



EXPERIÈNCIA ESTÈTICA
ART I MENT

3A EDICIÓ (MEMÒRIA I AVALUACIÓ)

OCTUBRE - NOVEMBRE 2018

 **caixa
popular**

VNIVERSITAT
D VALÈNCIA

L'ORGANITZEN

Nau Social-Vicerectorat de Cultura i Esport
Fundació General de la Universitat de València
Caixa Popular

HI COL·LABOREN

Fundació Antonia Mir
IES Lluís Vives. València

CRÈDITS

Direcció i coordinació:

Ana Bonmatí Alcántara, directora de Gestió Cultural
Vicerectorat de Cultura i Esport, UV

Secretaria i administració:

Ana M. Chillarón, tèc. mitjana de gestió.
Vicerectorat de Cultura i Esport, UV

Professors:

Soundpainting: Roberto García Gontán, professor
d'educació secundària, Música. Assessor de Cefire
Artísticoexpressiu.

Música, psicomotricitat, expressió corporal

i emocional: Judit Gual Pallarés, professora d'educació
secundària, Música. Doctora en Psicologia. Assessora
en Cefire Artísticoexpressiu.

Avaluació: Lydia Martínez de San Vicente Martín, llic.
en Psicologia, màster en Psicologia i psicopatologia
perinatal i infantil, UV

Assistent:

Laura Sempere Bellvert, estudianta de Magisteri

Fotografia:

Kike Taberner

AGRAÏMENTS

A Caixa Popular, per la seua reiterada confiança.
Als pares i familiars dels infants que han participat en
el programa, per les autoritzacions pertinents
i la col·laboració.

A la directora de l'IES Lluís Vives, per obrir-nos les
portes i facilitar el desenvolupament del programa.

A Ela Fernández-Palacios, per establir els ponts.

A Amparo Vázquez, orientadora de l'IES que ha
coordinat el grup i ha fet tot el possible des de
l'eficàcia i la cordialitat.

A Lucía Márquez (Valencia Plaza), per visibilitzar
el treball.

ÍNDEX

INTRODUCCIÓ	7
DESENVOLUPAMENT	8
FORMACIÓ	8
AVALUACIÓ DEL PROGRAMA	10
AVALUACIÓ DELS RESULTATS	13
CONCLUSIONS	18

EXPERIÈNCIA ESTÈTICA

ART I MENT

3a edició.

D'octubre a novembre de 2018.

Un programa d'innovació sociocultural destinat a infants de 12 i 13 anys.

MISSIÓ

integració social a través de l'art

OBJECTIUS

treballar l'autoestima i l'estrès, millorar destreses artístiques i facultats cognitives



INTRODUCCIÓ

Anar al teatre o visitar un museu, contemplar obres d'art o pintar un quadre, interpretar música, dansar i assistir a un concert, són activitats bones per a la salut? Sempre s'ha dit que l'activitat física és un mitjà eficaç per a la bona salut. Però, i les activitats artístiques o culturals?

L'experiència estètica i la participació cultural no han rebut l'atenció que mereixen i no s'han considerat els valors que aporten a una vida satisfactòria.

Avui existeix abundant investigació i nombroses experiències que mostren que hi ha una associació positiva entre l'activitat cultural i la salut percebuda, l'ansietat, la depressió i la satisfacció amb la vida.

Però no acaben ací els beneficis de l'experiència estètica. També contribueix a un major sentit d'integració i inclusió social, de pertinença i de sentit existencial, ja que crea vincles transversals que desdibuixen les línies de divisió social.

Per això, des de la Nau, a manera de laboratori social, hem anat assajant projectes amb grups o col·lectius vulnerables per contribuir al desenvolupament de nous territoris en les polítiques culturals. La cultura és salut personal i col·lectiva, contribueix a forjar una identitat i un sentit vital, és inclusió i cohesió. I tot això ho fem sense abandonar el nostre compromís amb la ciència i el saber.

"Art i ment" és una oportunitat per explorar les relacions entre activitat cultural i salut, autoestima i satisfacció amb la vida. "Art i ment" és un marc per motivar i eixamplar la participació cultural i social. "Art i ment" és un laboratori de convivència, que gravita sobre l'experiència personal i col·lectiva de la creativitat.

La III edició del programa "Art i ment" s'ha dedicat a infants de 12 a 13 anys. La col·laboració de l'IES Lluís Vives de València ha estat decisiva per poder dur-lo a terme.

DESENVOLUPAMENT

Dimecres, de 17 a 19 hores
Centre Cultural La Nau
C/ de la Universitat, 2
Tel. 963 864 377 / 963 983 133

OCTUBRE

1.^a SESSIÓ

17 d'octubre. Sales de Seminaris

Objectiu: Millorar la capacitat perceptiva i atencional

17.00 – 17.50h **Sessió de psicologia musical
i avaluació**

18.00 – 19.00h **Sessió Soundpainting**

2.^a SESSIÓ

24 d'octubre. Sales de Seminaris

Objectiu: Treballar la cohesió grupal, l'assertivitat,
el respecte i presa de decisions,

17.00 – 17.50h **Sessió de psicologia musical**

18.00 – 19.00h **Sessió Soundpainting**

3.^a SESSIÓ

31 d'octubre. Sales de Seminaris

Objectiu: Treballar la memòria

17.00 – 17.50h **Sessió de psicologia musical**

18.00 – 19.00h **Sessió Soundpainting**

NOVEMBRE

4.^a SESSIÓ

7 novembre. Sales de Seminaris

Objectiu: Treballar la psicomotricitat i el moviment corporal

17.00 – 17.50h **Sessió de psicologia musical**

18.00 – 19.00h **Sessió Soundpainting**

5.^a SESSIÓ

14 novembre. Sala Bigues

Objectiu: Augmentar l'autoestima

17.00 – 17.50h **Sessió de psicologia musical**

18.00 – 19.00h **Sessió Soundpainting**

6.^a SESSIÓ

21 de novembre. Sala de Bigues

Objectiu: Treballar l'actuació/*performance* en públic.

Disminuir l'ansietat i la por escènica. Treballar l'autoestima

17.00 – 19.00h **Sessió de psicologia musical**

7.^a SESSIÓ

28 de novembre

Objectiu: Treballar l'actuació/*performance* en públic.

Disminuir l'ansietat i la por escènica. Treballar l'autoestima

17.00 – 19.00h **Sessió Soundpainting**

8.^a SESSIÓ

30 de novembre. Sala Matilde Salvador

17.00h **Avaluació**

18.00h **Performance final de Soundpainting**



FORMACIÓ

Alumnes de l'IES Lluís Vives, València.
Orientadora: Amparo Vázquez, coordinadora en l'IES.

Dues persones del programa (assistent i psicòloga) estaran en l'IES Lluís Vives a les 16.45 h per portar els infants al Centre Cultural La Nau.
A les 19.15 els retornaran al Centre.

A tots els participants en el programa se'ls exigirà el certificat de delictes de naturalesa sexual: <https://sede.mjusticia.gob.es/cs/satellite/sede/es/tramites/certificado-registro-central>

Adjunte document d'autorització per a la signatura de pares/tutors.
L'IES ens facilitarà la llista de participants.

Pendent d'execució:
Activitats complementàries

1. Proposem una reunió amb pares, en la data que ens indique l'orientadora, per explicar amb detall el programa i presentar-ne els responsables.
 2. També proposem una sessió oberta al públic i als familiars per explicar-los la tècnica de Soundpainting.
-

L'avaluació del programa "Art i Ment", en la tercera edició, es realitza seguint un disseny quasi experimental, més específicament, un disseny de pretest-posttest amb un grup d'intervenció, en el qual, abans del tractament o de la intervenció, es realitza un pretest per conèixer la línia base de què parteix cada subjecte en les diferents variables d'estudi, i després d'aquest, un posttest, on s'analitzen els possibles canvis produïts per la intervenció.

La mostra del programa va ser seleccionada per l'orientadora escolar/psicòloga de l'IES Lluís Vives de València Amparo Vázquez. Ella va ser l'encarregada de seleccionar els alumnes que podien encaixar amb els interessos del programa: que estigueren en els primers anys d'institut i tingueren un perfil adequat als beneficis potencials del programa.

Els objectius que persegueix el programa d'intervenció sociocultural "Art i Ment" són:



OBJECTIUS

1. Enfortir l'autoestima i promoure la identificació, el control i expressió emocional a través de l'art.
2. Millorar capacitat perceptiva i atencional.
3. Treballar la memòria.
4. Treballar la cohesió grupal, l'assertivitat, el respecte i la presa de decisions.
5. Experimentar amb diferents arts (música, expressió corporal artística...), millorant la psicomotricitat i moviment corporal.
6. Disminuir el nivell d'estrès i ansietat.
7. Disminuir l'ansietat i la por escènica treballant l'actuació *performance* en públic.
8. Millorar la capacitat de socialització i disminuir l'aïllament social.

Per poder aconseguir aquests objectius, s'organitzen 7 sessions, cada una de les quals consisteix en una hora de treball basada en teràpia musical i la segona consistia en una sessió de *Soundpainting*. En cada sessió es treballava un objectiu diferent. Les sessions tenien lloc el dimecres a la vesprada, de 17.00 a 19.00 hores, durant els mesos d'octubre i novembre. En l'última sessió es va fer una *performance* final de *Soundpainting*, en la qual pares i familiars van poder veure tot el que havien après els adolescents al llarg de les sessions.



AVALUACIÓ DEL PROGRAMA

L'avaluació es fa per estudiar l'impacte que té el programa sobre els adolescents (que estan en els primers anys d'institut) que han passat per la intervenció, comparant els resultats de l'avaluació PRE amb els de l'avaluació POST.

Els **punts de recollida** de dades són els següents:

1. Octubre del 2018.
Dades línia base o pretractament.
17 d'octubre de 2018.
2. Desembre del 2018.
Posttractament.
19 de desembre de 2018.

Al llarg de la intervenció es recullen dades qualitatives (entrevistes, comentaris dels alumnes, etc.) i també dades quantitatives, per assegurar la correcta implementació del programa.

Les **fonts de recollida** de dades han estat les següents:

- Alumnes
- Professors/monitors del projecte
- Coordinador projecte

VARIABLES I INSTRUMENTS DE MESURA

A tots els participants se'ls demanarà informació demogràfica com ara edat, sexe, etc. Quant a l'instrument de mesura que s'utilitza i les diferents variables d'interès per a aquest projecte queden exposats més avall i estan relacionats directament amb els objectius de l'estudi.

1. Instrument i variables de mesura per a adolescents:

El SENA (Sistema de Evaluación de Niños y Adolescentes) és un instrument que té per objectiu ajudar en la detecció d'un ampli espectre de problemes emocionals i de conducta dels 3 als 18 anys. Mesura les variables següents:

- Problemes interioritzats: depressió, ansietat, ansietat social, queixes somàtiques i simptomatologia posttraumàtica.
- Problemes exterioritzats: problemes d'atenció, hiperactivitat/impulsivitat, problemes de control de la ira, agressió i conducta desafiadora.
- Problemes contextuais: problemes amb la família, problemes amb l'escola i problemes amb els companys.

També permet explorar algunes àrees de vulnerabilitat que poden contribuir al manteniment o a l'inici d'alguns problemes o trastorns més greus com poden ser els problemes de regulació emocional.

Així mateix, avalua la presència de certs recursos personals (com ara l'autoestima i la integració i competència social) que actuen com a factors protectors davant diferents problemes i es poden usar per recolzar la intervenció.

2. Altres mesures per a infants i pares

- A. Retenció al programa
 - Nombre d'adolescents que han iniciat i acabat el programa.
 - Nombre de sessions a què han assistit els adolescents.
- B. Satisfacció amb el programa
 - Opinió subjectiva dels joves

AVALUACIÓ DELS RESULTATS

• **SENA** (Sistema de Evaluación de Niños y Adolescentes)
En l'avaluació PRE que es va fer l'octubre del 2018, abans del començament del programa d'intervenció sociocultural "Art i Ment", el nombre de subjectes que formava el grup d'intervenció era de 10. El desembre del 2019, quan es va fer l'avaluació POST/final d'intervenció, la mostra va disminuir a només 7 subjectes.

Com que la intervenció realitzada no disposava d'un grup control o comparació i que el nombre de subjectes de la mostra era baix, per analitzar les dades s'aplica la prova no paramètrica de Wilcoxon, que s'utilitza per comparar dues mostres relacionades; en aquest cas, per analitzar les dades obtingudes mitjançant el disseny PRE-POST. Els resultats obtinguts amb aquesta prova es poden observar en la taula següent:

TAULA 1. TAULA DE RESULTATS D'ADOLESCENTS

	w	p	X pre	DT	X post	DTP
IndGlobalProblemes	-2.375	.018	59.29	11.87	51.43	11.60
IndProbEmocionals	-2.205	.027	58.71	12.94	53.14	13.23
IndProbConductuals	-2.366	.018	55.86	10.66	45.57	6.60
IndProbFuncionsExecutives	-1.859	.063	58.86	10.59	53.29	14.51
IndProbContextuals	-2.201	.028	51.71	8.51	47.57	6.92
IndRecursosPersonals	-.315	.752	48.57	9.93	47.57	12.98
Depressió	-1.826	.068	55.15	10.74	52.00	10.23
Ansietat	-2.207	.027	55.71	11.07	49.00	11.60
Ansietat social	-1.476	.140	58.00	15.96	54.29	15.37
Queixes somàtiques	-1.873	.061	66.57	11.68	62.43	14.99
SintPosttraumàtica	-1.363	.173	51.14	12.60	46.00	10.50
ProbAtenció	-.845	.398	60.86	11.90	58.43	18.72
Hiperactivitat/impulsivitat	-1.572	.116	56.14	8.74	50.00	14.34
ProblemesControl·lra	-2.375	.018	53.00	9.50	45.29	9.72
Agressió	-1.826	.068	51.71	10.90	46.29	7.84
Cond.Desafiador	-1.633	.102	61.00	18.89	47.71	7.45
ProbFamília	-.734	.463	50.71	7.31	48.29	7.84
ProbEscola	-1.022	.307	52.57	12.94	50.57	10.30
ProbCompanys	-1.342	.180	50.29	12.84	45.00	4.47
ProbRegulació emocional	-2.207	.027	56.57	15.18	50.00	12.84
Autoestima	-.931	.352	49.86	8.53	46.86	11.69
Integració i comportament social	-.508	.611	48.00	11.50	49.00	13.34

Com es pot observar en la taula 1, s'obtenen resultats significatius de canvi en les variables següents:

- **Índex global de problemes:** aquest índex permet resumir en una única puntuació el nivell de malestar i afectació general que presenta la persona avaluada. La prova de Wilcoxon ens proporciona un valor Z, amb valor de l'estadístic de contrast -2.375, que porta associada una significació de 0.018, cosa que ens porta a concloure que hi ha diferències estadísticament significatives en aquesta variable entre les puntuacions de l'avaluació PRE i POST, aconseguint puntuacions més positives.
- **Índex problemes emocionals:** resumeix el nivell de problemes interioritzats que presenta la persona avaluada i és un indicador del grau en què mostra alteracions emocionals i simptomatologia relacionada amb els principals trastorns afectius o de l'estat d'ànim.
La prova de Wilcoxon ens proporciona un valor Z, amb valor de l'estadístic de contrast -2.205, que porta associada una significació de 0.027, cosa que ens porta a concloure que hi ha diferències estadísticament significatives.
- **Índex problemes conductuals:** és un indicador de les manifestacions comportamentals externes i disruptives que irrompen en l'entorn, generen conflictes interpersonals i dificulten el desenvolupament normal de les activitats.
La prova de Wilcoxon ens proporciona un valor Z, amb valor de l'estadístic de contrast -2.36, que porta associada una significació de 0.018, cosa que ens porta a concloure que hi ha diferències estadísticament significatives.
- **Índex problemes contextuais:** avalua el grau de malestar general, insatisfacció i tensió percebut per la persona avaluada en relació amb el seu context familiar i escolar.

La prova de Wilcoxon ens proporciona un valor Z, amb valor de l'estadístic de contrast -2.201, que porta associada una significació de 0.028, cosa que ens porta a concloure que hi ha diferències estadísticament significatives.

- **Ansietat:** vol detectar la presència de simptomatologia de tipus ansiós. Consta de diverses manifestacions, entre les quals s'inclou la presència de malestar subjectiu generalitzat caracteritzat per preocupacions persistents i recurrents pròpies de l'ansietat generalitzada, així com la presència de tensió emocional.
La prova de Wilcoxon ens proporciona un valor Z, amb valor de l'estadístic de contrast -2.207, que porta associada una significació de 0.027, cosa que ens porta a concloure que hi ha diferències estadísticament significatives.
- **Problemes control de la ira:** aquesta escala inclou una sèrie d'ítems que reflecteixen una experimentació o expressió exagerada i inadequada de la ira per part de l'avaluat, que es manifesta en comportaments de tipus agressivoimpulsiu, sentiments de ràbia i una percepció de pèrdua de control. Aquests comportaments poden ser el resultat d'una major presència o intensitat dels sentiments d'ira o enuig, així com de dificultats per regular i expressar aquest tipus d'emocions.
La prova de Wilcoxon ens proporciona un valor Z, amb valor de l'estadístic de contrast -2.375, que porta associada una significació de 0.018, cosa que ens porta a concloure que hi ha diferències estadísticament significatives.
- **Problemes de regulació emocional:** avalua la presència de dificultats per comprendre i regular les pròpies emocions i la seua expressió, que es manifesten en canvis d'humor bruscos i freqüents i en oscil·lacions de l'estat d'ànim al llarg del dia. Per tant, inclou aspectes relacionats amb la labi-

litat emocional i amb la dificultat per controlar les reaccions emocionals o per identificar i comprendre determinats estats d'ànim.

La prova de Wilcoxon ens proporciona un valor Z, amb valor de l'estadístic de contrast -2.207 , que porta associada una significació de 0.027 , cosa que ens porta a concloure que hi ha diferències estadísticament significatives.

A més es fa un estudi descriptiu dels casos, ja que individualment es poden observar canvis de l'avaluació PRE a la POST. Més avall s'exposen els resultats de l'anàlisi descriptiva.

Subjecte 1

En el gràfic podem observar que aquest subjecte obté puntuacions dins el rang de la normalitat en pràcticament totes les variables que mesura el SENA.

Sí que observem que, dins les escales de problemes exterioritzats, hi ha una millora en la puntuació de l'escala **d'agressió** de l'avaluació PRE (71) a la POST (64); és

a dir, passa d'obtenir puntuacions altes que es podrien considerar clínicament significatives a obtenir puntuacions mitjanes/altes, que estarien quasi dins el rang de la normalitat. Aquesta escala es refereix a una manifestació de problemes de conducta consistent en un patró d'agressió interpersonal, a més avalua la presència de comportaments que denoten una baixa empatia.

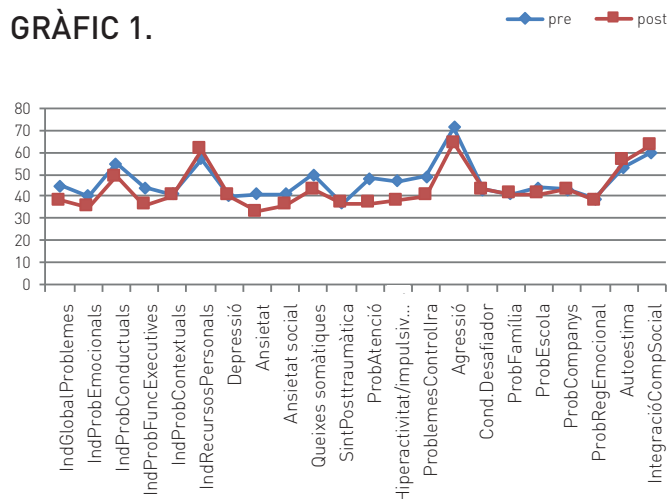
Subjecte 2

En el gràfic s'observa que l'índex de problemes en **les funcions executives** mostra alteracions en l'avaluació PRE, mentre que obté puntuacions dins la normalitat en l'avaluació POST. Passa el mateix en l'escala de **conducta desafiadora** (comportaments de desafiament i d'oposició a les figures d'autoritat) i en la de **problemes a l'escola**.

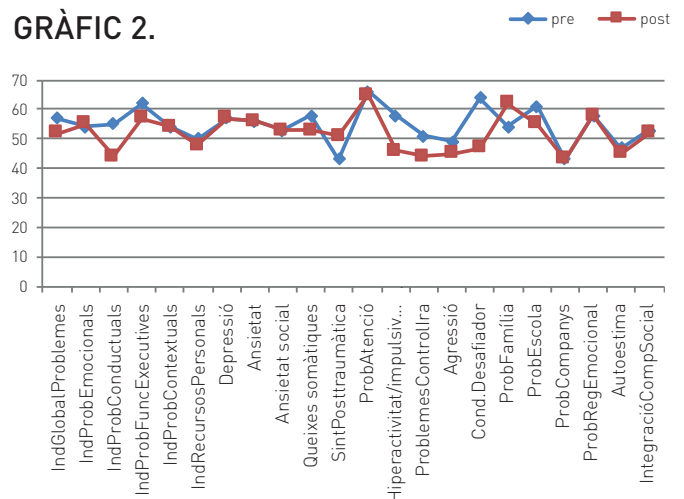
Subjecte 3

En el gràfic s'observa que tots els **índexs de problemes** obtenen millors puntuacions en l'avaluació POST, amb valors dins la normalitat.

GRÀFIC 1.



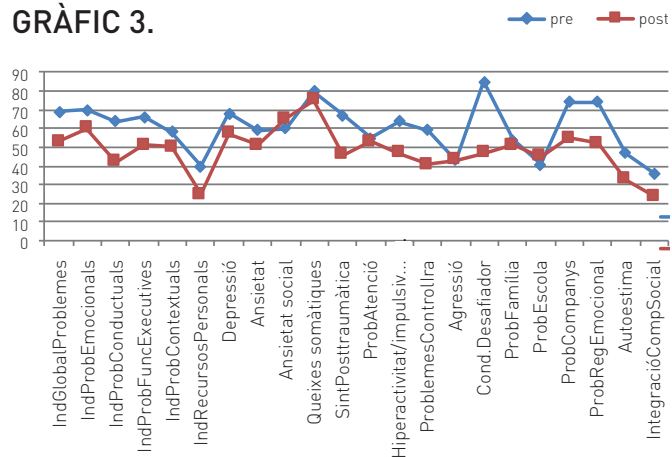
GRÀFIC 2.



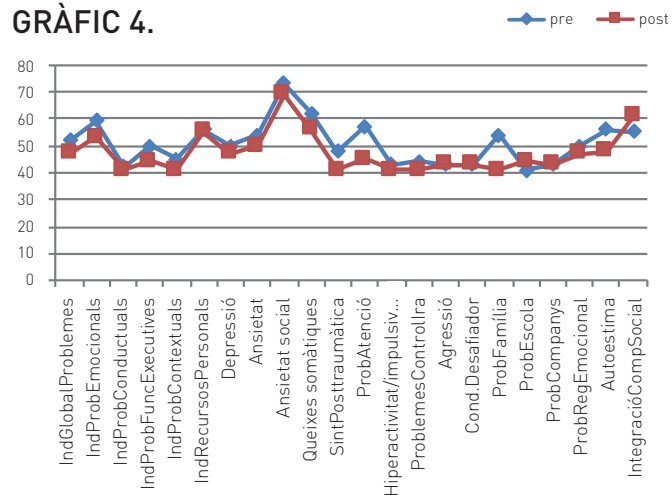
També s'observa que les puntuacions en les escales de **depressió, hiperactivitat/impulsivitat i simptomatologia posttraumàtica** passen d'obtenir puntuacions mitjanes/altas a puntuacions dins el rang de la normalitat.

Les escales de **conducta desafiadora, problemes amb companys i problemes de regulació emocional** que en

GRÀFIC 3.



GRÀFIC 4.



l'avaluació PRE mostraven l'existència de problemes significatius, en l'avaluació PRO milloren; no es refereixen alteracions i s'obtenen puntuacions que estan dins el rang de la normalitat.

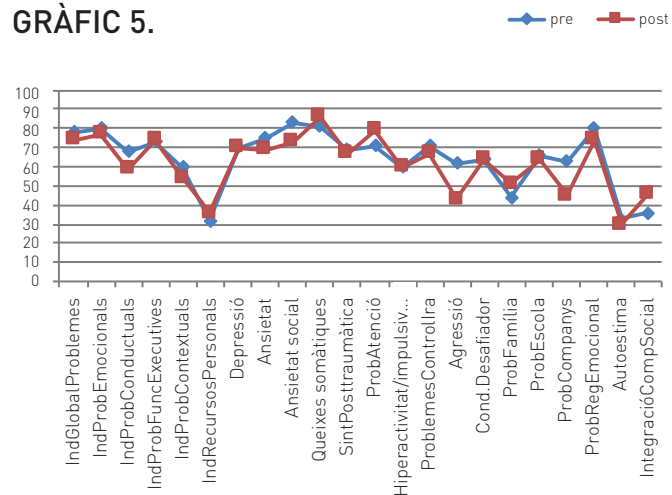
Subjecte 4

En el gràfic s'observa que pràcticament en totes les escales obté puntuacions dins el rang de la normalitat, tant en l'avaluació PRE com en la POST. Sí que s'observa una millora en les escales de **queixes somàtiques i d'anxietat social** del pre al post, encara que en aquesta última seguiria mostrant problemes significatius.

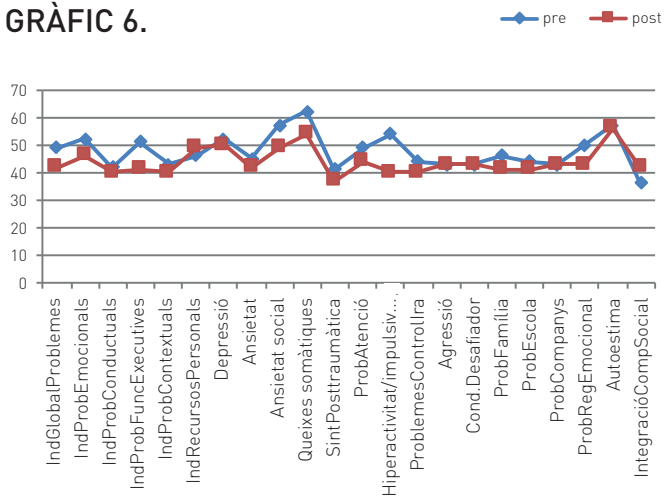
Subjecte 5

Dins les escales de problemes contextuals s'observa un canvi molt positiu en **l'escala de problemes amb els companys**, que passa de presentar alguns problemes a obtenir puntuacions dins el rang de la normalitat. Passa el mateix amb l'escala d'agressió.

GRÀFIC 5.



GRÀFIC 6.



Les escales d'ansietat i **ansietat social** presenten certa millora en l'avaluació POST, encara que sense arribar a puntuacions dins el rang de la normalitat.

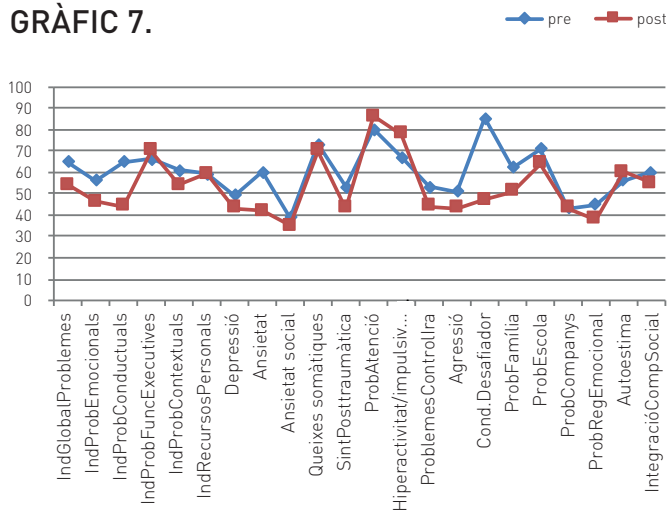
A més podem observar millora en l'escala **d'integració i competència social**, que avalua l'habilitat per iniciar o mantenir relacions d'amistat, per integrar-se en grups socials i sentir-s'hi còmode, per relacionar-se de forma adequada amb els altres.

Subjecte 6

En el gràfic s'observa com a millora la puntuació de l'escala **queixes somàtiques** i no presenta problemes en l'avaluació POST.

Podem observar millora en l'escala **d'integració i competència social**, que avalua l'habilitat per iniciar o mantenir relacions d'amistat, per integrar-se en grups socials i sentir-s'hi còmode, per relacionar-se de forma adequada amb els altres.

GRÀFIC 7.



Subjecte 7

Les puntuacions de les escales d'ansietat i **conducta desafiadora** presenten una millora i estan dins el rang de la normalitat en l'avaluació POST.

S'observa una millora significativa en l'escala de **problemes familiars**, en aquesta ocasió l'avaluat no refereix problemes en aquest context. Passa el mateix en l'escala de **problemes a l'escola**, hi ha millora, encara que no arriba a tenir puntuacions dins el rang de la normalitat.



- **Altres mesures**

A. Retenció al programa

El programa va començar amb 13 adolescents. El nombre d'adolescents que van assistir a quasi totes les sessions va ser d'11. El dia de l'avaluació final només van assistir 7 adolescents.

B. Satisfacció amb el programa

(Opinió subjectiva dels joves)

Tots els dimecres, dia que es feia la sessió de teràpia musical i *Soundpainting*, es recollia els adolescents en

l'institut i després de la sessió se'ls hi acompanyava altra vegada. Aquest temps s'utilitzava per parlar amb els adolescents i preguntar-los per diferents aspectes del programa. A més l'última sessió d'avaluació també es va aprofitar per conèixer la valoració final que tenien sobre el programa.

Els adolescents van referir que estaven satisfets amb el programa per diferents motius, entre el quals:

- Havien tingut l'oportunitat de conèixer el *Soundpainting* i l'havien pogut posar en pràctica, amb tots els avantatges que això comporta. Eren conscients



que no tots els companys de classe i amics havien tingut aquesta oportunitat i ho valoraven molt positivament.

- Augment de les relacions personals ja que, tot i anar al mateix institut i alguns d'ells fins i tot a la mateixa classe, en començar el programa no tenien relació entre ells. Al llarg de les sessions hem pogut observar com han millorat les relacions entre ells i com gaudien en pertànyer a un grup havent de treballar de manera cooperativa entre ells.
- Capacitat d'atenció. Els usuaris del programa se sorprenien de com podien ser capaços de mantenir l'atenció durant tota la sessió sense distraure's, ja que en tot moment havien d'estar pendents de les instruccions del professor.
- Creativitat, com comenta Sofia a la periodista del *culturplaza*: "El que més m'agrada és poder experimentar, normalment et marquen un patró, però ací si alguna cosa t'ix malament, també està bé." Per a ells és molt positiu poder tenir l'oportunitat de ser creatius sense estar pensant si faran les coses bé o no.
- Augment de l'autoestima. Durant les sessions se sentien bé amb ells mateixos, ja que es veien capaços de fer coses que no s'imaginaven que podien fer abans del programa.

CONCLUSIONS

La tercera edició del programa d'intervenció sociocultural "Art i Ment", la finalitat de la qual era "promocionar en un grup d'adolescents la creativitat i l'expressió emocional a través de l'art i la pràctica d'activitats artístiques, apreciació estètica, percepció i reflexió sobre la música i les arts plàstiques", ha complert els objectius següents:

1. **Enfortir l'autoestima.** Si bé és cert que no es donen canvis en la variable autoestima del SENA de l'avaluació PRE a la POST, en les entrevistes fetes amb els adolescents refereixen que durant les sessions i després d'aquestes se sentien bé amb ells mateixos i es veien capaços de fer coses noves per si mateixos.
2. **Promoure la identificació, el control i l'expressió emocional a través de l'art.** Les dades que ens proporciona la prova no paramètrica de Wilcoxon ens indiquen que hi ha diferències significatives de l'avaluació PRE a la POST en l'escala d'índex de proble-
- mes conductuals i en la de problemes de control de la ira, raó per la qual podem afirmar que els adolescents han millorat a l'hora regular i expressar les emocions quan tenen sentiments d'ira o enuig. A més, això estaria relacionat amb el canvi que també s'ha produït en l'escala de problemes de regulació emocional, on podem observar un canvi en positiu de les puntuacions.
3. **Millorar capacitat perceptiva i atencional.** El canvi produït en aquestes capacitats es va poder observar dia a dia. Al principi es distreïen i els costava mantenir l'atenció, però amb el temps eren capaços d'estar concentrats i atents durant tota la sessió. El programa ha resultat molt positiu per treballar aquestes capacitats.
4. **Treballar la memòria.** Una de les capacitats que treballa el *Soundpainting* és la memòria. En la primera sessió, els adolescents no sabien en què con-



sistia aquesta tècnica i el professor va començar ensenyant-los uns pocs gestos, que ells havien de traslladar a diferents respostes musicals. En cada sessió, el professor els ensenyava nous senyals que ells havien de memoritzar per saber que havien de fer en cada moment. El dia de la *performance* final, tots els adolescents del grup coneixien perfectament què havien de fer segons el gest que els proporcionara el professor.

5. **Treballar la cohesió grupal, l'assertivitat, el respecte i la presa de decisions.** Tant en les sessions de teràpia musical com en les de *Soundpainting* es van treballar aquests aspectes. Gràcies a aquest treball, el grup va evolucionar molt positivament. El sentiment de pertànyer a un grup els feia sentir-se bé i es mostraven més col·laboratius a l'hora d'ajudar els companys.
6. **Experimentar amb diferents arts millorant la psicomotricitat i el moviment corporal.** En les sessions de teràpia musical es treballaven aquestes capacitats. Al principi era difícil per a ells deixar-se anar i treballar movent tot el cos, però a poc a poc es van anar deixant i millorant. Aquest tipus d'activitats també milloren les relacions socials que s'estableixen en el grup i, tot i que al principi sentien vergonya, a l'últim en gaudien i s'ho passaven d'allò més bé.
7. **Disminuir el nivell d'estrès i ansietat.** Els resultats de la prova de Wilcoxon per constatar si hi ha diferències de l'avaluació PRE a l'avaluació POST, ens mostra que l'índex problemes emocionals i l'escala d'ansietat milloren del PRE al POST, raó per la qual podem concloure que amb l'aplicació del programa es poden disminuir els nivells d'ansietat dels adolescents.
8. **Disminuir l'ansietat i la por escènica** treballant la *performance* en públic. El dia de l'actuació, els alumnes estaven una miqueta nerviosos per haver

de mostrar el que havien après davant els seus familiars; però van superar aquests nervis i van realitzar un espectacle molt interessant i diferent del que estem acostumats a veure.

9. **Millorar la capacitat de socialització i disminuir l'aïllament social.** El programa els ha brindat l'oportunitat de relacionar-se amb els companys en un ambient diferent i això ha comportat que s'hagen socialitzat d'una manera diferent de com ho fan en l'institut. Alguns van arribar sense relacionar-se amb cap dels companys i gràcies a les sessions s'ha fet un grup molt cohesionat.

A més, l'índex problemes contextuals mesurat pel SENA, presenta millora en les seues puntuacions de l'avaluació PRE a la POST, raó per la cosa podem concloure que milloren les relacions dels alumnes en els contextos familiar i escolar.

A més de complir-se tots els objectius proposats abans de la realització del programa, el nivell de satisfacció, tant dels alumnes com dels seus familiars, ha estat alt. Refereixen estar molt agraïts de poder haver participat en el programa i haver pogut experimentar amb aquestes tècniques que, com ara en el cas del *Soundpainting*, ni coneixien.

PREMSA

<https://valenciaplaza.com/soundpainting-o-como-hacer-brotar-la-creatividad-y-la-autoestima-en-los-adolescentes-mediante-la-improvisacion-musical?image=1>

VNIVERSITAT
ID VALÈNCIA

Vicerectorat de Cultura i Esport

VNIVERSITAT
ID VALÈNCIA

Fundació **G**eneral

