmicos vinculados a la terapia musical. Se rescata además quiénes continuaron practicando los ejercicios orientados en casa, cuatro de ellos

responden que lo han logrado y tres no lograron la definición práctica. Cuatro de ellos sienten que han logrado trabajar la superación de dolores, tres se mantienen dudosamente inmóviles. Comentaron al final de la sesión que se sentían altamente satisfechos con la sesión de terapia musical recibida en esa sesión.

Los participantes de la cuarta sesión estuvieron presentes en todo el proceso programado. Se compartió interrogantes de comprobación de prácticas terapéuticas en casa y de indagación emocional, en todas se logró avances de forma unánime, compartiendo haber obtenido mayor control de sus emociones y la afectación por recuerdos dolorosos. En esta última sesión se realizó un breve conversatorio donde fue posible compartir la emoción de los jóvenes por haber vencido dificultades emotivas, compartieron además sobre las experiencias negativas que lograron superar con la terapia musical y el importante protagonismo desarrollado en el proceso vivido.

### **Rescate valorativo de la experiencia desarrollada**

En términos metodológicos: sobre la experiencia desarrollada, se puede compartir que la investigación acción participativa es una metodología práctica muy enriquecedora que permite una transformación social de los escenarios en los que se interactúa. El arte de esta metodología es la búsqueda de la mejora de las prácticas sociales y educativas en escenarios simples o complejos, esto justifica su razón de ser.

La ejecución de la misma, además rescatando elementos de la animación sociocultural para desarrollar el proceso de acompañamiento, ha permitido hacer una reflexión sistemática sobre las acciones, facilitando a su vez la claridad del rumbo a seguir, de manera que el hecho de transformar cualidades se convierte en una realidad, partiendo de una necesidad planteada por la sociedad ante eminentes cambios.

En el caso particular el uso de esta metodología, facilitó el proceso de ejecución de una acción organizada dirigida, a una transformación motivacional con la finalidad de fortalecer la autoestima de una población meta, considerada en riesgo social, debido a sus características socio-familiares. Para alcanzar este propósito fue de mucha utilidad aplicar una serie de actividades motivacionales previamente programadas y fundamentadas, iniciando con un diagnóstico de necesidades, la ejecución de actividades aplicando

técnicas de animación sociocultural para generar participación activa del colectivo de adolescentes quienes se empoderaron del proceso de mejora de su autoestima, logrando así el estímulo del desarrollo de las áreas de crecimiento personal y colectivo.

En términos de relaciones interinstitucionales: La permanente y ardua tarea de la universidad desde su función de extensión social, pone de manifiesto que la alianza con otras instituciones que se dedican a promover el desarrollo social, es pertinente dado las necesidades que afloran en el medio comunitario. La experiencia en particular logra un vínculo institucional educativo, encontrando los nodos en que se puede converger para desarrollar procesos de acompañamiento social y comunitario que sean beneficiosos para el país.

Por otro lado, el singular logro de exponer de forma práctica los elementos de la convivencia contemplados en la reciente ley 985: “Para una cultura de dialogo, reconciliación, seguridad, trabajo y paz” (Asamblea Nacional de la República de Nicaragua, 2019), hace que la universidad en alianza con la casa municipal de adolescente de Juigalpa, muestren una clara lección de lo fundamental que es trabajar con los jóvenes en el control de sus emociones, en el manejo de su autoestima y en la autodeterminación de metas personales que continuarán fomentando el bien personal en el marco del bien común. El contexto de nuestro país requiere de esa organización aliada entre las instituciones y de ese rol más beligerante de la universidad en su misión con la sociedad nicaragüense.

Las instituciones de la comunidad en su misión de promoción y crecimiento del desarrollo del país, debe continuar ejerciendo ese vínculo con la academia para que los esfuerzos logren alcanzar mayor impacto en el marco territorial. Esta es una tarea que desde la universidad se puede continuar animando para su efectiva y genuina colaboración, en apoyo no solo de jóvenes, sino también de otros grupos poblacionales y campos de estudio en los que se puede arar la vida.

En términos de resultados obtenidos: Valorando la aplicación teórico-práctica del proceso de investigación acción participativa experimentado, a través de la alianza desarrollada entre la universidad y la casa municipal de adolescente (Alcaldía de Juigalpa), se pone de manifiesto el aporte científico con la aplicación de herramientas efectivas que pocas veces son utilizadas para tales fines, logrando vincular el trabajo

municipal dirigido a los jóvenes con la institución de educación superior. La aceptación y apropiación de las técnicas utilizadas sobrepasaron las expectativas de todos los actores involucrados en el corto plazo, los protagonistas se mantuvieron activos, participativos, reflexivos y receptivos a la transformación personal y colectiva.

Una vez desarrollada la experiencia, se logra extraer la evaluación de los protagonistas, en términos de satisfacción del proceso vivencial. Entre sus frases se encuentran expresiones como “ahora estoy más segura de mi misma”, “siento que me valoro más tal como soy”, “he ganado un concurso al cual había rechazado muchas veces participar por sentirme insignificante”, “me siento más inteligente con mis decisiones”, “reconozco mi felicidad”.

Estas expresiones hacen que el uso de la metodología del proceso sea considerada pertinente ante problemas sensibles que están presente en la sociedad, por otra parte, la aplicación de la experiencia con esta definición metodológica permitió alcanzar sentimientos de empatía, para que los protagonistas pudiesen expandir sus cualidades y aperturar su mente y su cuerpo a nuevos cambios sustanciales desde el punto de vista emocional.

## Conclusiones

La comunidad educativa actual debe reflexionar, sobre la importancia de herramientas de trabajo que fortalezcan los valores y la personalidad de la población con miras a prepararles ante las adversidades de la vida. Tras este objetivo podemos mencionar que la terapia musical resulta una práctica educativa muy valiosa en procesos de acompañamiento social.

Es posible mencionar que la terapia musical como estrategia central del proyecto de animación sociocultural, resultó exitosa y se lograron las metas terapéuticas con quienes se insertaron en el proceso. A partir de ello rescatamos algunas lecciones:

La recuperación de la confianza en sí mismo, expresada en los espacios valorativos y evaluativos de la experiencia de animación sociocultural aplicada, resulta una clara muestra de los alcances y beneficios generados por el proyecto desarrollado.

Este tipo de prácticas son importantes porque permiten la mejora de calidad de vida, a través de una

conexión personal que ejerce un efecto en el medio en el que vive cada cual.

La aplicación de procesos metodológicos de investigación acción participativos con técnicas de animación sociocultural, resultan una experiencia enriquecedora que genera espacios de crecimiento y aprendizaje impensables incluso en cortos plazos, de forma que resultan beneficiosos para la comunidad y una excelente práctica de innovación para la academia desde su función de extensión social universitaria.

Desde el rol de extensión social de la universidad y su compromiso con un proyecto de nación, la experiencia aplicada resulta uno de los tantos logros en términos de aporte a la comunidad y el fortalecimiento de los lazos de colaboración entre las instituciones que se unen con el fin de mejorar la situación del pueblo nicaragüense, dado que niños, jóvenes o adultos con menos oportunidades esperan siempre un punto de apoyo para desempeñarse mejor en las tareas diarias de nuestro país. Con acciones concretas como estas se puede ayudar en el crecimiento de las diferentes áreas de desarrollo personal en la comunidad nicaragüense.

La relación entre instituciones de servicio a la población con la Universidad es clave, para unir esfuerzos en función del fortalecimiento territorial. es importante promoverlas, respaldarlas y estructurar mecanismos de seguimiento para continuar el marco de colaboración en beneficio de la población.

## Referencias bibliográficas

1. Acevedo, O. (1999) Sonido Ritmo y Movimientos corporales para la salud de niños y niñas con baja auto estima en edades de seis a diez años. Managua, UCA, Tesina.
2. Almansa Martínez, P. (2003), La terapia musical como intervención enfermera, Revista Enfermería Global, Vol 2, Recuperado el 7 de mayo: <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/665>.
3. Calderón, N. Mejía, E. y Murillo, N. (2014). La autoestima y el aprendizaje en el área de personal social de los estudiantes del sexto grado de educación primaria de la institución educativa nº 1190 Felipe Huamán poma de Ayala, del distrito de Lurigancho-Chosica, Ugel nº06. Tesis para optar al Título de Licenciado en Educación, en la especialidad de Educación Primaria – Educación
4. Fernández, de Juan T. (2001). Donde termina la palabra. La música como terapia. México: Plaza y Valdés.
5. Hernández Ruano, M.J. (2015), Musicoterapia en el paciente con trastorno neurológico: una búsqueda bibliográfica,
6. Martí, J. (2000), La investigación-acción participativa. Estructura y fases, Barcelona, El viejo topo.
7. Roca, E., (2014), Autoestima, una visión actual, basada en la investigación, ACDE, Valencia.
8. Salas Pino, L. (2004), Terapia musical en pacientes psiquiátricos con conductas suicidas, Recuperado el día 7 de junio 2018: <file:///C:/Users/Trabajo%20Social/Downloads/194-Texto%20del%20art%C3%ADculo-756-1-10-20150602.pdf>



Básica Alternativa. Recuperado el día 21 de abril de 2019: <http://repositorio.une.edu.pe/handle/UNE/683>



