

La interpretación musical y la ansiedad escénica: validación de un instrumento de diagnóstico y su aplicación en los estudiantes españoles de Conservatorio Superior de Música

Musical performance and stage anxiety: a diagnostic instrument validation and its application in the Spanish students of the Advanced Music Conservatories

Autor: Mateo Arnáiz Rodríguez

Tesis doctoral UDC / Año 2015

Director: Dr. Manoel Baña Castro

Directora: Dra. M. Mar Durán Rodríguez

Programa de doutoramento: Investigación Psicológica en Contextos Educativos



UNIVERSIDADE DA CORUÑA

La interpretación musical y la ansiedad escénica: validación de un instrumento de diagnóstico y su aplicación en los estudiantes españoles de Conservatorio Superior de Música

Musical performance and stage anxiety: a diagnostic instrument validation and its application in the Spanish students of the Advanced Music Conservatories

A interpretación musical e a ansiedad escénica: validación dun instrumento de diagnóstico e a súa aplicación nos estudantes españois de Conservatorio Superior de Música

Autor: Mateo Arnáiz Rodríguez

Tesis doctoral UDC

Año 2015

Directores: Dr. Manoel Baña Castro

Dra. M. Mar Durán Rodríguez





UNIVERSIDADE DA CORUÑA

MANOEL BAÑA CASTRO Doutor en Psicoloxía, Profesor da Universidade da Coruña, en calidade de Director da Tese de Doutoramento con Mención Internacional do Título de Doutor: “A interpretación musical e a ansiedade escénica: Validación dun instrumento de diagnóstico e a súa aplicación nos estudantes españois de Conservatorio Superior de Música” realizada por MATEO ARNAIZ RODRIGUEZ,

INFORMA FAVORABLEMENTE

De que dita Tese reúne todas as condicións formais, técnicas, científicas e metodolóxicas necesarias para a súa lectura e defensa públicas ante o Tribunal que corresponda

O que asino para que conste aos efectos que procedan na Coruña, a 25 de xuño do 2015



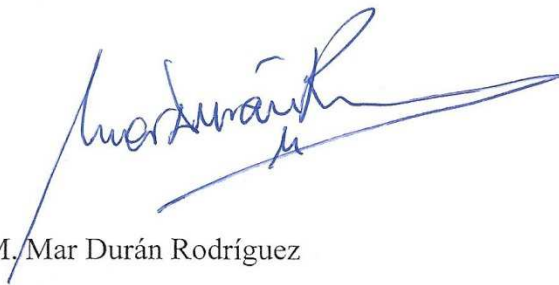
Manoel Baña Castro

M. MAR DURÁN RODRÍGUEZ, Profesora de Psicología Social de la Facultad de Psicología de la Universidad de Santiago de Compostela, en calidad de Directora de la Tesis de Doctorado con mención Internacional: "La interpretación musical y la ansiedad escénica: Validación de un instrumento de diagnóstico y su aplicación en los estudiantes españoles de Conservatorio Superior de Música", presentada por MATEO ARNÁIZ RODRÍGUEZ,

INFORMA que,

La Tesis de Doctorado, anteriormente citada, reúne todas las condiciones formales, técnicas, científicas y metodológicas necesarias para su lectura y defensa públicas delante del Tribunal que corresponda.

Y para que conste a los efectos de su presentación, lo firmo en Santiago de Compostela, a 29 de Junio de 2015.



M. Mar Durán Rodríguez

DEDICATORIA

Esta investigación se ha realizado para aquellos que aman la música y que, en el intento por mejorar su interpretación para transmitir emociones a sus congéneres, luchan cada día en un trabajo sin final. Quiero dedicar esta tesis a las personas que nos apoyan día a día en ese trabajo, seres cercanos que en los momentos de duda y de soledad espiritual, tan necesaria para la creación en el arte, brindan una mirada, una sonrisa o un beso...

Gracias a mis padres Teo y Maido, mi modelo de esfuerzo y energía infatigable, a mi mujer Silvia, mi persona, y a ti pequeña Anaís por tu sonrisa eterna...

AGRADECIMIENTOS

Este es el final de un largo viaje emprendido hace ya más de diez años. Muchas son las personas que han contribuido a que esta tesis se materialice.

Gracias a D. J. Gallego, quien me animó a seguir investigando cuando era un alumno del D.E.A. en la Universidad de la UNED.

Gracias a todos los docentes y compañeros que han colaborado en la aplicación de los inventarios, Silvia Fresco, Fernando Briones, Diego Segade, Sergio Añon, Pablo Ruibal Armesto, Adriana García García, Margarita Escarpa, Beatriz Riobo Agulla, Josefina Alborés Nuñez, Francisco Sanchez Bernier, Diego Gonzalez Pérez, Nicasio Gradaille, Manuel Morales y a todos aquellos alumnos que han participado en el estudio compartiendo su experiencia sobre la “Ansiedad escénica en la interpretación musical” y como esta afecta a su profesión.

Gracias a Silvia Guntín Araujo por haber colaborado en la traducción y adaptación del inventario al Español, así como en todo lo referente al inglés y al profesor Joaquim José Gonçãlves (profesor del IPCA- Instituto Politécnico do Cávado e da Ave) por su apoyo en Portugal y a todos aquellos que han contribuido de alguna manera a que esta tesis pudiera llevarse a cabo.

Por último y más importante, gracias a las dos personas, sin las que esta tesis nunca hubiera podido existir, M. Mar Durán por su gran ayuda, sus correcciones siempre acertadas, consejos, y apoyo incondicional y Manoel Baña, no solo por su trabajo que permea en esta tesis, sino por intuir, creer y acoger aquella idea inicial, ayudando a moldearla hasta convertirse en lo que es esta investigación, pues con su sencillez y naturalidad se percibe la presencia del maestro.

RESUMEN

La ansiedad que sufren los músicos, estudiantes de los Conservatorios Superiores de Música en España, es un proceso que se denomina “ansiedad escénica en la interpretación musical” y que afecta negativamente a la interpretación, su futura actividad profesional. Esta denominación está basada en la teoría desarrollada por Kenny (2011) y que a su vez se fundamenta en la teoría de la ansiedad sobre la triple vulnerabilidad de Barlow (2002).

El fenómeno de la ansiedad escénica en la interpretación musical es comprensible y analizable mediante el KMPAI-E, una adaptación al Español del K-MPAI, inventario desarrollado por Kenny (2009). Los factores que conforman la ansiedad escénica en la interpretación musical y su relación con las variables personales y socio-culturales de los individuos muestran una ansiedad marcadamente situacional y centrada en la vulnerabilidad del individuo y su indefensión, al no poseer las habilidades necesarias para afrontar dicha ansiedad y emplearla de manera positiva.

El diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical de los estudiantes de Conservatorio Superior de Música en España y el conocimiento de las variables clave que habría que tener en cuenta en posibles tratamientos posteriores, es posible a través del KMPAI-E y las teorías que sostienen su utilización.

ABSTRACT

The anxiety suffered by musicians, students from the Advance Music Conservatories in Spain, is a process called “stage anxiety in the musical performance” and affects negatively to the performance, their professional activity in the future. This name is based upon the theory developed by Kenny (2011) and which, at the same time, is based upon the anxiety theory of the triple vulnerability by Barlow (2002).

The phenomenon of the stage anxiety in the musical performance is understandable and easy to analyze by the KMPAI-E, an adaptation to Spanish of the K-MPAI, an inventory developed by Kenny (2009). Factors that define the stage anxiety in the musical performance and its relation with the personal and sociocultural variables of the individual show a markedly situational anxiety and focussed in the vulnerability and helplessness of the individual, due to the lack of the needed abilities to face such anxiety.

The diagnosis and treatment of the stage anxiety in the musical performance in the students from the Advanced Music Conservatories in Spain and the knowledge of the main variables which must be kept in mind in future possible treatments, is possible through the KMPAI-E and the theories which uphold its use.

RESUMO

A Ansiedade que sofren os músicos, estudantes dos Conservatorios Superiores de Música de España, é un proceso denominado “ansiedade escénica na interpretación musical” e afecta negativamente á interpretación, a súa futura actividade profesional. Esta denominación está baseada na teoría desenvolvida por Kenny (2011) e que a súa vez fundaméntase na teoría da ansiedade sobre a tripla vulnerabilidade de Barlow (2002).

O fenómeno da ansiedade escénica na interpretación musical é comprensible e analizable mediante o KMPAI-E, unha adaptación ó español do K-MPAI, inventario desenvolvido por Kenny (2009). Os factores que conforman a ansiedade escénica na interpretación musical e a súa relación coas variables persoais e socioculturais dos individuos, mostran unha ansiedade marcadamente situacional e centrada na vulnerabilidade do individuo e a súa indefensión, ó non posuír as habilidades necesarias para afrontar dita ansiedade e empregala de xeito positivo.

O diagnóstico da ansiedade escénica na interpretación musical dos estudantes de Conservatorio Superior de Música en España e o coñecemento das variables clave que habría de ter en conta en posibles tratamentos posteriores, é posible a través do KMAPI-E e as teorías que sustentan o seu uso.

RESUMO

A ansiedade experienciada pelos músicos, em particular, os estudantes das Conservatórias de Música em Espanha, é um processo conhecido como "ansiedade social na interpretação musical", que afeta negativamente a interpretação, a sua futura actividade profissional. Esta designação é baseada na teoria desenvolvida por Kenny (2011), que por sua vez é sustentada pela teoria da ansiedade sobre a vulnerabilidade tripla de Barlow (2002).

O fenómeno da ansiedade social na interpretação da música é compreendida e analisada pelo KMPAI-E, uma adaptação espanhola do K-MPAI, um inventário desenvolvido por Kenny (2009). Os fatores da ansiedade social que interferem na interpretação musical e a sua relação com as variáveis pessoais e sócio-culturais dos indivíduos mostram uma ansiedade predominantemente situacional e focada na vulnerabilidade e fragilidade do indivíduo, por não possuir as habilidades necessárias para lidar com tal ansiedade e usá-la de forma positiva.

O diagnóstico da ansiedade social na interpretação musical dos alunos da Conservatória de Música de Espanha e uma futura intervenção é possível através KMPAI-E e das teorias que sustentam a sua utilização.

PRÓLOGO

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.

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 un proceso que influye en su profesión y en su vida personal deteriorándolas. Este proceso está relacionado con la ansiedad ante la actuación en público. La epidemiología en la profesión de los intérpretes musicales alcanza unas cifras muy elevadas y comienza a provocar el interés en este campo de la formación musical.

Se hace necesaria la comprensión de dicho proceso y como este se desarrolla, para poder intervenir en el mismo y mejorar la formación de los músicos y así también el proceso de interpretación musical. Estos son los motivos para la realización de este estudio sobre la interpretación musical y la ansiedad escénica.

La finalidad es comprender y analizar el proceso que está influyendo en los músicos y más concretamente en los estudiantes de Conservatorio Superior de Música en España, para intervenir en su formación, pues estos son los futuros profesionales. Para alcanzar estos objetivos, necesitamos un diagnóstico de este proceso que denominamos “ansiedad escénica en la interpretación musical”. Dicho diagnóstico lo realizaremos mediante el KMPAI-E (Kenny Music Performance Anxiety Inventory Español), una adaptación al Español del K-MPAI (Kenny Music Performance Anxiety Inventory) (Kenny, 2009), cuyas propiedades y fiabilidad han sido demostradas, y que se fundamenta en la teoría sobre la “ansiedad escénica musical” desarrollada por Kenny (Kenny, 2009, 2011; Kenny y Ackermann, 2009; Kenny Davis y Oates, 2004; Kenny y Osborne, 2006 y Osborne y Kenny, 2005) y que a su vez se fundamenta en la teoría de la ansiedad sobre la triple vulnerabilidad de Barlow (2002).

Nuestro objetivo es validar dicho instrumento de diagnóstico en una población y contexto diferentes al de la autora, para comprobar su validez en el diagnóstico de la ansiedad específica que padecen los músicos.

Si conseguimos analizar las características de esta ansiedad y cómo influyen en la interpretación musical de dichos estudiantes, estaremos en disposición de proponer una intervención en el proceso formativo de los mismos, que se materialice en una mejora en la actuación y la profesión de estos individuos.

ÍNDICE

Índice de tablas	23
Índice de figuras	25
Lista de abreviaciones	27

PARTE TEÓRICA

Introducción	29
1. La interpretación musical y el músico.	35
1.1. El músico y el público.	37
1.2. El músico como intérprete especializado.	39
1.3. La problemática de la interpretación en público.	44
2. La ansiedad escénica en la interpretación musical.	47
2.1. El concepto de ansiedad y ansiedad escénica en la interpretación musical.	49
2.2. El fenómeno de la ansiedad escénica en la interpretación musical.	59
2.3. Características psicológicas de la ansiedad que pueden relacionarse con la ansiedad escénica en la interpretación musical.	60
2.4. Ansiedad escénica en la interpretación musical y las características para su diagnóstico a través del DSM-IV y CIE 10.	66
2.5. El diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación Musical.	78
2.6. La ansiedad escénica en la interpretación musical: epidemiología y estudios sobre el fenómeno a partir de los desórdenes de tipo ansioso.	83
3. Los instrumentos de diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical.	93
3.1. Características para medir la ansiedad y las posibles aplicaciones a la ansiedad escénica en la interpretación musical.	93
3.2. Evaluación y medición de la ansiedad escénica en la interpretación musical.	97
3.3. Instrumentos de diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical.	101

3.3.1. Desarrollo, validación y descripción del Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI).	105
3.3.2. El MPAI-A “Music Performance Anxiety Inventory for Adolescents”.	111
PARTE EMPÍRICA	
Introducción	117
1. Objetivos e hipótesis	119
2. Método	121
2.1. Muestra	121
2.2. Participantes	121
2.3. Variables e instrumentos de investigación	126
3. Procedimiento	137
4. Análisis estadístico	143
5. Resultados	145
5.1. Análisis de las propiedades psicométricas del KMPAI-E.	145
5.2. Análisis factorial del KMPAI-E	151
5.3. Análisis factorial confirmatorio	160
5.4. Análisis correlacional y de regresión	178
6. Discusión	195
7. Conclusiones	203
8. Conclusions	211
BIBLIOGRAFÍA	219
ANEXOS	231
ANEXO A	231
ANEXO B	237
ÍNDICE GENERAL DE TÉRMINOS	241

ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 2.1.</i> Trastornos clínicos DSM-IV. (American Psychiatric Association, 1995)	67
<i>Tabla 2.2.</i> Ejes de problemas DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995)	68
<i>Tabla 2.3.</i> Tabla de síntomas DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995)	71
<i>Tabla 2.4.</i> Síntomas de diagnóstico para la fobia específica. CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992)	75
<i>Tabla 3.1.</i> Causas de ansiedad escénica musical. Kenny (2011)	98
<i>Tabla 3.2.</i> Instrumentos de medida para la ansiedad escénica citados por Osborne Kenny (2005)	102
<i>Tabla 3.3.</i> Datos del K-MPAI. Kenny (2011)	107
<i>Tabla 5.1.</i> Estadísticos descriptivos de los ítems. Fuente SPSS 20	145
<i>Tabla 5.2.</i> Análisis estadístico total de los ítems. Fuente SPSS 20	148
<i>Tabla 5.3.</i> Varianza. Método de extracción: Factorización de Ejes principales. Fuente SPSS 20	151
<i>Tabla 5.4.</i> Comunalidades. Método de extracción: Factorización de Ejes principales. Fuente SPSS 20	154
<i>Tabla 5.5.</i> Método de extracción: Factorización del Eje principal. Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser. Fuente SPSS 20	156
<i>Tabla 5.6.</i> Comunalidades extracción 12 factores. Método de extracción: Factorización de Ejes principales. Fuente SPSS 20	161
<i>Tabla 5.7.</i> Matriz de factores rotados para extracción de 12 factores. Método de extracción: Factorización del Eje Principal. Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser. Fuente SPSS 20	163
<i>Tabla 5.8.</i> Factores y sus pesos específicos en cada inventario. Análisis diferencial de los ítems y su comportamiento para cada uno de los inventarios KMPAI-E (12 factores), K-MPAI (2009) y KMPAI-E	166
<i>Tabla 5.9.</i> Factores de cada inventario. Análisis diferencial de los ítems y su comportamiento para cada uno de los inventarios K-MPAI (2011), K-MPAI (2009) y KMPAI-E	173
<i>Tabla 5.10.</i> Comparativa de categorías propuestas por Kenny (2009, 2011) en los inventarios KMPAI-E, K-MPAI (Kenny, 2011) y K-MPAI (Kenny, 2009)	176

ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Figura 2.1.</i> Gráfico realizado a partir de los datos del M.E.C.	121
<i>Figura 2.2.</i> Estructura de la muestra empleada para el estudio en función de su procedencia	122
<i>Figura 2.3.</i> Distribución por sexos de la muestra empleada para el estudio	122
<i>Figura 2.4.</i> Distribución por franjas de edades de la muestra empleada para el estudio	123
<i>Figura 2.5.</i> Distribución por familias de instrumentos de la muestra empleada para el estudio	123
<i>Figura 2.6.</i> Distribución por instrumentos de la muestra empleada para el estudio	124
<i>Figura 2.7.</i> Distribución de la muestra empleada para el estudio por funcionalidad instrumental	125
<i>Figura 2.8.</i> Distribución de la muestra empleada para el estudio en función de la profesión del padre	126
<i>Figura 2.9.</i> Distribución de la muestra empleada para el estudio en función de la profesión de la madre	126
<i>Figura 2.10.</i> Distribución por sexos de la muestra empleada para la validación del K-MPAI (Kenny, 2009)	127
<i>Figura 3.1.</i> Esquema de aplicación del inventario adaptado del K-MPAI (2009)	138
<i>Figura 5.1.</i> Gráfico de las medias de los ítems significativos en función del “Sexo”. Fuente SPSS 20	184
<i>Figura 5.2.</i> Gráfico de las medias de los ítems significativos en función del “Grupo de edad”. SPSS 20	185
<i>Figura 5.3.</i> Gráfico para las medias de los ítems significativos en función del “Instrumento estudiado”. SPSS 20	187
<i>Figura 5.4.</i> Gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Familia a la que pertenece el instrumento”. SPSS 20	189
<i>Figura 5.5.</i> Gráfico de las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Práctica principal del instrumento”. SPSS 20	191
<i>Figura 5.6.</i> Gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Relación de la profesión del padre con la habilidad para la actuación escénica”. SPSS 20	192

Figura 5.7. Gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Relación de la profesión de la madre con la habilidad para la actuación escénica”. SPSS 20

193

LISTA DE ABREVIACIONES

AAS-MAS:	Adaptative-Maladaptive Anxiety Scale
AATS:	Achievement Anxiety Test Scale
AD:	Anxiety Differential
CDI:	Children's Depression Inventory
CIE10:	Decima Revisión de la Clasificación Internacional de las Enfermedades
CK-MPA:	Cox Kenardy Musical Performance Anxiety
CK-MPAS:	Cox Kenardy Musical Performance Anxiety Solista
CK-MPAC:	Cox Kenardy Musical Performance Anxiety Coro
CPAI:	Conklin Performance Anxiety Inventory
DSM:	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
ESMUC:	Escuela Superior de Música de Cataluña
FMI:	Fédération Internationale des Musiciens
FMPS:	Frost Multidimensional Perfectionism Scale
FROST-PE:	Frost Perfectionism Scale
ICD:	International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems
ICSOM:	The International Conference of Symphony and Opera Musicians
KMO:	Kaiser-Meyer-Olkin
K-MPAI:	Kenny Music Performance Anxiety Inventory
KMPAI-E:	Kenny Music Performance Anxiety Inventory Español
MPAI-A:	Music Performance Anxiety Inventory for Adolescents
MPAQ:	Music Performance Anxiety Questionnaire
MPAS:	Music Performance Anxiety Scale
MPSS:	Music Performance Stress Survey
MQ:	Musician's Questionnaire
LOT-R:	Life Orientation Test- Revised
OSI-R:	Occupational Stress Inventory-Revised
PAI:	The Performance Anxiety Inventory
PAQ:	Performance Anxiety Questionnaire
PAQ-CK:	Performance Anxiety Questionnaire CK
PAQ-WND:	Performance Anxiety Questionnaire WND

PASSS:	Performance Anxiety Self-statement Scale
perfAIM:	Performance Anxiety Inventory for Musicians
PI:	Performance Inventory
PPAS:	Piano Performance Anxiety Scale
PRCP:	Personal Report of Confidence as a Performer
PRQ:	Personal Resources Questionnaire
PSQ:	Personal Strain Questionnaire
SEQ:	State Emotion Questionnaire
SES:	Self-efficacy Scale
SFRS:	Stage Fright Rating Scale
SSQ:	Self-statement Questionnaire
STAI:	State-Trait Anxiety Inventory
STAI-S:	State-Trait Anxiety Inventory State Anxiety
STAI-T:	State-Trait Anxiety Inventory Trait Anxiety
TAS:	Trait Anxiety Scale
YSR-ext:	Youth Self-Report-Externalizing Scale

PARTE TEÓRICA

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. La concepción de la música como un lenguaje ha sido como veremos, desde los inicios de la humanidad una evidencia, tanto para esta comunicación social con los semejantes, el entorno natural o el misticismo.

Como todo lenguaje ha ido evolucionando tanto en su utilización como forma, hasta adquirir unos grados de perfección técnica y complejidad que necesitan de un estudio para su práctica. Aunque se siguen practicando músicas muy intuitivas, es evidente que requieren de algún tipo de aprendizaje por parte del sujeto para poder desarrollarla adecuadamente.

Nuestro análisis y mirada se vuelve hacia esos individuos que tratan de aprender el lenguaje para poder comunicarse con sus semejantes. El problema que se constata es que un acto tan simple, en un principio, como el de comunicar con los semejantes, es en realidad, algo muy complejo. La comunicación provoca en muchos casos sufrimiento en los sujetos que tienen que realizarla, a pesar de dominar el lenguaje y de tener una vocación hacia la comunicación mediante el mismo.

Uno de los principales objetivos en los estudiantes de música es la obtención de unos medios técnicos, cognitivos y expresivos que les permitan comunicarse mediante un lenguaje abstracto y universal. Esta necesidad tiene como fin en muchos casos la interpretación pública ante otras personas, aunque es cierto que no siempre el estudio de la música responde a este paradigma. Quizás debamos explicar que el concepto de música del que se parte en esta investigación, es como lenguaje comunicativo y en esta concepción está implícita la relación con nuestros semejantes.

Casi todos los estudiantes de instrumentos musicales sienten el deseo de interpretar en público. Durante sus estudios se les capacita sobre todo técnica y estilísticamente, pero se descuida el apartado emocional y expresivo, excusándose en la manida frase de que “el arte se tiene dentro o no se tiene”. Cuántas veces hemos escuchado esta u otras frases semejantes,

cuya semántica se opone al fin mismo de las ciencias de la educación. Los objetivos, sea cual sea la especialidad o campo abordado en la educación, deberían ser el aprendizaje por parte del alumnado de los contenidos y medios con los que desarrollar y comunicar, o poner en práctica estos contenidos adquiridos. A partir de esta premisa deducimos que el error no está en el lenguaje, sino en la propia formación de aquellos individuos que van a realizar la comunicación. Es evidente que en su formación hay algún factor que no se está teniendo en cuenta y que no se está trabajando adecuadamente. Esta es la contradicción que observamos, entre el fin perseguido por la educación musical y la no inclusión de determinados aspectos en la metodología empleada, para alcanzar este objetivo. Es evidente que no es una deliberada omisión en la formación, sino que, al igual que la evolución de la sociedad implica prestar atención a nuevos factores en el desarrollo humano, también es necesario, cosa que empieza a hacerse en los últimos años, investigar el factor o factores que están interviniendo negativamente en este proceso de comunicación.

Cómo explicar 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 prestación, sientan 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 a desencadenar el llamado “pánico escénico”. Como muy bien resume Dalía (2004) numerosos estudios afirman que “Sobre el 20% de los alumnos/as que inician los estudios en los Conservatorios de Música abandonan dichos estudios por sufrir ansiedad escénica, es decir, por no poder controlar esos nervios que surgen ante un concierto, examen, audición, etc. Pero no sólo eso, de los estudiantes que continúan, porcentajes que oscilan entre el 40% y el 60% ven deteriorada su ejecución musical por motivo de los nervios” (Dalía, 2004, p. 22). Otros estudios nos muestran que la problemática no es menor entre profesionales (van Kemenade, van Son y van Heesch, 1995) ya que todos los profesionales sufren en algún momento de su vida problemas relacionados con la ansiedad que afecta al ámbito de su trabajo y de su vida profesional.

Como veremos, se trata de cifras que, cuanto menos, merecen una reflexión. Si tratamos de buscar explicación a este problema, podemos analizar numerosos factores: la falta de tiempo en la formación del músico para dedicarle a este campo de su actividad, la falta de medios, o el simple desconocimiento existente, hasta hace algunos años, en el terreno

de la ansiedad y su relación con las actividades que implican una expresión ante un público y más concretamente de los músicos, etc. Es por ello que debemos acotar nuestro marco teórico al concepto de la música como medio de expresión con fines de comunicación, desarrollado por individuos que pretenden un conocimiento en profundidad del mismo.

La música como lenguaje expresivo puede o no tener implícita la necesidad de comunicación con nuestros semejantes, en sus orígenes. Es cierto que, sin embargo, el concepto de música en este estudio si está relacionada con el de interpretación musical, en el cual se halla implícita la relación de un músico con un auditor. La relación de ambos elementos variará a lo largo de la historia, pero desde el momento en el que se cree esta conexión, llevará pareja una serie de características que deben ser analizadas para comprender el proceso de la interpretación musical.

La situación actual de la relación entre el músico y el auditor está sometida a unas circunstancias muy concretas y que implican una especialización bastante alta y una responsabilidad grande en el campo de la profesionalidad. Es cierto que no podemos pensar en todos los músicos como profesionales de un lenguaje, pero en su estudio si están encuadrados dentro de unos parámetros necesarios. Para evitar cualquier tipo de interferencia posible en la comprensión del campo de estudio, aclararemos que en este caso hacemos referencia al apartado de la formación del músico, entendido este como el proceso de un individuo por adquirir las capacidades necesarias para expresarse con un lenguaje y más concretamente desde una perspectiva profesional.

Es cierto que cada país tiene sus propias legislaciones en materia de educación musical y en España también existe una propia, sin embargo en la formación de los músicos que realizarán esta comunicación y más concretamente de manera profesional, todos tienen un apartado que implica el dominio de la actuación ante un público, ya que siempre se incluyen en los programas de formación audiciones o conciertos del alumnado.

A este respecto, si tenemos en cuenta uno de los últimos decretos, el Real Decreto 631/2010, de 14 de mayo, por el que se regula el contenido básico de las enseñanzas artísticas superiores de Grado en Música establecidas en la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, sobre las enseñanzas artísticas, podemos concluir lo siguiente:

1. Las enseñanzas artísticas de Grado en Música tendrán como objetivo general la formación cualificada de profesionales que dominen los conocimientos propios de la música y adopten las actitudes necesarias que les hagan competentes para integrarse en los distintos ámbitos profesionales de esta disciplina.

2. El perfil del Graduado en Música corresponde al de un profesional cualificado que ha alcanzado la madurez y la formación técnica y humanística necesarias para realizar de manera plena la opción profesional más adecuada a sus capacidades e intereses, mediante el desarrollo de las competencias comunes a los estudios de Música y a la correspondiente especialidad.

A pesar de que esta misma descripción sobre la finalidad de las enseñanzas artísticas se basa en el concepto de “grado en música” y que en la actualidad este decreto está derogado, y dichas enseñanzas se vuelven a hallar como históricamente ha ocurrido a lo largo de los diferentes gobiernos de este país, en un limbo legal de equivalencias, nos presenta uno de los últimos intentos por acotar lo que implica la adquisición de la titulación de músico, entendida esta como la necesaria para ejercer de manera acreditada y verificada la profesión. En esta descripción, como en otras anteriores, se mencionan algunos conceptos importantes como el de formación, entendida esta como un curso reglado que permitirá alcanzar unos objetivos bien definidos.

Otro concepto es el de ámbito profesional. Evidentemente no en todas las áreas profesionales relacionadas con la música se necesita una comunicación entre los agentes implicados que antes mencionamos, músico y auditor, pero en nuestro caso nos centramos en aquellos que si requieren una relación del músico con el público, ya que los problemas que se describían anteriormente sí que hacen referencia a esta relación.

Es quizás en el segundo punto, de la anterior descripción, en el que mejor se acota el concepto de músico al que nos referimos en este estudio, cuando lo describe empleando la terminología de “profesional cualificado”, “formación técnica y humanística” y “competencias comunes a los estudios de Música y a la correspondiente especialidad”. Es evidente la discriminación que hacemos de determinadas especialidades que no tienen una relación directa con el público, entendido este “público” como auditor directo y

temporalmente activo en el proceso comunicativo. El concepto de auditor como agente activo del proceso musical será discutido en apartados posteriores, pero es importante para comprender aquellas especialidades, que en nuestro caso se relacionan con la ansiedad escénica en los músicos.

Las cifras de aquellos estudiantes de música que desean convertirse en profesionales y que ven deteriorada su capacidad de expresión y por ende del desarrollo de sus capacidades, van en aumento. Esto significa que existe un problema en su formación, o cuanto menos un aspecto que debemos analizar. Este aspecto se enmarca dentro del espectro del proceso denominado como ansiedad. Es por lo tanto necesario describir y entender el mismo, para desde esta comprensión analizar el proceso concreto de la ansiedad escénica que afecta a los músicos que desean convertirse en profesionales.

La ansiedad es un proceso cuyo estudio se ha ido enriqueciendo con aportaciones que nos permiten mejorar su comprensión. Gracias a esta comprensión podremos intentar mejorar este aspecto de la formación del músico, pero es imprescindible una vez descrito y analizado el proceso, el diagnóstico del mismo, ya que no podemos afirmar que todos los sujetos lo padezcan y menos aún en el mismo grado y características. Como veremos en apartados posteriores, la ansiedad y por tanto la ansiedad escénica no son procesos objetivamente negativos, sino que se convierten en nocivos cuando alcanzan un grado e implican una serie de características que intervienen negativamente en el proceso de interpretación musical. Solo mediante un diagnóstico es posible establecer un patrón de acción para mejorar este aspecto de la formación musical.

Como en todo diagnóstico, necesitamos unos instrumentos que nos permitan analizar al individuo, el proceso y sus implicaciones. La validación de un instrumento de diagnóstico no es una tarea sencilla, pero si esencial para mejorar en un área del conocimiento psicológico tan compleja y tan especializada como esta. Esta es la razón que nos lleva a considerar este apartado como esencial y por ende, centrar nuestro estudio en el diagnóstico de la ansiedad escénica en los músicos.

1. La interpretación musical y el músico.

El concepto de interpretación musical ha variado a lo largo de los siglos. “Al hablar de interpretación musical, nos referimos a un proceso que se ha afianzado en la cultura occidental en los últimos siglos. Consiste en que un músico especializado decodifica un texto musical de una partitura y lo hace audible en uno o varios instrumentos musicales” (Orlandini, 2012, p.77).

Hacemos clara referencia al proceso como un elemento con unas características temporales y geográficas definidas pues, no siempre ha tenido dichas características. En la actualidad, con el avance de la complejidad musical tanto en la composición como en los instrumentos empleados para interpretarla o ejecutarla, se ha hecho necesaria una especialización tan grande que implica una formación por parte de aquellos individuos que deseen realizar música. Esta formación se ha convertido en una profesión por derecho propio.

La música como lenguaje tiene unas características intrínsecas y la interpretación musical hace referencia al empleo de estas características para comunicarse con los otros individuos.

La música como lenguaje expresivo puede o no tener implícita la necesidad de comunicación con nuestros semejantes, en sus orígenes. Esta doble concepción sigue presente en la actualidad y es el remanente de un empleo del lenguaje musical muy ancestral y relacionado con el concepto del hombre como centro del universo y su relación con el ambiente que le rodeaba.

Es indudable el papel relevante que en la historia de la humanidad ha tenido la música como lenguaje para el desarrollo de la sociedad, pues como afirma Levitin (2008), ya Darwin, consciente de este elemento propone la teoría de la selección sexual. La relación de esta con la música consistiría en que la adquirieron los progenitores masculinos o femeninos para atraer al sexo opuesto, para comenzar a asociarse con uno de los actos biológicos más poderosos. Es decir, que el lenguaje musical permitía el triunfo en la carrera por transmitir los genes. “La música pudo ser la actividad que preparó a nuestros ancestros prehumanos para la

comunicación verbal y para la flexibilidad cognitiva y de representación necesaria para convertirse en humanos.” (Levitin, 2008, p.278).

Sin embargo, en la actualidad, la música es ante todo sonido, al igual que las palabras, y la finalidad de aprender una lengua es la expresión y la relación con otros individuos que puedan comprender estos sonidos. Esta relación se realiza mediante la interpretación.

Se evidencia ya en la Grecia antigua un empleo de la música como instrumento al servicio de la religión o de la sociedad, pero será sobre todo a partir de la edad media cuando quede patente la diferenciación entre el que hace música y el que sabe música, entre la música religiosa y la profana y en definitiva, entre el oyente o público y el músico. Esta es la base para la aparición de la interpretación musical como la entendemos en la actualidad, un lenguaje que necesita de una alta especialización para interpretar el texto y transmitir el mensaje, en el implícito, al auditor. “A lo largo de toda la Edad Media, ejecutar y escuchar eran dos funciones que normalmente, tendían a identificarse en la función aún más amplia representada por la liturgia, la cual mezclaba y confundía, en una única persona al intérprete con el destinatario de la música.” (Fubini, 1999, p.132).

Otra de las características intrínsecas de la interpretación musical es que “La música es sonido y existe en el momento en que se toca, y en el momento en el que es tocada no se puede evitar interpretarla.” (Barico, 1999, p.32-33). Al contrario de otras artes, la música necesita de una interpretación por parte de un individuo para que otros puedan recibir el mensaje. Esta interpretación puede ser directa, es decir, por parte del mismo que la crea o indirecta, a través de un intérprete. “En principio parece muy difícil asimilar la palabra intérprete a una persona que se limita a “traducir” lo que otra ha hecho, para que otras personas capten más o menos, mejor más que menos, un mensaje determinado o revivan la idea que tal o cual artista ha querido expresar en su obra.” (Garriga, 1990, p.115).

Será como dijimos a partir del renacimiento, barroco y sobre todo romanticismo, debido a la complejidad que adquiere este lenguaje y con el nacimiento del público como auditor formado por múltiples personas, cuando la figura del intérprete y de la interpretación musical adquieran un concepto más cercano al actual, con una figura, la del intérprete

musical, especializado y con una profesión en la que deberá adquirir unas capacidades concretas.

Este es el concepto de interpretación musical al que hacemos referencia en nuestro trabajo, no a la música como medio de comunicación con el entorno, bien sea espiritual o ambiental, sino en su empleo para comunicarse con otros seres humanos, para transmitirles un mensaje concreto y codificado a través de sonidos.

1.1. El músico y el público.

Llegados al período denominado como barroco en música, siglos XVII y XVIII, es necesario, ya que la historia nunca es una línea recta claramente definida, volver sobre la figura del oyente, al que aludíamos anteriormente y definíamos como el que determinaba la labor del compositor y lo mantenía materialmente. La razón es que este personaje, bien sea uno o múltiple como será posteriormente, determina la relación del músico con su obra y con la sociedad en la que desarrolla su trabajo. Su juicio determina, para bien o para mal, el destino de la música y de los profesionales de este arte.

La reflexión se inicia entre otros, con el compositor, pero también teórico musical Gioseffo Zarlino, ya en el renacimiento. Los debates que se iniciarán en este momento entre los teóricos y los músicos y la evolución y complejidad que irá adquiriendo la música, llevarán a una fractura entre el oyente y el intérprete.

Como afirma Fubini (1999) se desarrolla una nueva relación entre la obra musical y el auditor, dando lugar al nacimiento del público como concepto actual. “Desde luego, quizás por primera vez desde la antigua Grecia, se manifiesta diáfananamente un dualismo, una verdadera fisura, entre quien ejecuta la música y en el mejor de los casos, la compone, por una parte, y quien la escucha, por otra. A lo largo de toda la Edad Media, ejecutar y escuchar eran dos funciones que normalmente, tendían a identificarse en la función aún más amplia representada por la liturgia, la cual mezclaba y confundía, en una única persona al intérprete con el destinatario de la música.” (Fubini, 1999, p.132). Es más, podemos afirmar que esta división no se daba desde los orígenes de la música para el hombre.

Es cierto que no siempre el que ejecutaba la música coincidía con el auditor, cuando este era múltiple, pero si es cierto que el oyente jugaba un papel claramente más activo en el desarrollo de una obra musical, sea cual fuere su función en la misma. Es evidente, como indicamos anteriormente que la complejidad que irá adquiriendo el proceso musical obligará a una especialización que hará muy difícil que cualquier persona de cultura, como declaraba el ideal renacentista, pueda interpretar adecuadamente estas nuevas obras musicales. Desde este momento, la música tendrá que tener en cuenta e incluso se compondrá e interpretará pensando en el o los destinatarios, los oyentes. Esta será la nueva finalidad de la música y del objeto musical.

Estas afirmaciones conllevan un evidente cambio en la mentalidad del músico, bien sea compositor o intérprete, ya que este debe descubrir cómo agradar o conseguir un efecto positivo en el público. El músico hasta la fecha solo tenía que preocuparse de que la obra fuera adecuada para un fin bien definido y concreto, pero desde ahora debe escrutar en la sociedad y sus variantes para adaptarse a estas.

También desde el renacimiento podemos hablar propiamente de una música instrumental. El hecho de que se perfeccionen los instrumentos llevará a buscar una mayor especialización y chocará con la concepción de que el músico teórico era el verdadero músico y el que la practicaba realizaba un acto puramente servil, e incluso llegando a denominar como bestia a aquel que interpretaba la música sin conocimientos teóricos. “Como consecuencia, el intérprete hubo de enfrentarse con una misión cada vez más difícil; la ejecución devino un ejercicio más completo, más especializado y más responsable. En primer lugar, el ejecutante debió poseer un grado de refinamiento y de habilidad tal que llegara a satisfacer a su público, a un público que solicitaba de él prestaciones de calidad cada vez más altas. La figura del intérprete adquirió de esta manera una nueva dignidad, aun cuando no fuera inmediatamente reconocida en toda su importancia.” (Fubini, 1999, p.134-135)

Nos encontramos ante lo que será el comienzo de la figura del intérprete propiamente dicha, esa figura a la que nos referimos como músico en este estudio. Será a partir de este momento cuando comiencen a aflorar los diferentes inconvenientes, en cuanto a ansiedad se refiere, en la práctica musical.

Desde el romanticismo se producirá una nueva revolución en el ambiente musical. Hasta el momento, como afirmamos previamente, el público estaba constituido por unas pocas personas que pertenecían a la clase social que empleaba al músico. Sin embargo y si tomamos como punto de partida al poeta Heinrich Heine (Fubini, 1999) observamos cómo nos muestra una nueva relación con el público, que a su vez ha evolucionado "...ya no hay que pensar en el saloncito aristocrático ni tampoco en la elite, constituida por la alta burguesía, de la elegante sala de conciertos parisiense, sino en el público de masas de la naciente sociedad industrial." (Fubini, 1999, p.300-301)

Una duda debe surgir en este punto, ya que desde que la música entró como elemento claramente definido al servicio de la iglesia, siempre existió la música profana, interpretada para el pueblo y que tenía ya en cuenta los gustos de este. Podemos pues, a pesar de trazar una línea bien definida en la que acuñamos el nacimiento del público, afirmar que la música siempre ha estado interpretada para un público. Quizás sería más adecuado entonces decir que la gran diferencia será el papel que juegue el oyente en la interpretación musical. Cuanto más avancemos en el tiempo, más pasivo será este papel y por lo tanto mayor exigencia se le obligará al intérprete en aras de la perfección musical. He aquí dos de los puntos esenciales sobre los cuales reflexionamos para comprender las razones de la ansiedad que sufrirán los músicos a lo largo de la historia de la interpretación, el público como sujeto pasivo y el músico como profesional al que se exige.

1.2. El músico como un intérprete especializado.

Debido a las implicaciones sociales y musicales del músico intérprete en nuestra sociedad actual, es necesario analizar otros factores importantes, como son las propias necesidades o características que deben cumplir los sujetos que desarrollan esta labor.

Si tenemos en cuenta las reflexiones originadas a lo largo de los años sobre las necesidades y valores de los intérpretes, podemos describir varios elementos imprescindibles según Garriga (1990):

a) Un conocimiento profundo del arte que practican y con este conocimiento no nos limitamos a la parte práctica de su actividad, sino a las implicaciones estéticas.

b) Un dominio de la técnica y de los instrumentos que utilizan, lo cual demandará una gran especialización, como afirmamos anteriormente. La técnica no solo hace referencia al componente físico sino también al mental, ya que implica un trabajo memorístico de estructuras. En este sentido es evidente que “la fuerza de un recuerdo está vinculada al número de veces que se ha experimentado el estímulo original”. (Levitin, 2008, p.212).

c) Un trabajo constante, espartano y exhaustivo. El dominio técnico no es infinito y al igual que cualquier deportista necesita de un constante trabajo muscular y mental.

d) Un aumento de la propia sensibilidad artística y de empatía con la sociedad que le toque vivir.

e) Sociabilidad y contacto con las mejores mentes de su época, ya que serán los propios compositores y otros artistas, los que nutrirán su actividad.

f) En consonancia con la empatía social deberá existir una atención a las nuevas corrientes o estilos imperantes.

Es de suponer que una persona que posea todas estas características será un buen intérprete. El gran debate que ha surgido y sigue sin resolver a lo largo de la historia de la interpretación musical, es la razón por la cual unos intérpretes son mejores que otros y sobre todo, si esta supuesta maestría se adquiere o es innata. Ya psicólogos de la talla de Michael Howe, Jane Davidson o John Sloboda plantearon la veracidad científica del concepto de talento como algo innato frente a la práctica y el trabajo para adquirir los medios necesarios para desarrollar perfectamente una labor. Para estos autores, como nos muestra Levitin (2008), el talento tiene que ver con una serie de factores como: se origina en estructuras genéticas, es identificable en etapas tempranas del desarrollo, antes incluso de que esté totalmente desarrollado, es de carácter predictor y solo se manifiesta en una minoría de personas. Partiendo de estas premisas el carácter genético puede defenderse cuando observamos que unas personas adquieren determinadas habilidades más rápido que otras, pero también este elemento puede verse influenciado por el entorno. El resto de los elementos parecen ciertamente aceptables.

Otras teorías defienden el valor de la práctica, mediante la evidencia de las diez mil horas para alcanzar la maestría en algo. “El cuadro que aflora de estos estudios es que hacen falta diez mil horas de práctica para alcanzar el nivel de maestría asociado con ser un experto mundial...en cualquier cosa.” (Levitin, 2008, p.211). Pero nos encontramos con la misma problemática que en el anterior caso, es decir, la razón por la cual unos individuos adquieren con mayor facilidad habilidades que otros. El hecho de que en el aprendizaje, nuestro cerebro necesita asimilar para aprender y la implicación que esto supone en la fijación neuronal, es indiscutible, pero este varía en cada individuo. Sin embargo, el recuerdo depende de la repetición hasta cierto punto. No obviaremos que una mala repetición conlleva elementos negativos en el aprendizaje. Por lo tanto no afirmaremos que por el hecho de poseer una memoria genéticamente más capaz seremos mejores intérpretes o especialistas. Además, la memoria musical como parte de la pericia del intérprete tiene múltiples factores.

Como vemos es bastante complicado entender la manera de adquirir las habilidades que se necesitan para ser un buen intérprete. Es indudable el componente genético si pensamos en la música como un acto físico, ya que una determinada configuración favorecerá la práctica de un determinado instrumento, pero esto no explica la razón por la cual determinados intérpretes que cometen errores son considerados como verdaderos expertos en un instrumento.

Si además consideramos algunos de los factores que se explican entre las habilidades expuestas anteriormente, no olvidaremos que “La maestría musical es algo más que técnica estricta. Oír música y disfrutar de ella, la memoria musical y como se relaciona con la música una persona son también aspectos de una mente musical y una personalidad musical.” (Levitin, 2008, p.222). En lo que al intérprete se refiere es evidente que el contacto y la capacidad de comunicar con los otros individuos de su sociedad es uno de los elementos claves para poder considerar que desarrolla adecuadamente su actividad. El componente emotivo de la música está implícito en la comunicación y es evidente que “si la música sirve para transmitir sentimientos a través de la interacción de gestos físicos y sonido, el músico necesita que su estado cerebral corresponda al estado emotivo que está intentando expresar.” (Levitin, 2008, p.225). No olvidemos que desde un principio hemos aceptado la premisa de que la música es un lenguaje y como tal sirve para comunicarse y expresar emociones, como

cualquier lenguaje. La función del intérprete es quizás en este punto esencial, pues es el encargado de esta transmisión emotiva.

Cual sería pues la definición de un músico experto es bastante discutible, pero siguiendo la línea iniciada por el autor antes citado, Levitin (2008), podemos intuir que se basa en una multiplicidad de elementos que se tienen que reunir. Además, un músico puede tener más desarrolladas una serie de facultades o capacidades que le permiten alcanzar la pericia en la actividad que está realizando, de la misma manera que otro que posea un desarrollo mayor de otras capacidades, conseguirá también su fin.

Quizás los elementos que más definen al músico intérprete experto serán: una capacidad física alta para la música, ya que el oído es esencial en esta práctica artística, una destreza técnica en su instrumento, un conocimiento estético, la capacidad creativa, una memoria que le permita recordar las estructuras y elementos musicales y la capacidad comunicativa muy desarrollada, tanto a nivel empático para percibir su entorno, como para expresar las emociones codificadas en la música. Como apuntábamos, son tantos factores, que nos permiten comprender la diversidad de intérpretes expertos con capacidades más desarrolladas que otras, que existen en la historia de la música. No estableceremos por lo tanto un patrón o modelo único de intérprete.

Nos encontramos en un momento preciso en la evolución de la historia de la música. El futuro es imposible de predecir y el pasado es solo analizable. Es importante tener esto muy claro. El estudio que se está realizando se enmarca dentro de unas características muy concretas, tanto temporales como sociales.

Afirmaremos claramente, tras lo expuesto en los apartados anteriores, que existe una figura bien diferenciada del músico como intérprete musical. Las cualidades que este debe reunir y en las cuales debe formarse también han sido expuestas. Su función en la creación musical también está acotada. El intérprete es en cierta manera un creador: “la contribución a la música por parte del intérprete es algo más que lo que aparece en la partitura.” (Redfield, 1961, p.149). Es cierto que esta discusión no ha sido cerrada, ni lo será mientras la sociedad y la historia de la música no evolucione hacia un nuevo punto, pero no estamos aquí para

estudiar ese posible cambio, sino para afrontar las necesidades de esta figura musical en la actualidad.

El mayor problema al que se enfrenta habitualmente el intérprete es la confrontación con el público, que es por otro lado su razón de ser en la música. La manera en que esta se realice determinará el éxito o fracaso de su tarea. Por definición, su actividad no debería ser más o menos estresante que la del compositor o la del obrero que realiza un trabajo, pero sin embargo lo es. Reflexionaremos por lo tanto sobre la razón de esta problemática.

Un ejemplo de esta presión la podemos encontrar en las palabras del gran pianista A. Rubinstein hablando de una de sus numerosas giras por los Estados Unidos en 1906 en la que afirma que fue un rotundo fracaso, porque se dejaba llevar tanto por la fogosidad de sus interpretaciones que en ellas no tocaba todas las notas y el público le criticó mucho, con la excusa de que habían pagado sus entradas a un precio importante como para que interpretase todas las notas. Este es solo un ejemplo de como el intérprete está sujeto a la opinión del público. Su consideración en ese momento era que una interpretación adecuada necesitaba de esa fogosidad, pero la percepción del público no era la misma. El encontronazo con este problema le hizo reflexionar y adaptar en cierta medida su manera de interpretar la música. Con cuarenta y siete años esta reflexión le hizo encerrarse de nuevo y realizar un gran trabajo sobre su técnica para, como decía él tras este encierro en las montañas del suroeste de Francia: “Entonces me convertí en un pianista.” (Garriga, 1990, p.129). Es evidente que ya era un gran pianista y así era reconocido, lo que en realidad cambió fue su concepción de la interpretación en público. Como ejemplo tenemos dos reflexiones que se nos muestran tras años de profesión y de reflexión. “En cada concierto me acomete el deseo de arriesgarme, de ser osado; el deseo de que el resultado me sorprenda, de disfrutarlo más que el público mismo. Así la música florecerá de nuevo.” “La felicidad se encierra sencillamente en vivir, en aceptar la vida que nos toque en suerte...” (Garriga, 1990, p.128-129). En ambas nos muestra al mismo personaje y una dualidad en la visión del intérprete que aporta algo de sí a la interpretación y aquel que acepta su función de trasmisor.

Es evidente que, como afirmamos anteriormente, el papel y la figura del músico han ido variando con el devenir histórico y no podemos obviar la situación e implicaciones actuales de la profesión. Sin embargo, es evidente que la influencia de las mismas, son las

que en una medida importante contribuyen a generar la problemática de la interpretación pública. En nuestra sociedad y momento actual, la interpretación precisa y clara se ha convertido en la primera prioridad como afirma Lawson y Stowell (2005), e incluso se llega al extremo de que las interpretaciones en vivo tratan de recrear grabaciones en las que la importancia se pone en la perfección y claridad, no como en las grabaciones de principios del siglo XX en las que la nota perdía importancia ante el discurso general.

1.3. La problemática de la interpretación en público.

Toda actividad artística comporta una responsabilidad, pero en el caso del intérprete musical está amplificada. Por un lado encontramos la responsabilidad con uno mismo y el deseo de hacer bien hacia el público auditor, por otro con el compositor de la obra musical, que en muchas ocasiones es una persona diferente al intérprete. La música creada sobre el escenario es efímera, existe durante un instante, no permite la corrección y está sujeta a infinidad de variables, interiores y exteriores al artista.

A medida que la figura del intérprete musical ha ido cobrando relevancia en la historia de la música, los problemas de índole psicológica derivados de esta nueva concepción del mismo, también lo hacen, hasta el punto de irse convirtiendo progresivamente en un sujeto de debate para la profesión. Las exigencias, tanto físicas como psicológicas, para llevar a cabo la acción de la interpretación escénica son enormes y no se limitan al trabajo del instrumento como se creía hasta hace muy poco tiempo. Como esbozamos en apartados anteriores, salvo individuos excepcionales, la mayor parte de los músicos, incluso de reconocido talento internacional, sufren a lo largo de su vida algún tipo de problema derivado de la actuación escénica, es decir por una actividad inherente a su profesión, al tener que actuar bajo unas condiciones que implican mucha adrenalina, ansiedad, gran fatiga y un gran componente de presión social e inseguridad financiera (Lehrer, Gildman y Strommen, 1990). Si examinamos la literatura musical, encontramos en las biografías de los músicos más conocidos múltiples alusiones a este problema. A medida que la música se va especializando como actividad, los problemas psicológicos irán aumentando. Ya en el romanticismo el gran pianista y compositor Frederic Chopin (1810-1849) afirmaba no estar preparado para dar conciertos al sentirse intimidado por el público y los síntomas que ante esta situación se desarrollaban en su cuerpo (Kenny, 2011).

Desde mediados del siglo XX, el interés por comprender mejor la razón por la cual unos músicos responden bien en la actuación ante un público y otros no ha ido creciendo. Son numerosos los estudios que se han realizado en este campo y que arrojan datos claros y concisos sobre la existencia de un problema que debe ser analizado. Según un estudio realizado a 2212 músicos entre 48 orquestas de los Estados Unidos del (ICSOM) “The International Conference of Symphony and Opera Musicians” en 1988 “...el pánico escénico era la queja más frecuente: 24% de los músicos lo consideraban como un problema de salud y el 16% como un problema grave de salud.” (Arcier, 1998, p.10) “Un estudio Holandés (van Kemenade, et al., 1995) mostró que el 59% de los músicos en orquestas sinfónicas mostraban ansiedad ante la interpretación en público lo suficientemente severa como para afectar su funcionamiento profesional y/o personal.” (Kenny, Davis y Oates, 2004, p.759). Otros estudios citados en Kenny (2011) nos muestran datos alarmantes: James (1998) en un estudio con 56 orquestas muestra como un 70% de los músicos sufren ansiedad ante la interpretación en público que interfiere en su interpretación. Bartel y Thompson (1994) en un estudio con 19 orquestas canadienses explican que casi todos los profesionales de la orquesta, un 96%, sufren estrés relacionado con su interpretación. En 1997 un estudio del FMI “Fédération Internationale des Musiciens” con 1639 participantes mostró que el 70% de los músicos que completaron el estudio experimentaban, previamente a la actuación, una ansiedad suficiente como para interferir en su interpretación (James, 1997).

Estudios más recientes, como los de Kenny (2011) nos muestran datos en la misma dirección. Un estudio, con ocho primeras orquestas de Australia, en las que participaron 357 músicos, la mitad del total posible, muestra como el 44,8% incrementa la tensión muscular durante la actuación, el 41,2% incrementa los latidos del corazón, el 43,4% afirma que interpreta mejor bajo situación de estrés, mientras que el 37,3% dice que este nivel de estrés interfiere en su concentración.

Sin embargo, no todo es negativo, siguen existiendo músicos que realizan su labor adecuadamente y que disfrutan con la interpretación ante sus congéneres. Una prueba de lo anterior es que en el estudio antes citado hay un porcentaje de músicos que consideran que este aumento del estrés les permite interpretar mejor. En esta búsqueda por analizar y potenciar los aspectos positivos de la ansiedad escénica o el estrés de los músicos destacamos

a Csikszentmihalyi (1997) con la definición del denominado estado de “Flujo” o como se denomina en inglés “Flow”, en el cual la activación sensorial no excesiva permite la realización óptima de la actividad. Analizaremos pues la interpretación en público desde estas dos perspectivas para entender los mecanismos mentales que funcionan y los que no, para encontrar posibles soluciones a este problema de los intérpretes musicales.

Es evidente que el concepto de intérprete está en continua evolución y que no se detendrá, pero el análisis histórico realizado nos lleva a pensar que el grado de exigencia es cada vez mayor y con él, las exigencias psicológicas también crecen. Si la evolución continúa en esta dirección estamos obligados a analizar y entender los problemas que están afectando y que afectarán con más intensidad la mente de los músicos, para que la salud mental de estos no se vea deteriorada en la práctica de su actividad.

En apartados posteriores veremos cómo esta ansiedad ante la interpretación en público surge y se manifiesta desde la formación del músico, y veremos la necesidad de realizar una intervención temprana para poder intentar ayudar a mejorar en este aspecto de la formación musical.

2. La ansiedad escénica en la interpretación musical.

La ansiedad como fenómeno y la ansiedad escénica, como elemento más concreto, hacen referencia a un elemento del comportamiento humano. Como afirma Kenny (2011) “Ninguna teoría parece capaz de dar una explicación para todo el fenómeno observado y el campo es demasiado joven para intentar una síntesis”. (Kenny, 2011, p.15). Es esta la razón que nos obliga a buscar en el campo de la literatura clínica y psicológica una explicación empírica. Nos nutriremos pues, para explicar este fenómeno, de los campos de la psicología y el psicoanálisis. Es cierto que ya desde el siglo XX y sobre todo en los últimos años, estos dos campos han experimentado un auge y una evolución muy grande, asociada a las mejoras en la tecnología, que nos permiten estudiar de manera empírica el cerebro y el cuerpo humano, así como sus reacciones ante determinadas situaciones, es decir, el comportamiento humano.

Al afirmar que las ciencias que estudian la ansiedad son la psicología y el psicoanálisis, debemos explicar el acercamiento de las mismas a este fenómeno. Aceptando, como afirma Kenny (2011), que las bases de la psicología se asientan en el filósofo René Descartes, con su concepción de la naturaleza humana, tenemos que aclarar algunos elementos con respecto a la visión que nos propone y que aceptamos en nuestras premisas. Según este filósofo, el mundo está dividido en dos sustancias, “res cognitivas” (mente y pensamientos) y el “res extensa” (cuerpo y mundo material). Es importante entender que esta visión que parece muy parcial y sesgada no es más que un punto de partida para explicar el nacimiento de una ciencia que analizará los procesos y fenómenos mentales del ser humano. Sin embargo, aceptaremos que la psicología moderna está llena de este dualismo cartesiano, tanto en conceptos como en métodos de estudio. Esta dualidad también determina el acercamiento que hagamos sobre el concepto de ansiedad.

Sin embargo, siguiendo las líneas trazadas por las recientes aportaciones de disciplinas como la neurociencia o la neurobiología defendemos la necesidad de estudiar al ser humano y su comportamiento como un único elemento, que dentro de su complejidad está dividido en múltiples factores. Kenny (2011), nos muestra como la visión de Sigmund Freud, otra de las grandes mentes en esta área del conocimiento, acerca de que el ego es primero y más importante que el cuerpo, se verá actualizada con el paso del tiempo para comprender

que no existe separación posible entre el cuerpo y la mente. Son los sentimientos, es decir la expresión de estos y la exteriorización de los pensamientos lo que permite entender los procesos corporales, lo que nos permite saber que ocurre en el organismo. También mediante el análisis de los procesos que se presentan en nuestro cuerpo entenderemos lo que está ocurriendo en la mente.

Según esta autora (Kenny, 2011), es Freud quien nos propone un concepto de ansiedad claro y que todavía en nuestros días sigue vigente. Se trata de la ansiedad, entendida como una señal de alarma ante una situación de peligro. Nos encontramos ante la base de lo que en teorías posteriores se desarrollará como uno de los problemas más importantes de nuestra sociedad moderna. Evidentemente, no deberemos entender esta situación de peligro, exclusivamente desde una perspectiva física. Ya en su momento este mismo autor nos propone distintas situaciones consideradas como peligrosas: la pérdida de otra persona, la pérdida del amor, la pérdida de la integridad física y la pérdida de la afirmación o seguridad de la propia consciencia, considerada como la ansiedad moral. Otro elemento importante que también nos propone, según Kenny (2011), el autor anterior y que nos permite entender bien este campo de estudio es la diferenciación que encontramos entre la ansiedad general, ansiedad de fobia y los ataques de ansiedad.

En el caso de los músicos, la ansiedad ante la interpretación en público se provocará por la acumulación de situaciones de estrés anteriores y las que ocurren durante la propia interpretación. Como veremos en apartados posteriores, la acumulación de situaciones estresantes en la formación y desarrollo del músico representan uno de los elementos más determinantes para desarrollar ansiedad. La manera en la que el músico interioriza y asimila la relación con la audiencia, ante la cual debe actuar, representa el otro factor esencial. Estos son los elementos que analizaremos para comprender la razón y las circunstancias por las que afecta la ansiedad a los músicos.

Es importante comprender que estos dos conceptos antes mencionados son muy complejos y están determinados por múltiples factores que iremos analizando. Tanto los factores genéticos, como el medio en el que se desarrolle como persona, son determinantes en la aparición de la ansiedad y por lo tanto de la ansiedad en la interpretación musical. No

olvidaremos que la ansiedad que padecen los músicos es un tipo de ansiedad específica, pero que está encuadrada dentro del concepto de ansiedad que explicaremos a continuación.

2.1. El concepto de ansiedad y ansiedad escénica en la interpretación musical.

Como cualquier concepto o término que se emplea para definir un elemento de la realidad humana, el término ansiedad ha evolucionado a lo largo de la historia. La definición y el término que empleemos implicarán un tipo de acercamiento al concepto y a su estudio.

El término ansiedad, procede según la Real Academia Española (2012) en su diccionario, del latín “anxietas,-atis”. En el diccionario encontramos dos acepciones en su vigésima segunda edición: La primera es “Estado de agitación, inquietud o zozobra del ánimo.” La segunda hace referencia a la medicina y es “angustia que suele acompañar a muchas enfermedades, en particular a ciertas neurosis, y que no permite sosiego a los enfermos.” Ambas nos permiten también acotar claramente el concepto de estudio.

Como explicaba anteriormente, un término evoluciona con el tiempo. Prueba de ello es que a lo largo de la historia se han relacionado tres términos que aunque están estrechamente ligados, conviene diferenciar.

El término estrés, procede según la Real Academia Española del inglés “stress” que a su vez deriva del francés y del latín “strictus” que es el participio de “stringere”. En la vigésima segunda edición de su diccionario (Real Academia Española, 2012) encontramos una acepción que está relacionada con la medicina: “Tensión provocada por situaciones agobiantes que originan reacciones psicósomáticas o trastornos psicológicos a veces graves.” Ya el término latino significa comprimir, agarrotar o precipitar. En el campo de la psicología, tanto el término de ansiedad como el de estrés se han empleado indistintamente en múltiples ocasiones. Sin embargo, ya desde su etimología vemos que nos encontramos ante términos relacionados, pero con significados diferentes.

Se considera a Hans Selye (1955) el primero en introducir el concepto de estrés como un campo de estudio, identificando dos tipos de estrés: el estrés bueno o “eustress” que es la respuesta adaptativa que ayuda al individuo a reaccionar ante una situación y que provoca

excitación, anticipación y pasión, y el estrés malo o “distress” considerado como la mala adaptación que se produce como una experiencia negativa por una excesiva demanda y con emociones negativas que surgen como reacción.

Como vimos anteriormente, las definiciones de estrés y ansiedad se han mezclado a lo largo de la historia, pero se pueden diferenciar claramente: “El estrés se define con más propiedad como una demanda del entorno que requiere una respuesta adecuada...y la ansiedad es la reacción emocional en un individuo como respuesta a una situación estresante que es percibida como amenazadora...” (Kenny, 2011, p.26).

En el apartado más conceptualmente negativo encontramos el miedo. La definición del término miedo es mucho más clara y concisa. Se considera como una serie de reacciones creadas ante una situación de peligro físico o psicológico objetivamente real. Esto contrasta con el término ansiedad que denota un estado de agitación y anticipación, pero que nunca hace referencia a una situación de peligro real. “Temor y ansiedad son ambas reacciones proporcionales al peligro, pero en el caso del terror es transparente, objetivo y en el caso de la ansiedad es oculto y subjetivo.” (Horney, 1937, p.38).

El término temor, procede según la Real Academia Española (2012) del latín “timor” y significa “pasión del ánimo, que hace huir o rehusar aquello que se considera dañoso, arriesgado o peligroso.” Como explicamos anteriormente es un término intrínsecamente relacionado con la ansiedad y el estado de anticipación ante un posible peligro.

Sin embargo, el temor es una emoción básica que consiste en una alarma de origen primitivo que está impresa en nuestro cerebro y que implica una gran activación o excitación, mientras que la ansiedad tiene más que ver con una emoción basada en el proceso de la percepción de una situación futura como incontrolable o impredecible y que obliga a focalizar toda la atención en la organización de la misma. Son muchos los teóricos que han tratado de demostrar la diferencia entre miedo y ansiedad. Así Gray y McNaughton (1996) nos presentan una visión con dos procesos que implican sistemas cerebrales distintos, o Lang (1968,1984,1985) quién nos presenta dos opciones diferentes de actuación en su sistema motivacional defensivo, uno como la defensa activa (lucha o huida) y el otro como el comportamiento de paralización. Como veremos en apartados posteriores, la preocupación

tiene que ser un estado cognitivo de preparación para poder hacer frente al estado de estrés que se presentará en un futuro. Es evidente la relación con el proceso de la ansiedad, pero para diferenciarlo diremos que constituye un elemento más dentro del proceso de la aprensión ansiosa.

Otro término muy asociado a la ansiedad es la preocupación. La función principal de la preocupación es prepararse para intentar sobrellevar el estrés del futuro peligro, como han defendido a lo largo de la historia reciente las diversas teorías que han estudiado este proceso (Gray 1982; Mathews, 1990). Si tenemos en cuenta el origen y función de la misma, comprenderemos que se trata de un proceso de carácter adaptativo y por ello es necesario. Es evidente que los sujetos con preocupación crónica tienen una tendencia a padecer mayor ansiedad (Pruzinsky y Borkovec 1983). Para individuos que padecen ansiedad, la preocupación crónica es el momento en el que la espiral de activación negativa se apodera de la mente y del organismo del sujeto para organizar todo lo que requiera una atención hacia el futuro.

Son múltiples los estudios que se han llevado a cabo para estudiar el proceso de la preocupación desde una visión funcional en su relación con la ansiedad. Nos encontramos ante una visión de la preocupación como un mecanismo para poder afrontar el estrés (Craske 1999), tratando de impedir que las emociones relacionadas con el terror se conviertan en el centro de la ansiedad. Es un mecanismo que se puede emplear para resolver problemas (Davey, 1994), pero el problema surge cuando esta se vuelve patológica. Como proceso relacionado con la preparación y de carácter anticipatorio, se hace necesario analizar y comprender la relación que existe entre preocupación y ansiedad, ya que la ansiedad puede convertirse en un mecanismo para controlar la ansiedad crónica, permite reducir el elemento impredecible en las situaciones, al estar trabajando sobre la anticipación, parando la activación del sistema autónomo.

Otro término que en español suele asociarse a la ansiedad es la angustia. En la Real Academia Española (2012) hallamos múltiples acepciones para este término. En la primera de ellas “Aflicción, congoja, ansiedad” encontramos el término ansiedad. Si continuamos analizando el resto de las acepciones observaremos que la mayoría hace referencia a una sintomatología fisiológica, como sofoco, dolor físico, etc. Procede del latín “angustia”. Si

buscamos una traducción al inglés, lengua en la que se ha desarrollado la mayor parte de la literatura sobre la ansiedad en los últimos años observaremos que la asocian con el término “distress”, es decir la denominada como ansiedad negativa o mala. Consideraremos pues que se trata de una reacción negativa ante la situación de estrés. La diferencia con la ansiedad es que, en un principio, la ansiedad es neutra, una respuesta ante un proceso adaptativo, mientras que la angustia es claramente negativa y hace referencia sobre todo a síntomas físicos producidos por el estrés.

Como comprobaremos en los siguientes apartados podemos definir claramente la ansiedad diferenciándola de otros términos, pero al tratar de analizar los orígenes y componentes de la ansiedad, veremos que los conceptos están interrelacionados.

Al tratar de definir la ansiedad que afecta a los músicos, “la ansiedad escénica en la interpretación musical”, tenemos que tener en cuenta dos factores para continuar con el estudio. El primero hace referencia a la dificultad en la terminología. Al tratarse de un campo o área de la psicología que ha sido poco estudiada, la terminología empleada, se nos presenta como un primer obstáculo. En segundo lugar aclararemos que estamos haciendo referencia a un proceso particular que se produce en una serie de individuos. Partimos de la premisa que la ansiedad escénica en la interpretación musical es un proceso relacionado con la ansiedad general, como veremos en apartados posteriores, pero que afecta de una manera particular y muy concreta a los intérpretes musicales que actúan ante un público.

La mayor parte de la literatura existente sobre el campo de estudio se halla en lengua inglesa, por lo que exige una traducción a nuestro idioma que conserve, en la medida de lo posible, todo su significado original y que posea, al mismo tiempo, un significado acorde con nuestra cultura y lenguaje.

Si para definir el fenómeno de la ansiedad, aplicada al ámbito de la actuación de un sujeto en público y sus implicaciones, en inglés se emplea el término “performance anxiety” (Kenny, 2009, 2011; Kenny y Ackermann 2009; Kennny et al., 2004; Kenny y Osborne, 2006; Osborne y Kenny, 2005). El término “performance” es traducido en el Diccionario Oxford Esencial (Oxford University Press, 1998) en su relación con la música, cine y teatro como representación o función, espectáculo, interpretación y actuación. En el mismo

diccionario encontramos referencia al rendimiento, desempeño, comportamiento. Si vemos la definición inglesa que nos ofrecen algunos diccionarios como el Cambridge Advanced Learner's Dictionary (Cambridge University Press, 2003) encontraremos el término "Performance" con las siguientes acepciones: "La acción de entretener a otras personas danzando, cantando, actuando o tocando música. Una acción o comportamiento que implica mucha atención al detalle o pequeños detalles que no son importantes." (Cambridge University Press, 2003, p.921)

Es evidente que la acepción que aquí nos interesa es aquella que describe la actividad realizada por los artistas que se interrelacionan con otros individuos y más concretamente con un grupo de individuos que se denominan público. Esta posición ha llevado a lo largo de los años a emplear la terminología de "ansiedad escénica" en español (Dalía, 2004). Sin embargo cabe decir, sin por ello buscar entrar en debates sobre terminología, que con esta descripción podríamos dejar fuera a una serie de acciones que se incluyen dentro de la actuación en público y por otro lado incluir algunas que no necesariamente tuvieran relación con el proceso de interpretación en público. Es cierto que el "escenario", según la Real Academia Española (2012) hace referencia, tanto a la "Parte del teatro construida y dispuesta convenientemente para que en ella se puedan colocar las decoraciones y representar las obras dramáticas o cualquier otro espectáculo teatral." como al "Lugar en que ocurre o se desarrolla un suceso." (Real Academia Española, 2012), pero no queda claramente definida la relación del individuo, sea artista o no, con el público.

Por otro lado, como afirma Kenny (2011), la "ansiedad escénica" puede referirse a múltiples campos como el matemático, el relacionado con el discurso en público, el deportivo o las artes relacionadas con la actuación ante un público.

En francés es muy común el empleo de "trac" (Arcier, 1998) cuya traducción del inglés, como el propio autor nos indica tiene dos versiones para los americanos. La primera sería "stage fright" y la segunda "musical performance anxiety". Como observamos, también hace referencia al igual que Kenny (Kenny, 2009, 2011; Kenny y Ackermann, 2009; Kenny Davis y Oates, 2004; Kenny y Osborne, 2006 y Osborne y Kenny, 2005) al concepto de "performance anxiety". En la primera definición, Arcier (1998) nos presenta el término "stage fright" como un concepto centrado en la visión negativa y fisiológica del proceso,

mientras que la segunda terminología nos presenta la manifestación patológica del trac y se aplica a la ansiedad ligada a la interpretación en público que disminuye la habilidad del intérprete por una experiencia persistente de aprensión estresante. Quizás la primera visión esté más relacionada en nuestra lengua con el denominado como “miedo escénico” o el “pánico escénico”, siendo la segunda a la que hacemos referencia en este estudio.

La relación que existe entre el pánico y el terror o miedo es muy estrecha, al igual que la ansiedad. Como afirma Barlow (2002) la manifestación clínica de la ansiedad es una interrupción conductual o del comportamiento para centrar la atención en un evento futuro que puede conllevar un posible peligro, así mismo la manifestación del terror es el pánico, esa primitiva alarma que implica una activación muy alta.

Como observamos, estamos asociando el pánico con numerosos conceptos como el peligro inminente, que es la percepción que implica el miedo. Un estado de activación necesario ante una situación concreta que se produce inmediatamente y la respuesta evolutiva que a ella va asociada (Cannon, 1929) denominada como respuesta de emergencia o “Fight or flight”. La primera vez que aparece en el DSM-III se define como “repentino ataque de intensa aprensión, temor o terror, frecuentemente asociada con sentimientos de inminente muerte” (American Psychiatric Association, 1980, p.230). Es evidente ya con esta descripción que nos referimos a un proceso mucho más violento y de activación mayor que la ansiedad, aunque si analizamos los síntomas de ambos, pánico y ansiedad, pueden existir relaciones evidentes como las palpitaciones, temblores, problemas abdominales, etc, pero la intensidad de los mismos es quizás el criterio a analizar. También es evidente que la mayor parte de los procesos que tienen que ver con emociones negativas de anticipación y que influyen en el proceso cognitivo implican unos síntomas físicos muy similares. También tendremos en cuenta que “La mayor parte de los estudios fenomenológicos del pánico sugieren que el característico aumento de la reacción del sistema nervioso simpático como reflejo en el grupo de síntomas somáticos que definen los ataques de pánico con exactitud refleja la naturaleza de esta reacción, aunque hay una amplia variabilidad entre los individuos.” (Barlow, 2002, p.111), es decir que en cada individuo es variable la manifestación de este proceso, aunque compartan unos síntomas comunes. Sin embargo también afirmaremos que las diferencias existentes entre los tipos de pánico, que se pueden describir como enfermedades, no varían mucho en cuanto a los síntomas que presentan en sus

rasgos comunes. Tenemos también que plantearnos la objetividad de la intensidad como elemento de medida a la hora de tratar de describir y relatar diferencias entre dos procesos. Parece pues, que la delgada línea que separa la ansiedad y el pánico (en muchas ocasiones descrito como un “ataque de ansiedad”) es difusa pero existe, o por lo menos conceptualmente. En apartados posteriores compararemos, mediante los criterios de diagnóstico, las similitudes y diferencias de todos estos procesos.

Es importante la aclaración y diferenciación que hemos establecido entre numerosos conceptos y términos existentes que se asocian a la ansiedad, para comprender el fenómeno y establecer una conceptualización mucho más precisa, ya que como se ha afirmado anteriormente, uno de los grandes problemas en el diagnóstico y tratamiento, si este existe, de la ansiedad en los músicos es la falta de criterios claros. En una gran mayoría de los casos se ha empleado el pánico escénico para describir situaciones en las que los individuos no sufrían este proceso, sino un proceso mucho menos intenso.

Si buscamos algunas definiciones concretas sobre la ansiedad escénica podemos encontrar las siguientes:

- En el DSM-IV encontramos una referencia concreta a la ansiedad escénica en el apartado de diagnóstico diferencial de la fobia social: “La ansiedad que suscita actuar en público, el terror a los escenarios y la timidez en reuniones sociales donde participan personas que no pertenecen al ámbito familiar no deben calificarse como fobia social a no ser que determinen un acusado deterioro de las actividades del individuo o un malestar clínico significativo.” (American Psychiatric Association, 1995, p.426).

- Salmon (1990) y Salmon y Meyer (1992) nos proponen una definición sobre la ansiedad escénica basada en un modelo de ansiedad muy similar al que hemos concluido en el apartado anterior y que se fundamenta en los siguientes factores: la ansiedad es una forma de sufrimiento psicológico mayoritaria, sus manifestaciones clínicas varían de una persona a otra pero se caracteriza por síntomas que afectan al componente cognitivo, psicológico y comportamental, siendo el componente cognitivo el predominante en el mantenimiento de este estado. Uno de los factores importantes es que se puede valorar la ansiedad por sus cualidades tanto adaptativas como mal-adaptativas. Salmon (1990) permite observar esta

diferencia al presentar la ansiedad como una experiencia de aprensión ansiosa que es persistente y que disminuye las capacidades para actuar en un contexto público. Además esa disminución debe ser injustificada por otro motivo y el resultado no será acorde con las capacidades musicales reales del individuo.

- Stetpoe (2001) nos presenta una definición de la ansiedad musical escénica basada en cuatro elementos que intervienen en la actuación y que se ven influenciados por la ansiedad: los sentimientos, la cognición, el comportamiento y las reacciones fisiológicas junto a los desajustes hormonales. Con el término sentimientos hace referencia al sentimiento de ansiedad, tensión, etc. También como afirma Kenny (2011) sobre la definición de Stetpoe, podríamos pensar que nos encontramos ante una descripción que se enmarca entre el “pánico escénico” y la “ansiedad escénica” que no queda muy clara, ya que hace referencia a la primera como propia de otras artes también, mientras que asocia la ansiedad escénica a la música exclusivamente. Además explica que la primera ocurre en situaciones en las que el público es muy amplio, mientras que la segunda puede también desarrollarse en situaciones más íntimas y de menor público. Como veremos posteriormente, es muy complicado asumir que una cantidad determinada de individuos genera mayor ansiedad que otra. Si haremos referencia por el contrario, a la importancia del contexto en el que se desarrolla la actividad y las implicaciones que esta tiene para el sujeto.

- Por último, Kenny (2011) nos presenta una descripción de la ansiedad escénica musical basada en la definición del fenómeno como evolución del concepto de fobia social, pero estableciendo diferencias claras con la misma: “La ansiedad escénica musical es la experiencia de una aprensión ansiosa marcada y persistente relacionada con una actuación musical que se ha presentado a través de vulnerabilidades biológicas y/o psicológicas subyacentes y/o experiencias específicas de ansiedad condicionada. Se manifiesta a través de una combinación de síntomas afectivos, cognitivos, somáticos y comportamentales. Puede ocurrir en una amplia gama de escenarios de actuación, pero es usualmente más severa en escenarios que implican una alta implicación del ego, miedo a la evaluación (audiencia), y temor al fallo. Puede ser focal (focalizado solo en la actuación musical), u ocurrir junto a otros desórdenes ansiosos, particularmente la fobia social. Afecta a músicos a través de su vida profesional y es parcialmente independiente de los años de entrenamiento, práctica, y nivel de logro musical. Puede o no afectar la calidad de la actuación musical.” (Kenny, 2011,

p.61). Esta definición se nos presenta como la más clara y completa de todas las que hacen referencia al proceso que tratamos de estudiar en los músicos, ya que tiene en cuenta una gran multiplicidad de factores e incluye muchos de los avances hechos por teorías de la psicología, pero centrada especialmente en la teoría de la triple vulnerabilidad propuesta por Barlow (2002). Lo importante de esta teoría es, que partiendo de premisas bastante respetadas de otras teorías que tratan de explicar la ansiedad en su aspecto general, añade además factores determinantes y característicos del fenómeno musical de la actuación ante el público. Empleando esta definición como punto de partida realizaremos un diagnóstico de la ansiedad escénica en los músicos como fenómeno diferenciado de los demás.

Posteriormente entraremos en detalle para analizar el proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical desde esta perspectiva teórica, pero a partir de ella, ya encontramos la terminología adecuada en español. Esta terminología lleva implícita evidentemente tanto una definición teórica, como una acotación del fenómeno.

Más que procesos cognitivos deberíamos hablar de procesos que intervienen durante el acto cognitivo, ya que vamos a explicar aquellos que dificultan o intervienen negativamente en dicho acto y que como veremos posteriormente también afectarán al músico en su devenir interpretativo. Sin embargo, entenderemos que aprensión ansiosa y preocupación son conceptos distintos pero que están relacionados, ya que la preocupación es un proceso que precede a la ansiedad (Craske, 1999).

Tras un breve análisis de las explicaciones anteriores tendremos en cuenta varios elementos sobre la terminología que vamos a emplear. Es evidente que al analizar el proceso que estamos estudiando tenemos que hacer referencia a tres conceptos:

1. El músico: comunicador y trasmisor de un mensaje a otros individuos a través de un lenguaje que domina. En este sentido ya manifestamos la necesidad de diferenciar aquí el concepto, mediante la función que realiza dentro de la multiplicidad que en nuestra sociedad podría tener esta profesión.

2. Interpretación en público: como deducción de la anterior definición es evidente que también está implícita la necesidad de hablar del proceso y necesidades que implican la

relación con el público, como se hizo en apartados anteriores del estudio, ya que no ha sido la misma en todos los momentos históricos. Es necesario incorporar también el término escénico, pues nos acota más el concepto de músico que actúa o cuyo objetivo es actuar en un lugar y una situación muy concreta que implica un alto grado de especialización y preparación.

3. Ansiedad: pues el proceso que estamos estudiando está claramente encuadrado y comparte muchas de las características de la ansiedad, como hemos ido desgranando en este apartado. Afirmamos, como veremos a continuación que la ansiedad que padecen los músicos es un tipo de ansiedad situacional ligada a las características propias de su actividad y que tiene una fenomenología basada en la ansiedad general.

A partir de la exposición anterior concluimos que la mejor terminología para referirnos al proceso que estamos estudiando es **“Ansiedad escénica en la interpretación musical”**. Es cierto que estamos omitiendo el término público, pero este se halla implícito en el concepto escénico, que además le da, como ya explicamos anteriormente una mayor concreción y relevancia. Por otro lado, podríamos pensar que es una redundancia el empleo de interpretación y escénica, pero no olvidaremos que una interpretación no siempre tiene que ser pública. Con esta definición queda de manera claramente establecida la relación entre los tres factores esenciales del proceso que estudiamos.

Por otro lado, al emplear la terminología anterior estamos haciendo claramente referencia a la definición propuesta por Kenny (2011), ya que dejamos abierta la posibilidad de que ocurra en un amplio margen de circunstancias, pero lo acotamos al campo musical de la interpretación. Además incluimos con la alusión al marco escénico, la obligación de que exista un público o audiencia que evalúa y que por tanto pueda provocar un miedo al error.

Si analizamos entonces la ansiedad escénica en la interpretación musical desde la perspectiva conceptual establecida por Kenny (2011) no olvidaremos la consideración del concepto desde una perspectiva dimensional de un estrés ocupacional, es decir en relación con el ejercicio de una profesión. En apartados posteriores, trataremos de establecer unos criterios de diagnóstico y veremos la relación con este aspecto dimensional del concepto.

No obviamos que estamos empleando un término, la ansiedad, cuyo concepto es importante analizar desde una perspectiva general, para comprender las teorías en las que se asienta nuestro marco conceptual. Comprender este concepto y el fenómeno que describe es esencial para poder establecer un criterio de diagnóstico adecuado.

2.2. El fenómeno de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

El concepto de ansiedad escénica aplicada a la interpretación musical define un fenómeno que está relacionado con trastornos de índole psicológica, ya que aunque se produzcan sintomatologías fisiológicas, estas son claramente causadas por elementos psicológicos. Para comprender esta premisa con claridad tenemos que establecer un diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical. Siendo capaces de diagnosticar este proceso estamos definiendo el proceso claramente. Sin embargo, en ello estriba el problema, por la juventud del campo de estudio. Para tratar de diagnosticar un fenómeno tan específico y a la par con tanta sintomatología diversa en función de los individuos, es necesario recurrir a los manuales empleados para el diagnóstico en psicología. La clave del análisis es tratar de hallar relaciones que nos permitan crear unos patrones de diagnóstico claros.

Es evidente que podemos tratar de encuadrar y definir la ansiedad escénica en la interpretación musical a partir de otros procesos psicológicos y su definición, pero si partimos de la premisa de que la ansiedad escénica en la interpretación musical es un proceso dinámico y con un componente subjetivo importante (Kenny, 2011), es necesario explicar los aspectos característicos de este fenómeno y la influencia de los mismos en los individuos y sus habilidades para llevar a cabo la tarea requerida. Es importante explicar que hay una serie de características consideradas como ineludibles y necesarias para que un individuo se convierta en un músico profesional o músico experto y que abordamos en apartados anteriores, pero la influencia de la ansiedad escénica en la interpretación musical se hará evidente en ellas. Estas características que los individuos poseen y que se ven influidas por la ansiedad escénica se relacionan con los siguientes conceptos: ansiedad de rasgo, neurosis, estado afectivo negativo e introversión en lo referente a la ansiedad, auto-concepto, valoración personal, autoeficacia y centro del control como parte de la autoevaluación, las habilidades para el manejo de estrés, la evaluación negativa y el miedo que produce, el perfeccionismo o el narcisismo y la

vergüenza. Todos estos conceptos, como veremos a continuación tienen un papel en los músicos que experimentan el proceso ansioso y a su vez están relacionados con elementos de las teorías de la ansiedad general.

Si establecemos una relación clara con las necesidades a las que hemos aludido de los músicos, como son el conocimiento del arte que practican, un dominio de la técnica e instrumentos que utilizan, un constante trabajo, una sensibilidad artística y empatía y una sociabilidad acorde con su época, veremos, como la influencia de los conceptos anteriores producen una degradación o una reducción en la eficacia de los individuos. Quizás el mayor problema surgirá, como veremos a continuación, en esa relación empática que el músico debe tener con los individuos de su sociedad, pero esta es derivada de la relación entre los conceptos anteriores y puntos muy concretos que atañen a la formación del músico.

2.3. Características psicológicas de la ansiedad que pueden relacionarse con la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Algunas de las características que pueden definir a un músico ansioso y que al relacionarse con los elementos necesarios para su actividad podrían constituir un problema son las siguientes:

- a) Ansiedad de rasgo, neurosis, estado afectivo negativo, introversión e inhibición comportamental.

Uno de los principales problemas al intentar analizar objetivamente el fenómeno de la ansiedad escénica en la interpretación musical es que los factores personales, aquellos que tienen que ver con la ansiedad de rasgo, se consideran como los mediadores del estrés más importantes (Creed y Evans, 2002). Uno de los grandes autores en estudiar la personalidad como Eysenck (1991, 1997), nos explica claramente que la neurosis, un concepto similar al estado afectivo negativo, se basa en la sensibilidad temperamental, es decir que tiene un componente más genético a los estímulos negativos. También nos explica como este alto

grado de estado de afectividad negativa tiene una predominancia o tendencia a provocar estados depresivos, ansiedad o estrés para los individuos con estas características. Las diferencias son evidentes entre los individuos que tienen una ansiedad de rasgo o estado de afectividad negativo heredado y aquellos en los que solo influyen las variaciones psicológicas en la percepción de los estímulos de peligro.

El concepto más reciente de inhibición comportamental, no viene sino a confirmar lo antes expuesto y relacionarlo con el desarrollo de los desórdenes de tipo ansioso. Este proceso está íntimamente relacionado con partes del cerebro que juegan un rol destacado en la aparición y desarrollo del proceso de ansiedad escénica, como la región del septo-hipocampo y la amígdala. La adquisición de los mecanismos de respuesta ante estímulos y la posibilidad de autorregular la misma es propia de este proceso y de los órganos implicados en él.

Dentro de la relación entre la ansiedad de rasgo y las posibilidades que un individuo tiene para gestionar la ansiedad hay que destacar la idea presentada por Eysenck (1988), que nos muestra la personalidad desde una perspectiva cuya función es el manejo del estrés, o lo que en inglés se denomina como “coping style”. Sin embargo es evidente que esta personalidad no es innata desde un punto de vista exclusivo y cerrado, ya que el desarrollo de estas habilidades también se ve influenciado por la sociedad y las experiencias que esta le brinde al individuo. Es evidente que aquellos individuos que tengan una tendencia genética al estado de afecto negativo y que además tengan que afrontar un evento que genere ansiedad, como es la actuación en público, estarán más predispuestos a sufrir una ansiedad negativa y que dificulte la preparación para este evento.

b) El miedo a la evaluación negativa.

Esta es una de las características típicas de individuos que padecen ansiedad no exclusivamente en el ámbito musical y se puede definir como uno de los elementos centrales de cualquier tipo de desorden ansioso relacionado con lo social.

Lo importante, a cerca de esta característica de individuos ansiosos, es que implica un estado de miedo constante basado en que la evaluación negativa pueda provocar un problema para el futuro, es decir la “supervivencia social” del individuo. El origen o aparición de este elemento está claramente asociado con la etapa humana de la adolescencia, al ser en este momento en el que el ser humano sobrepasa la capacidad de comprender el mundo material presente y desarrolla la capacidad de abstraer y proyectarse en el imaginario hasta el futuro. Recientes estudios (Sowell, Thomson, Tessner y Toga, 2001) han puesto de manifiesto que el cerebro continúa desarrollándose durante la adolescencia, pasado los veinte años, mediante tres procesos principalmente: la proliferación, la poda o eliminación de fibras cerebrales que no sirvan y la mielinización que las hace más eficientes ante los estímulos.

Dado que es en la adolescencia cuando se desarrolla esta capacidad y las habilidades para el pensamiento formal operacional, es decir la capacidad de abstracción de hipotetizar y lógica, que se asocia con el cortex prefrontal (la última parte del cerebro en desarrollarse), esto provoca que se creen problemas en el desarrollo de las habilidades cognitivas. El adolescente aborda estos nuevos retos intelectuales con el concepto del ego centrando todas sus operaciones formales del pensamiento. Como afirma Kenny (2011) estas operaciones se caracterizan en el adolescente por:

- a) Egocentrismo adolescente: la idea de que nadie puede comprender los pensamientos del individuo.
- b) Creencia de invencibilidad: la creencia de que los comportamientos de riesgo no tienen consecuencias.
- c) Creencia personal: la creencia de que uno está destinado a conseguir grandes metas, que generalmente se acompaña con la idea de que los padres son inadecuados o inferiores.
- d) Público o audiencia imaginaria: la creencia de que siempre hay alguien pensando o hablando sobre el individuo.

La relación de esta manera de procesar la información con la aparición de la ansiedad es evidente, sobre todo en los casos en los que los adolescentes no consiguen resolver sus problemas de “público o audiencia imaginaria” y por lo tanto se crearan mecanismos de evitación social.

c) Concepto personal, autoestima, autoeficacia y centro del control.

Los tres primeros conceptos, la visión que uno tiene de sí mismo, la aprobación propia y la visión de las capacidades del individuo para superar los desafíos son básicos en las teorías psicológicas que se han ido desarrollando a lo largo del tiempo, para tratar de explicar los fenómenos que se producen en el ser humano relacionados con la ansiedad y la capacidad de gestionar la ansiedad. Es quizás el concepto de autoeficacia el que más se ha relacionado con este aspecto de la ansiedad, sobre todo gracias a las teorías de Bandura (1991). Este concepto de autoeficacia y la capacidad de gestionar la ansiedad que desarrollan algunos individuos se fundamenta principalmente en el aprendizaje a través de experiencias de éxito y fracaso que se producen en la vida de cada individuo y el grado de activación sensorial que se produce en dichas situaciones. De esta manera, aquellos individuos que consiguen relacionar esfuerzo personales con buenos resultados desarrollan un alto grado de control, mientras que la sensación de pérdida de control está claramente relacionada con emociones negativas debidas a experiencias negativas, que se plasman en una vulnerabilidad psicológica. La sensación de pérdida o ganancia de control se desarrolla ya desde la infancia como nos explican las teorías del apego en las relaciones de los niños y sus cuidadores. “El grado (percibido) de control está relacionado con la experiencia de indefensión o desesperanza.” (Kenny, 2011, p.73).

d) El perfeccionismo.

El perfeccionismo es una de las características humanas multidimensionales que está intrínsecamente relacionada con aquellas actividades que requieren un alto grado de especialización.

Como vimos en el apartado sobre el músico en la actualidad, la interpretación musical y sobre todo la de alto nivel, a la que aspira cualquier profesional necesita la adquisición de una amplia gama de habilidades relacionadas con aspectos tanto físicos como mentales del ser humano. Lo curioso de esta característica humana es que, aquellos individuos centrados en el perfeccionismo y la consecución del mismo en sus actividades, están más expuestos a la

ansiedad, ya que gastan mucha energía en la evaluación de sus actuaciones y suelen estar acompañados por una gran insatisfacción debido a esta constante evaluación (Flett y Hewitt, 2005). El desarrollo de esta ansiedad y la cronificación de la misma suele ser debida a que se establecen ideas rígidas sobre las necesidades, que en muchos casos están asociadas a conceptos sociales que no tienen por qué ser más verdaderos que el momento histórico en el que se desarrolla la actividad.

El concepto de perfección ha tratado de codificarse y medirse a través de numerosas escalas, para poder así comprender su naturaleza multidimensional. Cada una de las escalas trata de establecer los elementos principales en el concepto de perfeccionismo:

- “Frost Multidimensional Perfectionism Scale” (FMPS) (Frost, Marten, Lahart y Rosenblate, 1990; Frost, Lahart y Rosenblate, 1991) que nos propone un análisis del concepto a partir de las siguientes dimensiones: excesiva preocupación por cometer errores, altos valores personales, percepción de unas expectativas muy altas de los progenitores, críticas parentales muy altas, duda sobre la cualidad de las acciones personales y la preferencia por el orden y la organización.
- “Multidimensional Perfectionism Scale” (Hewitt y Flett, 1991) que nos propone tres dimensiones: exceso de esfuerzo y demanda de uno mismo, el perfeccionismo exigido por los otros y el perfeccionismo social, es decir que la sociedad impone para que el individuo aplique sobre sí mismo.
- “Perfectionistic Self-Presentation Scale” (Hewitt et al., 2003) que se centra en tres dimensiones del perfeccionismo interpersonal: la necesidad de presentar una imagen de perfección a los otros, ocultación de los errores a los otros, la reticencia de comunicar los errores personales.

Es evidente que todas las escalas relacionan de una u otra manera el concepto de perfección con dos elementos básicos, la percepción personal de uno mismo y la visión que proyectamos a los otros. Debido a esto no olvidaremos algunos elementos que están relacionados con el perfeccionismo y la ansiedad. Barlow (2002) nos presenta en el marco de

esta relación el concepto de la “sensación de pérdida de control” como un elemento importante para entender la implicación del perfeccionismo en la aparición de la ansiedad.

La relación entre la ansiedad social y el concepto de perfección también está íntimamente ligada, ya que muchos individuos con ansiedad social al ser altamente perfeccionistas y conscientes de sus errores, acentúan su angustia social y autocrítica (Alden, Ryder, y Mellings, 2002). “La percepción de una imposición externa de metas y valores intensifica el sentido de pérdida de control y la consiguiente ansiedad” (Kenny, 2011, p.75).

Por último es importante destacar, como hicimos anteriormente, la relación que existe entre el perfeccionismo y la necesidad de los intérpretes de adquirir unas habilidades muy concretas para la actuación en público. Es extraño, porque en la formación o plan de estudio de los músicos que desean convertirse en profesionales de la interpretación en público no se hace un especial hincapié en este aspecto de la formación.

e) Narcisismo y vergüenza.

El narcisismo se basa en la involucración emocional de unos individuos en otros y en el principio de aprobación de la visión de uno o la percepción y amor de otros hacia el propio ego y es un proceso relacionado con los instintos de supervivencia propios de todos los seres vivos (Freud, 1957). En lo que respecta a la vergüenza “...es una emoción focalizada en lo defectuoso de la persona, lo que significa un sentimiento de exposición, inutilidad, y deseo de encogerse y esconderse.” (Kenny, 2011, p.75)

Ambos procesos están relacionados y deben abordarse para entender determinados elementos que subyacen en la aparición de la ansiedad escénica en la interpretación musical. La vergüenza se puede observar desde la infancia e influye en los comportamientos del ser humano. En muchas ocasiones esta vergüenza está relacionada con unas habilidades parentales defectuosas (Erikson, 1968).

Como afirma Kenny (2011), el problema de los músicos y la vergüenza se fundamenta en el hecho de que una actuación musical es instantánea y no puede corregirse. Este es un

elemento principal de la interpretación que tratamos en apartados anteriores. La imposibilidad de corregir ese instante, hace que los músicos tengan que vivir con la exposición continuada a los errores que cometieron en experiencias anteriores, lo cual es una de las bases de la ansiedad escénica en la interpretación musical y la motivación o comportamiento ante dicha actuación pública.

No olvidaremos en este punto la relación que existe entre dos emociones básicas en el ser humano, la culpa y la vergüenza. La culpa es una emoción asociada a un comportamiento y cuya consecuencia provoca la necesidad de una reacción (como pedir perdón), mientras que la vergüenza se focaliza en el propio individuo y su exposición a los otros. Esta segunda tiene una gran relación con la ansiedad social, ya que implica una respuesta a relaciones con la sociedad, imposiciones de la misma y sensaciones de pérdida de control, es decir con el origen de la ansiedad. Su origen no tiene que estar relacionado pues con una acción realizada, sino con las expectativas de evaluación.

2.4. Ansiedad escénica en la interpretación musical y las características para su diagnóstico a través del DSM-IV y CIE10.

Es cierto que la única indicación o mención a la ansiedad en la actuación ante un público que se hace en el DSM-IV (Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales) se encuentra en la cita realizada en el apartado anterior y aparece en el diagnóstico de la fobia social, pero debemos analizar los trastornos ansiosos y su diagnóstico, para entender los que nos conducen y permiten acotar a la definición de Kenny (2011) y así poder establecer un diagnóstico claro de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

En la edición española del DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) encontramos, siguiendo el sistema de evaluación multiaxial propuesto, cinco ejes en función del tratamiento y la predicción de resultados:

- Eje I: Trastornos clínicos.
- Eje II: Trastornos de la personalidad/ Retraso mental.
- Eje III: Enfermedades médicas.

- Eje IV: Problemas psicosociales y ambientales.
- Eje V: Evaluación de la actividad global.

El fin de este sistema de evaluación multiaxial es facilitar una evaluación que sea completa y sobre todo sistemática, además de permitir captar la complejidad de una situación y transmitir la información necesaria sobre la misma, respetando la heterogeneidad de los individuos.

Como afirma Kenny (2011) desde una perspectiva dimensional, el argumento que no podemos olvidar es que las familias de desórdenes, como pueden ser la ansiedad, la depresión o los estados de ánimo, comparten o se basan en unas vulnerabilidades del carácter y personalidad, que en la observación clínica tienden a parecerse. Es evidente entonces, la necesidad de un diagnóstico diferenciado para poder entender el proceso. Los trastornos antes citados, que comparten ese mismo tipo de vulnerabilidad se catalogan en el eje I, denominado de trastornos clínicos y otros problemas que pueden ser objeto de atención clínica. En este eje y siguiendo el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) encontramos:

Tabla 2.1. Trastornos clínicos DSM-IV.(American Psychiatric Association, 1995)

Trastornos clínicos
Otros problemas que pueden ser objeto de atención clínica
- Trastornos de inicio en la infancia, la niñez o la adolescencia
- Delirium, demencia trastornos amnésicos y otros trastornos cognoscivos
- Trastornos mentales debidos a una enfermedad médica
- Trastornos relacionados con sustancias
- Esquizofrenia y otros trastornos psicóticos
- Trastornos del estado de ánimo
- Trastornos de ansiedad
- Trastornos somatomorfos
- Trastornos facticios
- Trastornos disociativos
- Trastornos sexuales y de la identidad sexual
- Trastornos de la conducta alimentaria

- Trastornos del sueño
- Trastornos del control de los impulsos no clasificados en otros apartados
- Trastornos adaptativos
- Otros problemas que pueden ser objeto de atención clínica.

Es importante comprender que se ha buscado diferenciar expresamente los trastornos mentales y de personalidad con respecto a este primer eje y se han incluido en el eje II para un mejor diagnóstico de los mismos. Es evidente como se afirma en el propio libro, que “la distinción multiaxial entre trastornos de los Ejes I, II y III no implica que existan diferencias fundamentales en su conceptualización, ni que los trastornos mentales dejen de tener relación con factores o procesos físicos o biológicos, ni que las enfermedades médicas no estén relacionadas con factores o procesos comportamentales o psicológicos.” (American Psychiatric Association, 1995, p. 29). Se trata de buscar una minuciosidad y claridad para la comprensión y tratamiento del proceso. El eje IV, por su parte está relacionado con el I y II, pues en él se registrarán aquellos problemas psicosociales y ambientales que puedan afectar en el momento de diagnosticar y tratar algún tipo de trastorno mental, de ahí que haga referencia a “problemas”. En cuanto al eje V hace referencia a la información aportada por el clínico sobre la actividad general del sujeto.

Es necesario aclarar antes de continuar, la posible relación, en el diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical con el eje IV, en lo relativo a los siguientes problemas:

Tabla 2.2. Ejes de problemas DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995).

Problemas relatados en el Eje IV que pueden influenciar típicamente en el diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical.
Problemas relativos al grupo primario de apoyo: que implican problemas de tipo familiar.

Problemas relativos al ambiente social: pérdida de algún miembro importante, o problemas de adaptación cultural, transición de ciclos vitales, etc.
Problemas relativos a la enseñanza: que impliquen problemas de tipo académico o de conflicto con compañeros o profesorado.
Problemas laborales: amenaza de perder el empleo o conflictos con compañeros de trabajo.
Problemas económicos: como la economía insuficiente.
Otros problemas psicosociales y ambientales: como el conflicto con cuidadores no familiares o consejeros.

Estos no son los únicos problemas que se nombran en el eje IV del manual antes citado. Sin embargo, la relación de los mismos con el diagnóstico de la ansiedad que se genera en la interpretación escénica musical en público es bastante clara. El origen de la ansiedad en un sujeto que no padecía ansiedad elevada y que influyera de manera negativa anteriormente, puede estar determinado por un problema de tipo laboral o del ambiente en su enseñanza, a modo de ejemplo explicaremos que un condicionante para la ansiedad puede ser realizar una tarea que suponga la repetición del acto que el individuo asocia a la pérdida del trabajo.

Aunque como afirmamos antes y vimos al analizar las teorías de la ansiedad, existe una relación entre depresión y ansiedad, comprobamos como en el manual diferencian claramente ambos procesos. La depresión se incluye dentro del bloque de trastornos del estado de ánimo, es decir aquellos trastornos cuya característica principal es el cambio o alteración del estado de humor del individuo, mientras que los trastornos de ansiedad ocupan un grupo dentro del eje I.

Dentro de los trastornos de ansiedad del DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) encontramos las descripciones de los siguientes trastornos: trastorno de angustia sin agorafobia, trastorno de angustia con agorafobia, agorafobia sin historia de trastorno de

angustia, fobia específica, fobia social, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno por estrés postraumático, trastorno por estrés agudo, trastorno de ansiedad generalizada, trastorno de ansiedad debido a enfermedad médica, trastorno de ansiedad inducido por sustancias y trastorno de ansiedad no especificado.

Es importante reseñar que el DSM-IV (American Psychiatric Association 1995) no es el único manual de diagnóstico de reconocido valor. Entre los más destacados encontramos al CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992), acrónimo de la Clasificación internacional de enfermedades, décima versión en español de la “International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems” (ICD) y cuya primera edición llevó a cabo la Organización Mundial de la Salud. Para esta organización, la definición de una familia de enfermedades es un sistema de categorías con unas entidades morbosas asignadas en base a criterios establecidos (Organización Mundial de la Salud, 1992). En su manual de criterios diagnósticos de investigación el CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992) en lo relativo a su capítulo V (F) referente a los trastornos mentales y del comportamiento encontramos relacionados los trastornos referentes a la ansiedad.

Como vemos, en ninguno de los manuales antes citados se hace referencia a una clasificación en la que se nombre a la ansiedad relacionada con la actuación en público en los músicos. He aquí uno de los problemas que hasta ahora han rodeado el campo de estudio, ya que al no hacer ninguna mención expresa con la terminología adecuada se pueden, y de hecho se producen errores básicos de terminología. Si analizamos algunas de las descripciones que se nos ofrecen de los trastornos relacionados con la ansiedad, veremos la relación evidente con el proceso que tratamos de analizar. La diferencia se encontrará en el diagnóstico a realizar. A continuación analizaremos el diagnóstico de los trastornos relacionados con la ansiedad escénica en la interpretación musical que encontramos en ambos manuales, el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) y el CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992). Es importante señalar que en el CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992), el apartado que engloba los trastornos de tipo ansioso está denominado como “F40-F49 Trastornos neuróticos, secundarios a situaciones estresantes y somatomorfos” (Organización Mundial de la Salud, 1992, p.123) mientras que en el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) encontramos claramente diferenciados los apartados en dos: trastornos de

ansiedad y trastornos somatomorfos. En cualquier caso es evidente que en nuestro caso los trastornos y su diagnóstico se relacionarán en torno a una característica común, la ansiedad.

1. **La crisis de angustia** (panic attack) es quizás uno de los procesos que más se ha empleado para describir la ansiedad escénica, pero como observamos en el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) es un trastorno que puede acompañar a cualquiera de los otros, sin por ello ser el trastorno principal. Su característica principal es la aparición súbita de síntomas de aprensión, miedo o terror, que suelen acompañarse con la sensación de que se va a producir una muerte súbita. Es importante señalar algunos criterios característicos para el diagnóstico de las crisis de angustia que nos permiten analizar la relación con la ansiedad escénica en la interpretación musical:
 - a) Su principal característica es la aparición aislada y temporal de miedo o malestar intenso. Es decir que se inicia de manera rápida.
 - b) La aparición de cuatro de los trece síntomas que se presentan a continuación (American Psychiatric Association, 1995) que se iniciarán bruscamente y alcanzarán su mayor auge en los primeros 10 minutos:

Tabla 2.3. Tabla de síntomas DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995).

Palpitaciones, sacudidas del corazón o elevación de la frecuencia cardíaca.
Sudoración.
Temblores o sacudidas.
Sensación de ahogo o falta de aliento.
Sensación de atragantarse.
Opresión o malestar torácico.
Náuseas o molestias abdominales.
Inestabilidad, mareo o desmayo.

Desrealización o despersonalización.
Miedo a perder el control o volverse loco.
Miedo a morir.
Parestesias.
Escalofríos o sofocaciones.

Muchos de estos síntomas coinciden con los que algunos músicos describen en una situación relacionada con la interpretación en público, o la imaginación de la misma.

c) Es importante la mención que en el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) se hace en este apartado, a la ruborización como síntoma frecuente en las crisis de angustia de tipo situacional, cuando estas se desencadenan en situaciones que implican la relación social o con un público.

d) La diferenciación con la ansiedad generalizada puede establecerse en que esta crisis es de tipo intermitente e implica un pico muy elevado de ansiedad, esto es, que con el paso del tiempo en determinada situación el pico debería ir remitiendo.

e) Tres subtipos de crisis de angustia se nos presentan en el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995): crisis de angustia inesperadas, crisis de angustia situacionales, que son desencadenadas por estímulos ambientales y las crisis de angustia más o menos relacionadas con una situación determinada, que indican la posibilidad o no de la crisis en relación con el estímulo. Como vemos, son estas dos últimas las que se pueden diagnosticar en los músicos, relacionadas con el proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

f) Es importante ver la descripción que en el CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992) se nos presenta del trastorno de pánico también descrito como (ansiedad episódica aproximada) y en el que se hace clara referencia a que se tratan de “Ataques de pánico

recurrentes que no se asocian de modo constante a una situación u objeto específicos, y que a menudo se presentan de forma espontánea...” (Organización Mundial de la Salud, 1992, p.126). De esta manera estaríamos eliminando este trastorno, dado que en la ansiedad escénica en la interpretación musical el estímulo está claramente asociado al público. Si hablamos de “panic attack” o crisis de angustia podemos relacionarlo con nuestro concepto, pero teniendo en cuenta que se trata de una reacción muy intensa y en este caso relacionada con la crisis de angustia situacional, mientras que si nos referimos a un trastorno de pánico sin relación con algún tipo de estímulo específico no podemos encontrar una relación clara, de ahí que no exista un código que relacione los dos manuales, si no es a través de la asociación de su diagnóstico a la aparición de agorafobia.

No olvidaremos uno de los análisis que se nos sugieren al inicio de la explicación de este trastorno, la angustia puede acompañar a los restantes trastornos. Es esta la razón que ahonda en la necesidad de diferenciar la crisis de ansiedad, con su terminología “pánico escénico”, que tanto y tan desafortunadamente se ha empleado para describir el proceso que sufrían los músicos. Si hacemos la descripción del proceso empleando esta terminología estamos incurriendo en el error de simplificar un diagnóstico y olvidar elementos de análisis que nos permitirán un tratamiento adecuado, razón de más para ser cautelosos con la terminología.

2. **La fobia específica** está caracterizada por la aparición de una ansiedad como respuesta a la exposición ante un estímulo (tanto situacional como un objeto) específico y cuya manifestación es significativa clínicamente, provocando en muchos casos comportamientos de evitación. En los anteriores manuales se podía encontrar bajo la nomenclatura de fobia simple. Son numerosos los criterios de diagnóstico, pero siempre coinciden en la aparición de ese terror o miedo ante el estímulo fóbico. Algunos criterios característicos para el diagnóstico de las crisis de la fobia específica que nos permiten analizar la relación con la ansiedad escénica en la interpretación musical son:

a) Solo se debe diagnosticar cuando el estímulo fóbico interfiere de manera significativa en las actividades cotidianas del individuo, lo cual hace referencia tanto a la vida personal como profesional, o si existe un malestar evidente debido al mismo. Este elemento es importante, ya que nos lleva a analizar cómo la ansiedad escénica que se manifiesta en los músicos interfiere en su vida laboral de manera negativa.

b) Existen elementos también muy relacionados con la ansiedad en los músicos, como el hecho de que el miedo es casi de carácter irracional, tanto ante la situación estímulo, como ante la anticipación de la misma. La fobia específica, en el caso de los artistas y los músicos en particular suele estar asociada a la posibilidad de pérdida de control.

c) La relación del individuo con la percepción de la fobia suele implicar una comprensión de la misma y de su carácter irracional. La coherencia o no de la aparición de un temor irracional en el músico es discutible y necesita ser analizado desde otra perspectiva que veremos posteriormente. Simplemente aludiremos a la concepción tan importante a cerca de lo que es un peligro real o no para la supervivencia y la necesidad de adaptación a la misma, unido a la evaluación social. Esta concepción del peligro real determina una de las características esenciales de la ansiedad escénica en a la interpretación musical.

d) Aunque podríamos estar tentados a concluir que la ansiedad escénica en la interpretación musical es un tipo de fobia específica, ya que por la generalidad de la misma podría incluirse, al analizar los subtipos que el propio DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) nos propone, nos encontramos que el subtipo situacional hace referencia a estímulos fóbicos más relacionados con objetos concretos y su utilización (transportes públicos, túneles, puentes, ascensores, aviones, recintos cerrados, etc.). El estímulo está claramente definido y no implica una relación de interacción entre el estímulo y el sujeto de doble sentido. Con esta aclaración queremos incidir en un detalle importante, en la ansiedad escénica en la interpretación musical, la relación existente entre el individuo y el estímulo ansioso, si consideramos al público, es de doble vía, la reacción de uno influye claramente o puede influir en la reacción del otro y crear una retroalimentación, mientras que en el estímulo causante de la fobia específica, esta característica no es siempre cierta para su diagnóstico.

e) Entre los criterios de diagnóstico de investigación del CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992) para la fobia específica se encuentran los siguientes: En primer lugar, la aparición de un miedo marcado ante un objeto o una situación específica que no esté incluida en los criterios de agorafobia o fobia social. En segundo lugar, la aparición al menos de dos

síntomas de ansiedad del cuadro que presentamos a continuación y que al menos uno pertenezca al primer tipo:

Tabla 2.4. Síntomas de diagnóstico para la fobia específica. CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992).

Tipo de síntomas	Síntomas
<i>Síntomas autonómicos</i>	1. Palpitaciones o golpeo del corazón, ritmo cardíaco acelerado. 2. Sudoración. 3. Temblores o sacudidas de los miembros. 4. Sequedad de boca (no debida a la medicación o deshidratación).
<i>Síntomas en el pecho y abdomen</i>	5. Dificultad para respirar. 6. Sensación de ahogo. 7. Dolor o malestar en el pecho. 8. Náusea o malestar abdominal.
<i>Síntomas relacionados con el estado mental</i>	9. Sensación de mareo, inestabilidad, o desvanecimiento. 10. Sensación de que los objetos son irreales (desrealización), o de sentirse lejos de la situación o “fuera” de ella (despersonalización). 11. Sensación de perder el control, “volverse loco” o de muerte inminente. 12. Miedo a morir.
<i>Síntomas generales</i>	13. Sofocos o escalofríos. 14. Sensación de entumecimiento u hormigueo

Además existirá un malestar emocional significativo debido a estos síntomas o a la conducta de evitación que el sujeto reconoce como excesivo. Los síntomas aparecen en la situación o ante el objeto, así como al pensar en las mismas.

3. **La fobia social** es un trastorno de ansiedad mucho más definido que la fobia específica. El miedo que se produce con este trastorno es persistente y muy alto en las situaciones que implican una relación social o actuación en público por temor a que resulten embarazosas (American Psychiatric Association, 1995). Este primer criterio de diagnóstico define muy bien el fenómeno que experimentan los músicos.

Algunos criterios característicos para el diagnóstico que nos permiten analizar la relación con la ansiedad escénica en la interpretación musical son:

a) La aparición de la ansiedad es casi inevitable ante la exposición al estímulo y puede ser consecuencia de una crisis de angustia relacionada con una situación concreta.

b) La aparición de la ansiedad provoca generalmente comportamientos de evitación y si se trata de una ansiedad de anticipación o concretas, el individuo las soporta con gran terror. Este elemento será analizado en profundidad posteriormente, ya que la ansiedad que se produce en los músicos no siempre va asociada a un comportamiento de evitación y la gradación en la intensidad del temor o terror que pueda padecer el individuo es complicada de medir. Es importante entender que en muchos casos, el fenómeno que se produce en los músicos debido a la pasión del individuo por su profesión implica una de las aclaraciones que se nos propone el DSM-IV, “De forma característica, el individuo con fobia social evitará las situaciones temidas. Con menos frecuencia, se obligará a sí mismo a soportar estas situaciones, aunque a costa de una intensa ansiedad. También puede aparecer una acusada ansiedad anticipatoria mucho antes de que el individuo deba afrontar la situación social temida o la actuación en público.” (American Psychiatric Association, 1995, p.422). En los músicos, como veremos, es más habitual la realización de la actividad que la evitación, lo cual quizás nos está indicando que el diagnóstico no es tan concretamente aplicable a este proceso.

c) Es evidente que el diagnóstico tiene que relacionarse con la interferencia que produzca el trastorno en su vida personal o profesional, la cual es evidente en los músicos.

d) Entre los criterios de diagnóstico del CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992) para la fobia social cabe destacar que se cita la necesidad de padecer al menos dos síntomas

de ansiedad, de los enumerados en la tabla 2.4. de 14 síntomas citada en la fobia específica, conjuntamente y al menos una vez desde el inicio de los trastornos, junto a alguno de los síntomas siguientes:

1. Ruborización.
2. Miedo a vomitar.
3. Necesidad imperiosa o temor a orinar o defecar.

Así mismo también debe presentarse un malestar significativo que se deba a la conducta de evitación ante los síntomas de ansiedad provocados por el estímulo.

4. **El trastorno de ansiedad generalizada**, queda claramente descartado como posible explicación de la ansiedad escénica en la interpretación musical en público pues, a pesar de que al pensar en una cronificación de la ansiedad estaríamos tentados a encontrar una relación clara, “...el diagnóstico adicional de trastorno de ansiedad generalizada sólo debe considerarse cuando el origen de la ansiedad y de la preocupación no está relacionado con el trastorno subyacente, es decir, la inquietud excesiva del individuo no se relaciona con la posibilidad de sufrir una crisis de angustia (como en el trastorno de angustia), pasarlo mal en público (como en la fobia social)...” (American Psychiatric Association, 1995, p.446). Vemos claramente que la ansiedad escénica en la interpretación musical tienen un estímulo desencadenante bien claro.

5. La posibilidad de relacionar la ansiedad escénica en la interpretación musical a través de los criterios de diagnóstico de otros trastornos como **el trastorno de ansiedad no especificado o trastorno de tipo adaptativo** se nos presenta al analizar el diagnóstico diferencial de ambos, cuanto menos dudoso, por encontrar una explicación que esté claramente descrita en un manual de diagnóstico como el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995).

Concluiremos que el diagnóstico más cercano a la descripción de la ansiedad escénica en la interpretación musical es una posible fobia específica o fobia social, ya que como explicamos anteriormente la crisis de angustia hace referencia a otro proceso. Para comenzar, diremos que la fobia social y la fobia específica se diferencian al describir el objeto o situación fóbica (American Psychiatric Association, 1995), ya que la fobia social está mucho más relacionada con el temor a ser evaluado por los otros que a un proceso específico que

provoque peligro. Si tenemos en cuenta el diagnóstico diferencial de la fobia social, encontramos una clara referencia a la ansiedad que experimentan individuos que deben actuar en público: “La ansiedad que suscita actuar en público, el terror a los escenarios y la timidez en reuniones sociales donde participan personas que no pertenecen al ámbito familiar no deben calificarse como fobia social a no ser que determinen un acusado deterioro de las actividades del individuo o a un malestar clínico significativo.” (American Psychiatric Association, 1995, p.426).

Partiendo de esta afirmación se nos plantean dos elementos importantes. El primer elemento es la posibilidad de considerar la ansiedad escénica en la interpretación musical como una fobia social, cuando esta provoca un deterioro en la interpretación y las habilidades del individuo, que impliquen un problema en el desarrollo de la actividad adecuadamente. El segundo elemento a considerar es la dificultad para establecer o determinar cuándo la ansiedad escénica en la interpretación musical puede clasificarse como fobia social y cuándo no. Si tenemos en cuenta que la ansiedad por definición es un proceso adaptativo necesario y que no en todas las situaciones, como explicamos con anterioridad y volveremos a citar posteriormente, en las que interviene la ansiedad en la interpretación musical produce un efecto negativo en la actividad del músico, es necesario delimitar bien la influencia de la misma en la actividad. Para ello será necesario un instrumento de diagnóstico adecuado a la actividad tan concreta que pretendemos analizar.

2.5. El diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Si relacionamos la definición conceptual y terminológica de la ansiedad escénica en la interpretación musical con los posibles diagnósticos propuestos en el apartado anterior, nos permitirá tratar de describir este proceso y por lo tanto analizar el concepto y su dimensión.

Para comenzar a analizar el concepto debemos claramente explicar que elementos, aunque pueden surgir, provocar o intervenir en el proceso, no están intrínsecamente relacionados con la ansiedad escénica en la interpretación musical.

La depresión, aunque tenga una relación clara con la ansiedad y en muchos casos su aparición pueda estar íntimamente relacionada, ya que se basan en elementos comunes de

vulnerabilidad en el individuo, son procesos claramente diferenciados y que no deben relacionarse en la descripción de un proceso en ocasiones ya bastante difícil de definir. La relación entre ansiedad y depresión ha estado patente a lo largo de la historia de la psicología en tanto en cuanto los conceptos han avanzado juntos en el desarrollo del conocimiento de ambos y su relación con la vulnerabilidad del individuo. Pero es necesario tener cuidado en no relacionarlos por defecto. Como ejemplo de ello volveremos a citar que tanto en el CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992) como en el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) los trastornos depresivos se encuadran dentro del diagnóstico de los trastornos del estado de ánimo y que los trastornos relacionados con la ansiedad tienen un apartado diferente.

En segundo lugar, es importante entender que a pesar de que la ansiedad escénica en la interpretación musical puede ser un trastorno muy grave para el individuo y afectar profundamente a su vida, existe una gradación, que aunque influye en el desarrollo profesional no es de carácter grave. El estrés y la ansiedad que sufren los músicos diariamente son, al igual que en otras profesiones, intrínsecas a su actividad, pero estas pueden ir desde unos síntomas leves, hasta los que provocan el llamado “pánico escénico” (Brodsky, 1996), es decir que como Kenny (2011) afirma, la severidad de este proceso puede ir desde el estrés propio de la carrera a la tensión en la actuación, la ansiedad escénica hasta el pánico escénico, siendo este último proceso el más severo.

Como vemos, dentro de los grados se incluyen términos asociados con procesos descritos en los manuales y para los cuales existe un diagnóstico definido. A continuación haremos una descripción del proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical, desde el caso más severo hasta el menos grave, relacionándolos con las posibilidades de diagnóstico antes propuestas:

1. La ansiedad escénica en la interpretación musical y el “pánico escénico”: es importante señalar, como hicimos en el apartado anterior, que a pesar de ser el término más empleado para describir el proceso a lo largo de la historia, en realidad es el que menos veces se produce. La crisis de angustia tiene ese componente que combina la ansiedad tanto emocional, cognitiva, como somática, con un carácter de extrema gravedad en cuanto a la intensidad (Kenny, 2011). La relación entre el pánico y la ansiedad escénica en la

interpretación musical está íntimamente relacionada con el desarrollo del proceso de las alarmas falsas. Es evidente que este proceso tiene que ver con la aparición de la ansiedad escénica, pero la diferencia con la crisis de angustia (mejor terminología en nuestra sociedad para describir este proceso, ya que el pánico implica una reacción mucho más extrema) y la ansiedad escénica es que la primera es de carácter súbito y con auge en los primeros 10 minutos (American Psychiatric Association, 1995), mientras que la segunda puede variar de intensidad y tener una duración y aparición muy diversa, como veremos posteriormente.

2. La ansiedad escénica en la interpretación musical y la fobia social: es quizás el diagnóstico que más fácilmente relacionamos con la ansiedad escénica, ya que aparece citado en la descripción de la misma que hace el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995). Sin embargo, el debate no está exento de polémica, pues numerosos autores defienden que este proceso está íntimamente relacionado con el miedo a la evaluación negativa (Barlow 2002; Wilson, 2002) mientras que otros defienden el diagnóstico de la ansiedad escénica y sus síntomas como parte de una constelación más amplia de la denominada fobia social (Hook y Valentiner, 2002; Turner, Johnson, Bidell, Heiser y Lydiard, 2003). Siguiendo la clasificación de estos últimos autores acotamos el proceso que estudiamos como un subtipo de fobia social de carácter específico, es decir que solo se da en determinadas situaciones. La comorbilidad entre fobia social y ansiedad escénica en la interpretación musical es evidente. Clark y Agras (1991) nos muestran en un estudio la relación clara entre un alto grado de ansiedad en la interpretación musical y un diagnóstico de fobia social tanto para estudiantes como para músicos adultos. Cox y Kenardy (1993) también nos muestran como la presencia de fobia social incrementa los efectos de la ansiedad en diferentes elementos de la interpretación musical en público. Sin embargo numerosos estudios (Gorges, Alpers y Pauli, 2007; Cox y Kenardy, 1993; Osborne y Franklin, 2002) demostraron solo que el componente de la ansiedad en la aparición de la ansiedad social está relacionado con la actuación musical, es decir que no podemos describir la ansiedad escénica en la interpretación musical exclusivamente como un proceso diagnosticable de manera similar a la ansiedad social o fobia social, a pesar de que tanto la sintomatología descrita en el apartado anterior, como las características de ambos trastornos compartan numerosos elementos como el miedo a la evaluación. Es evidente la relación y la influencia de la misma, pero también que existen factores diferenciadores del diagnóstico con la fobia social.

3. La ansiedad escénica en la interpretación musical y el desorden de ansiedad focalizado, relacionado con la fobia específica: esta relación se fundamenta en el criterio por el cual la ansiedad escénica en la interpretación musical se focaliza en una situación muy específica y determinada como podría ser tocar en una audición, tocar como solista, si el músico está acostumbrado a tocar en formaciones de mayor envergadura, etc. Esta descripción y acotación dimensional nos puede llevar a considerarla como una fobia específica, sobre todo si intentamos analizar un hecho importante, la posibilidad de que existan músicos que padezcan ansiedad escénica en la interpretación musical, sin por ello experimentar otro tipo de ansiedad a lo largo de su vida tanto profesional como personal. Ciertamente "...la ansiedad escénica musical puede ser focal, pero el actual estado del campo de estudio no permite todavía una respuesta empírica a esta pregunta" (Kenny, 2011, p.58). Es cierto que numerosos estudios realizados sobre la ansiedad al hablar en público arrojan conclusiones que podrían permitir pensar que los músicos pertenecen a un subtipo de ansiedad social, así como el hecho de que en muchos casos no hay patrones heredables identificados en los subtipos de la ansiedad social como el de la ansiedad a hablar en público, sino que se debería a factores más relacionados con lo situacional (Kenny, 2011). Lo cierto es, como veremos a continuación, que el elemento ocupacional y situacional es esencial en la ansiedad que padecen los músicos.

4. La ansiedad escénica en la interpretación musical y el estrés profesional: siguiendo la línea argumental antes expuesta podemos tratar de diagnosticar la ansiedad que padecen los músicos como una ansiedad debida a los factores determinantes en su profesión, ya que como afirma Sternbach (1995), las condiciones de trabajo de estos exceden el coeficiente de estrés con respecto a otras muchas profesiones. Esta situación se analiza desde varios aspectos:

a) En primer lugar, como realizamos en el apartado de la interpretación musical, establecemos el papel del intérprete y las necesidades de este en nuestra sociedad actual. Una serie de habilidades que se verán en mayor o menor medida influenciadas por la ansiedad propia de la actividad profesional. "Como los atletas, los artistas que interpretan en público deben mantener sus habilidades al máximo rendimiento, resistir muchas horas de práctica solitaria, repetitiva, constante autoevaluación sobre sus actuaciones y someter sus actuaciones en público a un escrutinio muy cercano." (Kenny, 2011, p.51). Nos encontramos ante una de las profesiones en la que la satisfacción en el trabajo es más alta, pero que simultáneamente

manifiesta unos mayores niveles de sintomatología de la ansiedad, como problemas de estómago, dolores de cabeza o trastornos del sueño, junto a un gran agotamiento (Kivimaki y Jokinen, 1994) y se nos presentan a los músicos como un grupo ocupacional con grave riesgo de muerte temprana y enfermedades mentales (Brodsky, 1996). Evidentemente, los problemas y peligros de la profesión musical no están exclusivamente relacionados con la ansiedad o los problemas derivados de la misma, ya que también se pueden citar factores posturales, problemas físicos, mala práctica o mala técnica entre otros. Como afirma Kenny (2011) los músicos son vulnerables a las lesiones, y el riesgo aumento con el número de horas de práctica.

b) Las relaciones sinérgicas que se crean en un grupo y lugar de trabajo, aunque no en todos los casos pueden influir evidentemente como en cualquier otra profesión, sobre todo en los ámbitos musicales en los que implique una colaboración necesaria entre varios individuos para la realización de la actividad musical.

c) El manejo de la actividad profesional y la vida personal, ya que en muchos casos esta se ve afectada por el trabajo. Como afirman Kenny y Ackermann (2009) los músicos tienen trabajos similares a los que funcionan con turnos, necesitan tener la posibilidad de viajar al lugar de las actuaciones, dejar a sus familias en las giras, deben ajustarse a los cambios horarios y a vivir en cuartos cercanos con sus colegas e iguales, además de la necesidad de gestionar la inseguridad financiera en muchos casos. Es curioso que, con independencia del tipo de música que el profesional realice, los estresantes son muy parecidos. Así, para los profesionales de la música popular podemos aislar como factores estresantes ocupacionales los siguientes: rechazo, incertidumbre financiera, ritmo de trabajo y de vida cambiante, asociado con las giras y promoción que a menudo compiten con las necesidades individuales, periodos de aburrimiento alternados con periodos de intenso trabajo, aislamiento de la familia y amigos, mayor exposición al alcohol y drogas, sexo despersonalizado en el viaje, incremento en la exposición a creencias patógenas sobre la creatividad que impliquen comportamientos autodestructivos o extremos, mayor exposición al público, críticas, o proyecciones culturales o deshumanización para convertirse en un objeto, conflictos entre los roles de la carrera y la familia, los elementos que implican estar en un negocio orientado a jóvenes, y los problemas de estar en un mercado que provoca conflictos entre la identidad

artística que el individuo desea tener y la aceptación comercial (Raedburn, 2007; Cooper y Willis, 1989).

Conscientes de la necesidad de encontrar nuevas definiciones del fenómeno, Kenny (2011) nos presentan una nueva definición (expuesta en el apartado anterior). Esta definición aborda el concepto desde una perspectiva dimensional múltiple que engloba todos los aspectos tratados. Considera esta ansiedad escénica en la interpretación musical como un elemento focal, es decir que puede ocurrir solo en la interpretación en público, pero también deja abierta la posibilidad a una relación con otros trastornos de ansiedad y particularmente con la fobia social. Defiende que esta es parcialmente independiente de los años de entrenamiento o del nivel musical, pero al abrir la posibilidad de la ansiedad condicionada si estamos haciendo referencia al condicionamiento por la acumulación de eventos negativos. Como veremos posteriormente se trata de una definición muy abierta que trata de abarcar todos los trastornos antes descritos en el diagnóstico: la fobia específica, la fobia social, la ansiedad generalizada, el estrés ocupacional e incluso la depresión como procesos que intervienen, desencadenan o potencian la aparición de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

2.6. La ansiedad escénica en la interpretación musical: epidemiología y estudios sobre el fenómeno a partir de los desórdenes de tipo ansioso.

Es evidente que, a pesar de que el campo de estudio de la ansiedad en el apartado musical es muy joven, desde mediados del siglo XX, el interés demostrado por numerosos autores sobre este campo ha ido aumentando. Todos los enfoques que han estudiado este aspecto musical lo han abordado desde una perspectiva puramente psicológica y en consecuencia, la casi totalidad de instrumentos de diagnóstico intentan analizar este fenómeno desde una visión patológica, o por lo menos basada en la presunción de que nos encontramos ante un trastorno psicológico. La comorbilidad que hemos ido estableciendo entre la ansiedad escénica en la interpretación musical y numerosos desórdenes ansiosos nos lleva a pensar que es muy importante encontrar una manera y un instrumento que nos permita diagnosticar e identificar claramente este proceso.

Sin embargo, no podemos olvidar, al intentar analizar el proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical, que se trata de un fenómeno muy concreto y centrado en una población con unas características muy particulares.

Afirmamos que la ansiedad y los trastornos relacionados con esta son los problemas de carácter mental que más afectan tanto a adultos como adolescentes y niños, de hecho algunos estudios afirman que alrededor del 29% de la población adulta afirma tener algún tipo de desorden ansioso, un 12% afirma padecer alguna fobia específica o fobia social a lo largo de su vida (Kessler, et al. 2005).

Como afirmaba anteriormente, la comorbilidad entre los trastornos es uno de los rasgos más comunes y muy importante en los desórdenes de tipo ansioso, pues como afirman Brown, O'Leary y Barlow (2001) los factores de vulnerabilidad típicos como el bajo índice de afecto positivo, tienen mucha relevancia para observar un alto grado de comorbilidad entre la ansiedad social y los trastornos del estado de ánimo.

Aunque analizaremos con más profundidad el tema en la investigación, señalaremos que las mujeres tienen una mayor posibilidad de desarrollar alguna forma de desorden ansioso en relación a los hombres (Gingsberg, 2004) y que al mismo tiempo, es importante comprender que, al abordar la fenomenología de los desórdenes ansiosos tengamos en cuenta que la ansiedad en los niños y adolescentes suele cambiar con la edad, pasando de una forma de presentación basada en la orientación familiar, generalizada y de carácter bien definido, a una presentación más centrada en lo interpersonal, de carácter más grupal definida y centrada en la preocupación, además de tener como característica definida en el caso de la ansiedad social, el aumento con la edad tanto en hombre como mujeres (Kashani, Orvaschel, Rosenberg y Reid, 1989).

Si consideramos a la ansiedad escénica en la interpretación musical como un desorden de tipo ansioso y con una gran comorbilidad en cuanto a sintomatología y fenomenología con la fobia o ansiedad social, se hace necesario analizar esta relación con detenimiento a través de la sintomatología.

La evidencia de que existe un proceso que afecta a los músicos en su actividad ante el público está ciertamente aceptado, tanto entre los profesionales de la música, como demás profesiones que se relacionan con este aspecto. Sin embargo, esta evidencia se tiene que fundamentar en datos objetivos que así lo demuestren.

Desde el principio de la literatura musical encontramos diversas referencias a este proceso, casi siempre a través de la manifestación por parte de los propios artistas. Este procedimiento de recogida de datos, bien sea directo o indirecto, es decir mediante otra persona, nos muestra un proceso muy difuso pero que afecta claramente al desarrollo de la actividad musical.

Si partimos de las cifras antes expuestas a cerca de la ansiedad, estaríamos tentados a afirmar, teniendo en cuenta la relación que hemos presentado sobre la sintomatología y descripción de los diferentes tipos de desórdenes de la ansiedad que más podrían parecerse al proceso que experimentan los músicos, que este proceso está dentro de estos ejes de diagnóstico propuestos tanto por el DSM-IV como por el CIE10. Sin embargo, como ya explicamos, no solo podemos limitarnos a aceptar este elemento, sin indagar más en el fenómeno. Partimos pues, de una premisa clara, "..., no todos los artistas sufren del mismo grado de ansiedad en la interpretación musical, o ciertamente informan del mismo nivel de estrés ocupacional, las diferencias individuales en un rango de características psicológicas son probablemente la explicación para variaciones en el grado en el que los músicos experimentan los síntomas. Sin embargo, ninguna categoría de artista está exento de la experiencia de la ansiedad escénica en la interpretación musical." (Kenny, 2011, p.85).

En la búsqueda por analizar este proceso observaremos que, dada a juventud del área de estudio, es muy difícil encontrar estudios fiables sobre el mismo y aún más complejo, instrumentos de diagnóstico. La mayor parte de la bibliografía y literatura a cerca de estudios que intentan analizar la epidemiología de la ansiedad escénica en la interpretación musical, los encontramos en el ámbito anglófono, aunque como veremos posteriormente también comienza a proliferar en los últimos años un interés por analizar la situación en otros ámbitos.

Como afirma la propia Kenny (2011), la principal fuente de datos que podemos encontrar son estudios sobre músicos de orquestas internacionales, pero tienen diversos inconvenientes, como son: la poca fiabilidad de los mismos estadísticamente, la imposibilidad de conseguirlos, poca información demográfica, además de centrarse casi exclusivamente en la sintomatología y no la relación del proceso con otros desórdenes de tipo ansioso. Sin embargo, encontramos diversos estudios que nos muestran una ansiedad escénica severa y persistente de entre un 15% a un 25% de los sujetos (Fishbein, Middlestadt, Ottati, Strauss y Ellis, 1998; James, 1997; van Kemenade et al., 1995). Un estudio realizado con orquestas de Holanda muestra como alrededor del 59% de los músicos sufren o han sufrido ansiedad escénica lo suficientemente molesta como para interferir en su actividad profesional (van Kemenade et al., 1995). Así mismo, “The International Conference of Symphony and Opera Musicians” (ICSOM) con un estudio en 48 orquestas informó que un 82% de los músicos de orquesta americanas experimentaron problemas médicos, de los cuales el 24% pánico escénico (la versión más aguda y grave de la ansiedad escénica en la interpretación musical), el 13% ansiedad, el 17% depresión, el 14% problemas de sueño y el 10% graves dolores de cabeza (Lockwood, 1989). Otro estudio, esta vez con 19 orquestas de Canadá (Bartel y Thomson, 1994) presentan cifras espectaculares, un 96% de los músicos presentan ansiedad relacionada con la actuación. Un estudio, dirigido y relatado por Stetpoe (2001), con una muestra de 1639 músicos arroja que el 70 % experimentan ansiedad antes de sus actuaciones, lo suficientemente molesta como para causar problemas en las mismas, un 67% sufrían un aumento de la frecuencia cardíaca, un 56% manos sudorosas, un 56% tensiones musculares, un 49% pérdida de concentración y un 46% temblores o sacudidas. Schuz (1981) nos muestra que un 58% de los músicos de la Orquesta Sinfónica de Viena, considerada como una de las más prestigiosas en el mundo, sufren estrés antes de una actuación. Un estudio sobre ocho de las mejores orquestas de Australia (Kenny, 2011) arroja datos sobre 357 músicos, el 44,8% muestra un aumento de la tensión antes o durante la actuación, el 41,2% sufre un aumento del ritmo cardíaco, sin embargo, el 43,4% afirman que podrían actuar bien en unas situaciones estresantes. Este dato es importante, ya que nos muestra la necesidad de abordar también el proceso desde una visión que no se limite al aspecto del desorden negativo. Como veremos y trataremos de explicar, la ansiedad no siempre es un elemento negativo, de ahí la importancia de comprender el fenómeno y analizar sus características y graduaciones en las que se convierte en un elemento negativo en la interpretación musical.

Como vemos, estos estudios se han llevado a cabo con músicos adultos y profesionales, principalmente pertenecientes a las orquestas, un entorno laboral muy definido y acotado, con unas características muy definidas. En todos, excepto el llevado a cabo con las ocho orquestas de Australia (Kenny, 2011), el porcentaje muestra como más de la mitad de los músicos sufren algún tipo de ansiedad que afecta negativamente a su actuación. Los datos incitan, cuanto menos, a analizar en profundidad los elementos que caracterizan esta ansiedad.

Una de las cuestiones que primero surgen sobre el problema es el momento en el que aparece esta ansiedad escénica en los músicos y sobre todo la razón por la cual no se trabaja durante el periodo de formación de los mismos para prevenir dicho problema. Es cierto que no podemos olvidar un elemento importante, como el hecho de que no todos los individuos que estudian música terminan ejerciendo como profesionales, ya que muchos se convertirán en músicos amateurs. Un estudio de Stetpoe y Fidler (1987) muestra que los estudiantes del Royal College of Music marcaron niveles más altos en una adaptación del “State- Trait Anxiety Inventory” de Spielberger (1983), que músicos de orquestas muy prestigiosas a nivel mundial, lo cual no significa que podamos extrapolar, como los mismos autores afirman que con el tiempo disminuye el grado de ansiedad. Un estudio Noruego de Kaspersen y Gotestam (2002) con estudiantes de Conservatorio muestra que el 36,5% presentan una ansiedad escénica en la interpretación musical suficiente para necesitar ayuda para soportarla, el 5,6% no informan de ansiedad antes de la actuación y el 8% no informan de ansiedad durante la actuación. Schroeder y Liebelt (1999) indican como un 22,8% de una muestra de 330 estudiantes alemanes de entre 20 y 23 años tienen altos niveles de ansiedad escénica en la interpretación musical. En otro estudio Wesner, Noyes y Davis (1990) nos muestran como de una muestra de 302 estudiantes de música, el 21% tienen altos niveles de ansiedad escénica musical y el 16% indican que el nivel de ansiedad tiene una influencia negativa en su carrera. Un estudio de Fehm y Schmidt (2005) arroja cifras de una muestra con individuos muy talentosos de entre 15 y 19 años, el 32% relata una ansiedad escénica que influye muy negativamente en su actuación, el 9,5% piensa que esta ejercerá una influencia negativa en su carrera y el 34% de los estudiantes sufren un nivel clínico de ansiedad escénica en la interpretación musical severo.

Es evidente que en el apartado de la formación se hace necesario también tener en cuenta que la ansiedad puede originarse en la edad más temprana del ser humano, es decir la niñez, por múltiples variables que intervienen en la formación del mismo. Por lo tanto también cabe la posibilidad de que este tipo de ansiedad aparezca desde esta etapa de la vida. Simon y Martens (1979) gracias a un estudio centrado en el la comparación entre exámenes, actividades deportivas y musicales con 749 niños de 9 a 14 años, pudieron observar que la mayor ansiedad la sufrían los niños que tocaban un instrumento. En un estudio de Wang (2001), sobre una muestra de 1033 estudiantes de primaria que realizan estudios musicales, el 23% sufren un alto grado de ansiedad escénica en la interpretación musical que dificulta su actuación. Ryan (1998, 2004, 2005) y Ryan y Boucher (2011) han estudiado la relación de los niños con la ansiedad escénica en la interpretación musical y ha podido establecer las siguientes conclusiones:

- Muchos niños, incluyendo edades entre 3 y 4 años muestran una serie de síntomas tanto psicológicos como físicos muy similares a los adultos, al igual que una relación entre autoestima, calidad de la actuación y ansiedad escénica en la interpretación musical.
- Muestran como varía la manera en la que se afronta la actuación según los géneros, ya que las niñas tienen un aumento paulatino del ritmo cardíaco, mientras que el de los niños se mantiene estable y sube durante la actuación de manera violenta, por encima del de las niñas.
- Al igual que en adultos, los niños sufren una mayor ansiedad en relación a la importancia con la que perciben la actuación, así con un estudio Ryan (2005) con 173 niños pudo concluir que el nivel de ansiedad crece el día de la actuación. Un estudio realizado por Ryan y Boucher (2011) con 66 niños de entre 3 y 4 años muestra como el nivel de cortisol está relacionado con el aumento de los comportamientos ansiosos. También demuestra que tras la segunda actuación el nivel de ansiedad es menor, lo cual nos permite pensar que una mayor exposición u oportunidades de actuación permitirían desarrollar un control sobre la ansiedad, quizás a través del desarrollo de las capacidades de manejo del estrés. “Este es un estudio importante, demostrando que las respuestas de ansiedad automática a situaciones de actuación están presentes desde la edad temprana y que estas experiencias de actuación pueden permitir bajar el patrón para las posteriores reacciones a las experiencias de actuaciones musicales a lo largo de la vida.” (Kenny, 2011, p.91).

Dentro de los estudios epidemiológicos llevados a cabo sobre la ansiedad escénica en la interpretación musical no debemos olvidar algunos que han establecido relaciones entre la misma y otros elementos que en apartados anteriores relacionamos con el fenómeno ansioso que describimos en los músicos. Kaspersen y Gotestam (2002) con una muestra de 126 estudiantes de conservatorio en Noruega nos permiten concluir una relación positiva entre la ansiedad escénica en la interpretación musical y el desarrollo de altos niveles de afectividad negativa. En otro estudio de Kokotsaki y Davidson (2003) con una muestra de 43 estudiantes vocales de la Guildhall School of Music, UK, mostraron diferencias entre los datos acerca de la ansiedad de rasgo entre hombre y mujeres, siendo más alto el de las mujeres, pero en general, los niveles de ansiedad escénica antes de la actuación estaban en niveles normales.

Es importante reseñar en este apartado, un estudio de Zarza (2012), quizás el único realizado en España sobre la ansiedad escénica en la interpretación musical, empleando uno de los inventarios realizados por la profesora D. T. Kenny, el Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI) (Kenny et al., 2004), para relacionar la ansiedad escénica con el optimismo, mediante la aplicación del anterior inventario y el Life Orientation Test- Revised, LOT-R. Con una muestra amplia de 490 estudiantes de Grado Superior en España concluye que en este país también está presente la ansiedad escénica en la interpretación musical, que existe una relación entre el pesimismo y la ansiedad escénica en la interpretación musical, así como determinadas variables, pero también nos presenta una relación evidente entre la ansiedad y la indefensión, así como las cogniciones específicas relacionadas con la actuación musical.

La relación entre la ansiedad escénica y el estrés ocupacional se ha tratado anteriormente, pero son numerosos los estudios que han abordado esta relación como el realizado por Stetpoe (2001) que nos muestra las variables que afectan al trabajo del músico. Tres estudios han tratado de relacionar la ansiedad escénica en la interpretación musical con la ansiedad de rasgo (Cooper y Willis, 1989; Kenny et al., 2004; Stetpoe, 1989). Los resultados de Stetpoe (1989) muestran que el estrés de la carrera está relacionado con el pánico escénico. También los resultados de Kenny et al. (2004) incitan a pensar que el estrés ocupacional es un elemento que es necesario abordar separadamente con respecto a la ansiedad de rasgo y la ansiedad escénica en la interpretación musical como elemento

concreto de la actuación. En cuanto al estudio de Cooper y Willis (1989) permite concluir que, con independencia del estilo de música, el estrés ocupacional representa un elemento común en la vida de los profesionales que se dedican a la interpretación en público.

Es importante también en este apartado de la epidemiología hacer una breve reseña, ya que también se insistirá en este elemento posteriormente, sobre la relación epidemiológica que existe entre el perfeccionismo y la ansiedad escénica en la interpretación musical, ya que estudios como el de Mor, Day, Flett y Hewitt (1995) muestran como los músicos profesionales con un alto grado de perfeccionismo musical, un estándar de perfección social y un escaso control personal que debilita, sufren un alto grado de ansiedad escénica en la interpretación musical, ansiedad somática y menos satisfacción que individuos que no tienen estos altos niveles de exigencia. Es importante comprender la necesidad de una exigencia acorde con la satisfacción por la consecución de los objetivos propuestos. Las teorías que nos hablan del concepto de “Flow” (Csikszentmihalyi, 1997) nos presentan un elemento esencial en el desarrollo de la ansiedad, la adecuación de las habilidades a los objetivos, siendo esta una vía para poder aspirar a conseguir una satisfacción en cualquier trabajo y en especial en el referente a la interpretación musical en público. Sinden (1999) con una muestra de 138 instrumentistas de nivel universitario demostró la relación existente entre el concepto de perfeccionismo y la ansiedad escénica en la interpretación musical. Kawamura, Hunt, Frost y DiBartolo (2001) relacionaron en otro estudio la ansiedad social, la ansiedad de rasgo y la preocupación con el perfeccionamiento mal-adaptativo. Kenny et al., (2004) también indican datos que relacionan el perfeccionismo con la ansiedad de rasgo. Stober y Eismann (2007) con una muestra de 146 adolescentes, dotados de un talento musical, examinaron diferentes dimensiones del perfeccionismo: reacciones negativas ante la imperfección, la exigencia de la perfección, la preocupación por la perfección y la presión exterior de los padres y profesores hacia la perfección. Los resultados del estudio mostraron una relación evidente entre los cuatro factores, pero además, que a partir de la adolescencia, los individuos interiorizan tanto la presión y demanda de perfección, que no necesitan ningún tipo de motivación externa. Quizás sería también interesante analizar el estudio antes citado de Zarza (2012) para comprender que la motivación está relacionada con el optimismo, y quizás, por lo tanto está relacionada con la interiorización de las presiones en busca del concepto de perfección. Es importante comprender el origen de las expectativas que uno tiene y la presión que sobre uno

mismo se está ejerciendo, ya que es uno de los factores que analizaremos como generadores de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

En cuanto a los estudios que relacionan la ansiedad con la fobia social o ansiedad social y los desórdenes de pánico ya han sido tratados anteriormente y muestran una clara relación entre los diferentes elementos presentados como características a tener en cuenta en el fenómeno de la ansiedad escénica en la interpretación musical y la epidemiología observable en el ámbito de la interpretación musical. Citaremos de nuevo el realizado por Gorges et al., (2007) en el que con una muestra de 142 instrumentistas clásicos, estudiantes y profesionales, evaluaron si el perfeccionismo, la atención focalizada en uno mismo y el ensimismamiento eran características relacionadas con la ansiedad social y la ansiedad escénica en la interpretación musical, además de las características típicas del comportamiento que se producen en estos individuos. Estudios (Cox y Kenardy, 1993; Osborne y Franklin, 2002) muestran solo una relación importante entre la variable de la ansiedad social, centrada en la ansiedad escénica, con la ansiedad escénica en la interpretación musical, pero no con el resto de componentes. Es necesario analizar, como hicimos anteriormente, la relación de la ansiedad social y la ansiedad en la interpretación musical, pues se fundamenta en algunos elementos, pero no podemos extrapolar, como afirmamos anteriormente, que la ansiedad escénica en la interpretación musical sea una fobia o una ansiedad social, ya que esto sería obviar elementos que la diferencian y caracterizan como proceso particular.

3. Los instrumentos de diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Es evidente, que dado que el campo de estudio de la ansiedad escénica en la interpretación musical es bastante reciente, si se compara con otras áreas de la ansiedad ya muy analizadas, comprendemos que son pocos los instrumentos diseñados para su diagnóstico. Además, a aquellos que se diseñasen con la finalidad de estudiar la ansiedad escénica en la interpretación musical, todavía les falta un largo recorrido para otorgarles un valor de reconocimiento histórico, que no estadístico, el cual pueden ya tener.

En la mayoría de los estudios que han tratado de analizar el fenómeno de la ansiedad escénica, comprobamos que, se han empleado otros instrumentos de diagnóstico, diseñados para analizar y diagnosticar un proceso, o bien diferente al que hemos ido presentando, que se centraba en alguna particularidad del fenómeno, o que trataba de asociarlo con otros elementos.

Una vez que hemos definido la ansiedad escénica en la interpretación musical y la hemos encuadrado dentro de las teorías de la ansiedad, las cuales poseen unos instrumentos para su diagnóstico y análisis, y hemos definido claramente las necesidades y cualidades del intérprete y de la interpretación musical actual, estamos en condiciones de analizar los instrumentos que mejor se adapten para diagnosticar el proceso y su dimensión. Esto implica, en primer lugar, comprender las necesidades que deberán cumplir estos o este instrumento.

3.1. Características para medir la ansiedad y las posibles aplicaciones a la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Si tenemos en cuenta las características principales del fenómeno que tratamos de estudiar y las asociamos con las características que un profesional experto debe poseer para llevar a cabo la actividad que estamos exponiendo, comprenderemos aquellos elementos susceptibles de ser medidos para poder establecer un diagnóstico.

Dado que la ansiedad escénica en la interpretación musical es ante todo un estado diagnosticable dentro de los procesos de trastorno mental de ansiedad, aunque no esté claramente relatado como uno de estos, es susceptible de emplear algunas de las características que coincidan.

Al igual que en otros procesos de tipo ansioso son varios los componentes del fenómeno que analizaremos:

1. La activación fisiológica, es decir, todo aquel síntoma que muestre un cambio en el estado fisiológico del individuo. En este punto podemos recurrir al diagnóstico sintomatológico propuesto en el CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992) para la fobia social o ansiedad social y la fobia específica. Se trata de una lista muy amplia, la cual permite comprender la variabilidad en la que este proceso se manifiesta, en función del individuo.
2. Las emociones o sentimientos de malestar: estos, evidentemente son de tipo subjetivo y hacen referencia a las emociones y procesos que afectan y se desarrollan con la ansiedad. No olvidaremos, como ya explicamos anteriormente, que la ansiedad es un proceso compuesto de una gran constelación de emociones que afectan al individuo y cuyos orígenes son muy diversos.
3. Trastornos en la cognición: a través de numerosos procesos cognitivos que influyen negativamente en el proceso intelectual, que permite realizar adecuadamente la actividad que se pretende, como la preocupación, el temor o la obsesión reflexiva.
4. Comportamientos en público: aquellos comportamientos, de carácter exagerado que nos muestran problemas en la actuación o actividad que se quiere llevar a cabo, como temblores, problemas posturales, tensiones musculares, etc.
5. Expresión de la ansiedad: este último concepto aportado por Kenny (2011) hace referencia a la forma en la que se expresa la ansiedad. Basada en la teoría polivagal de Porges (2001, 2007), presenta un comportamiento de los individuos altamente ansiosos y la expresión que de la ansiedad hacen estos, sin ceñirse a los patrones que se generalizan, es

decir que no parecen ansiosos, ya que expresan este estado de una forma diferente, como pérdida de concentración, no muscularmente, sino de una manera mucho más sutil.

Teniendo en cuenta estos cinco parámetros que pueden definir la manifestación de la ansiedad, estamos en condiciones de afirmar como la propia Kenny (2011) hace, que existen tres maneras de evaluar la ansiedad y por lo tanto también la ansiedad escénica, que son:

1. Evaluación psicofisiológica: es decir a través de la sintomatología corporal.
2. Auto-informe: en el cual, mediante cuestionarios, inventarios, listas o entrevistas podremos analizar y evaluar los estados que afectan y los procesos cognitivos del individuo.
3. La observación del comportamiento: que nos permitirá evaluar los comportamientos en público, pero también el famoso apartado de la expresión más sutil de la ansiedad.

Es necesario comprender que “es importante anotar que estas formas de evaluación no son intercambiables” (Kenny, 2011, p.94). La lógica podría inducir a pensar que la aplicación de cualquiera de los tres sistemas sería adecuado, pero lo cierto es que la correlación entre las variables fisiológicas y la autoevaluación o auto-información es de 0.38 (Craske y Craig, 1984) lo cual es muy pobre. Esto quizás es debido a la necesidad de aprobación y presión social a la que un individuo está sometido y más en profesiones que impliquen una relación con el público y una exposición. Si es cierto que cuanto mayor o más severa es la ansiedad, más aumentan las variables, como afirman los autores anteriores. Esto nos permite pensar que los tres sistemas de medición son compatibles pues, pero no intercambiables. Es factible aceptar que en un ámbito formativo que trate el problema, no como un elemento superfluo, sino como una característica del músico en la que se necesita intervenir de manera adecuada, para la realización de un buen diagnóstico, sería aconsejable emplear los tres sistemas. Estudios realizados por Weinsberg, Schartz y Davidson (1979) muestran como la discordancia entre los sistemas de medición no es tal como parece, ya que incluyendo un grupo social de individuos que sienten presión social, pudieron concluir lo siguiente: los individuos con ansiedad de rasgo baja tienen una activación fisiológica menor que los individuos con ansiedad de rasgo real, pero el grupo de individuos que trataban de proponer una visión personal más adecuada son los que mayor activación fisiológica tenían. Es decir que la relación es justificable, si entendemos a este tercer grupo de individuos como altamente ansiosos pero que tratan de ocultarlo.

Uno de los síntomas más relacionados con la ansiedad escénica en la interpretación musical es la hiperventilación. Sin embargo, un estudio de Studer, Danuser, Hildebrand, Arial y Gomez (2011) con 67 músicos universitarios de Suiza, muestra unos datos muy significativos sobre la relación entre ansiedad escénica en la interpretación musical y la sintomatología fisiológica asociada a la hiperventilación y aumento cardíaco. Mediante el empleo de cuestionarios de autoevaluación, tanto afectiva (STAI-S) (Spielberger, 1983) como fisiológica (Nijmegen Questionnaire, una lista de 14 síntomas de hiperventilación) (van Dixhoorn y Duidenvoorden, 1985), se dividió a la muestra en dos grupos, muy ansioso y poco ansiosos. A ambos grupos se les realizaron medidas de activación cardio-respiratoria y no hubo diferencias en el punto de partida de ambos grupos, tampoco en los momentos anteriores a la actuación en público, lo cual podría refrendar los datos aportados por Craske y Craig (1984). Los resultados parecen mostrar que la relación entre la ansiedad escénica en la interpretación musical y el desafío es alto, ya que los músicos con altos índices en el STAI-S tenían una percepción del aumento en los síntomas fisiológicos entre las actuaciones sin y con público, mientras que en los individuos con puntuaciones bajas en el STAI-S no se apreciaban cambios significativos. En la actuación ante público los individuos con más ansiedad escénica en la interpretación musical tienden a hiperventilar, los que tienen una baja ansiedad a hipo-ventilar y los moderados muestran ambas respuestas.

Como observamos, es muy difícil asociar instrumentos de mediada en los que implique una recolección de datos por parte de los propios individuos, ya que implican muchos aspectos, pero además no olvidaremos que la ansiedad escénica en la interpretación musical es un proceso muy complejo. La necesidad de un diagnóstico obliga a crear un instrumento de diagnóstico adecuado. Ni siquiera, el empleo de varios asociados, como estamos viendo, nos garantiza un diagnóstico infalible. Además hay que tener en cuenta la dificultad evidente para realizar un diagnóstico siguiendo procedimientos como en el anterior estudio, ya que se necesita una gran cantidad de material y tiempo.

La importancia de evaluar la ansiedad escénica en la interpretación musical debe consistir en tratar de combinar la autopercepción, ya que es un proceso altamente basado en la emoción subjetiva, con la realidad sintomatológica. Los casos más severos de ansiedad escénica en la interpretación musical se enmarcan evidentemente dentro de una patología y

por lo tanto deberán ser tratados desde una perspectiva más clínica. Sin embargo, el aspecto más difuso se presenta en los individuos que sufren una ansiedad escénica en la interpretación musical que influye negativamente en su actividad, pero sin llegar a ser el denominado “pánico escénico”. La evaluación de estos casos y su estudio es el que más nos interesa, ya que se trata del más generalizado y a la vez el que menos se puede diagnosticar, al no ser tan extremo como el clínico.

Aunque volveremos a tratar el tema más adelante en la investigación, es esta una de las razones, sin por ello descartar otras metodologías de evaluación, la que nos decanta, para la recogida de datos a través de un instrumento de medición de auto-informe, el más adecuado para este proceso, por su simplicidad de aplicación, la eficacia bastante adecuada en la relación de lo que el individuo percibe y lo que esta percepción implica en su actuación, más que en la relación entre lo que el individuo percibe y la realidad del estado. Además, este mismo instrumento permitirá diagnosticar aquellos casos más complejos o severos y susceptibles de ser tratados clínicamente.

3.2. Evaluación y medición de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Partiendo de las premisas anteriores, Kenny (2009, 2011); Kenny, Fortune y Ackermann (2009) nos presenta unos estudios en los que podemos observar las causas que, tanto para músicos profesionales de Australia, como estudiantes de Nueva Zelanda provocan ansiedad escénica en la interpretación musical por orden de preferencia. A continuación presentamos la tabla de resultados de ambas muestras, la de 151 estudiantes de música de enseñanza superior de Nueva Zelanda y la de 357 profesionales de las orquestas australianas (Kenny, 2011).

Tabla 3.1. Causas de ansiedad escénica musical. Kenny (2011).

Todas las causas de ansiedad escénica musical						
	Estudiantes de música y danza (n=151)			Profesionales de música de orquesta (n=357)		
	Número alumnos	%	1° en Ranking	Número alumnos	%	1° en Ranking
Presión de uno mismo	100	66,2	21,2	297	88,1	29,4
Preparación inadecuada para la actuación	75	49,7	16,4	205	62,5	18,9
Escasez general de confianza en uno mismo*	64	42,4	8,6	192	59,1	8
Intentar un repertorio demasiado difícil	64	42,4	7,3	205	61,7	9,7
Excesiva activación física antes o durante la actuación	63	41,7	7,3	258	77,7	11,7
Mala experiencia de actuación	50	33,1	7,3	257	77,4	9,4
Preocupación por la reacción de la audiencia/Miedo a la evaluación negativa *	71	47	6	228	67,5	9,2
Defectos técnicos que causan dudas	83	55	4	237	71,8	8,3
Preocupación por la fiabilidad de la memoria	71	47	4	187	56,8	9,5
Pérdida de confianza en sí mismo como músico	46	30,5	4	163	51,3	11,2
Pensamientos negativos/Preocupación por la actuación	63	41,7	3,3	252	75,9	14,2
Mala o negativa crítica de la actuación *	33	21,9	2,6	104	32,9	3,8
Alto nivel general de autoconciencia	45	29,8	2	176	54,5	4,7

Tendencia a ser ansioso en general, no solo en la actuación	28	18,5	2	119	36,1	16,8
Presión de o al competir con colegas, otros músicos	53	35,1	1,3	195	59,8	8,7
Baja autoestima general	21	13,9	0,7	111	35,1	8,7
Apoyo inadecuado de personas cercanas a ti	18	11,9	0,7	87	27,3	12,9
No saber cómo gestionar la activación fisiológica	34	22,5	0	149	46,1	23,5
No saber cómo gestionar los pensamientos negativos/preocupación sobre la actuación	33	21,9	0	144	45,1	8,5
Presión del profesor **	28	18,5	0			
Presión de los padres	17	11,3	0	37	11,7	3,3
Problemas físicos***				146	43,7	16,5
Presión del director o el primero de la sección ***				141	43,1	8,9

*Ítems que varían en su presentación entre ambas muestras

**Solo aparece en la muestra de los estudiantes

***Solo aparece en la muestra de los músicos profesionales

El análisis de los datos aportados por los estudios nos permite comprender los elementos que los músicos, tanto estudiantes como profesionales, perciben como generadores de ansiedad. La importancia de estos elementos reside en que, dado que la manera más conveniente para un análisis de la ansiedad, en nuestro caso, es la recogida de datos mediante cuestionarios o inventarios de autopercepción, estos datos nos facilitan un punto de partida esencial.

Ambas muestras, una con el 66,2% y la otra con el 88,1% coinciden en que la presión sobre uno mismo es uno de los factores esenciales que influyen en la ansiedad escénica que padecen los músicos, confirmando la implicación de elementos que tienen que ver con la psicología del individuo. Es necesario comprender y analizar las teorías de la ansiedad que

nos relacionen la ansiedad de rasgo, es decir la personalidad, como hicimos en apartados anteriores.

Relacionado con este aspecto de la personalidad están conceptos importantes con un alto porcentaje, como son la mala experiencia de actuación o los pensamientos negativos/preocupación por la actuación, que hacen referencia directa a las experiencias previas del individuo y a la preocupación. La excesiva activación fisiológica también se presenta como un elemento que provoca una conciencia del fenómeno de la ansiedad y por lo tanto de los problemas que está causando en la interpretación.

Elementos técnicos o de repertorio también son tenidos en cuenta por los individuos, lo cual está relacionado con la conciencia de uno mismo y sus habilidades, siendo evidente que una mala preparación ante la actividad es garantía de ansiedad. Lo importante de este dato es el aumento de la conciencia sobre la necesidad de una adecuación de las capacidades a la actividad cuanto más se profesionaliza la actividad. También está muy presente y relacionada con las teorías de la ansiedad, la preocupación por la fiabilidad de la memoria en el momento de la actuación. Todos los elementos que tienen que ver con la conciencia y la percepción, tanto personal como de los demás, aumentan con la experiencia, la ansiedad escénica en la interpretación musical aumenta con la exigencia y con la expectación ante la actividad que de los intérpretes se espera. La edad es una variable importante en tanto en cuanto nos va a especificar el número de experiencias pasadas y el grado de perfección que se exige.

Además, los datos confirmarían la necesidad de medir la ansiedad a partir de diferentes perspectivas, como pudimos explicar anteriormente, a partir de la sintomatología psicofisiológica, la autoevaluación psicológica y la observación personal, ya que nos referimos a cuestionarios o inventarios de auto-informe. Estas variables en la medición de la ansiedad nos permitirán estudiar los aspectos que subyacen en el fenómeno.

3.3. Instrumentos de diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Si partimos de la premisa de considerar la ansiedad escénica en la interpretación musical como un tipo, específico y particular de ansiedad social, en especial por sus características de diagnóstico, más que por las características propias del fenómeno, hasta el momento en el que se presente una clasificación específica dentro de los trastornos de ansiedad, podríamos analizar los inventarios o cuestionarios más empleados para medir la ansiedad social relacionada con la actuación en público, sin embargo hacemos referencia a un fenómeno concreto y con unas características particulares. En los últimos años se ha tratado de desarrollar más la investigación en este apartado de la psicología musical. A continuación presentaremos los resultados encontrados.

Con una revisión de la bibliografía en español, afirmamos que no hay ningún instrumento originalmente creado en esta lengua para medir y evaluar la ansiedad escénica en la interpretación musical con el que se hayan realizado estudios concluyentes sobre su fiabilidad. Esto es normal, si tenemos en cuenta que en lengua inglesa el campo del diagnóstico de la ansiedad escénica en la interpretación musical todavía está en pleno desarrollo. Como afirma Kenny (2011) “Una revisión de la literatura de investigación en lengua inglesa identificó 20 instrumentos de medición de la ansiedad escénica musical mediante el auto-informe, desarrollados para proyectos específicos con estudiantes o músicos adultos.” (Kenny, 2011, p.96). Esto nos permite comprender la dificultad para encontrar algún estudio realizado en lengua española, aunque si exista algún relacionado con el tema, como veremos posteriormente. Tras realizar una revisión de la literatura en lengua española, a través de SCIRUS, MEDES, MEDLINE, DIALNET, PsicINFO, la realidad es que si comienzan a existir algunos estudios en nuestra lengua, encaminados a analizar y comprender el fenómeno de la ansiedad escénica en la interpretación musical. El realizado por Zarza (2012), en la Universidad de Zaragoza, quizás el único realizado en España, empleando uno de los inventarios realizados por la profesora Kenny et al. (2004), el Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI) y el Life Orientation Test- Revised, LOT-R. con una muestra amplia de 490 estudiantes de Grado Superior en España. También podemos encontrar uno realizado sobre ansiedad escénica musical en estudiantes de flauta travesera en

el que emplean el Performance Anxiety Questionnaire (PAQ) (Herrera y Manjón, 2013, p43-55). También Conde (2004) nos presenta un estudio con alumnos de la Universidad que estudian la carrera de Magisterio. Otro estudio realizado en Chile por Marinovic (2006) hace también referencia a la utilización de un cuestionario auto-aplicado. Sin embargo, destacaremos que para este estudio también se realizaron una serie de entrevistas personales, lo cual vendría a apoyar la posibilidad de analizar la ansiedad escénica mediante diferentes instrumentos y metodologías, toda ellas complementarias pero no intercambiables.

En cualquier caso, es evidente que los inventarios, cuestionarios y/o escalas, cuya función sea medir la ansiedad escénica en la interpretación musical y que estén en nuestra lengua, tienen todavía un amplio recorrido para alcanzar una validez y fiabilidad aceptable. Sin embargo, no olvidaremos que en el caso de Zarza (2012) se trata de la adaptación de un instrumento creado en lengua inglesa (Kenny et al., 2004). Quizás es este el camino más lógico, la adaptación de instrumentos ya existentes, como ocurre en los desarrollados en lengua inglesa.

Osborne y Kenny (2005) nos presentan una lista de los instrumentos para medir la ansiedad escénica en la interpretación musical que se han empleado en proyectos con estudiantes y adultos, asociado a los autores en los que se citan.

Tabla 3.2. Instrumentos de medida para la ansiedad escénica citados por Osborne Kenny (2005).

Abreviación	Medida	Cita
AAS-MAS	Adaptative-Maladaptive Anxiety Scale	Wolfe (1989)
AATS	Achievement Anxiety Test Scale	Sweeney y Horan (1982)
AD	Anxiety Differential	Sweeney y Horan (1982)
K-MPAI	Kenny Music Performance Anxiety Inventory	Kenny et al.(2004)
MPAS	Music Performance Anxiety Scale	Wolfe (1989)
MPAQ	Music Performance Anxiety Questionnaire	Lehrer et al. (1990)
MPSS	Music Performance Stress Survey	Brodsky, Sloboda, y Waterman

		(1994)
MQ	Musician's Questionnaire	Willis y Cooper (1988)
PAI	Performance Anxiety Inventory	Nagel, Himle y Papsdorf (1989)
PASSS	Performance Anxiety Self-statement Scale	Kendrick, Craig, Lawson y Davidson (1982)
PAQ-CK	Performance Anxiety Questionnaire-CK	Cox y Kenardy (1993)
PAQ-WND	Performance Anxiety Questionnaire-WND	Brodsky et al.. (1994)
PI	Performance Inventory	Kubzansky y Stewart (1999)
PPAS	Piano Performance Anxiety Scale	Sweeney y Horan (1982)
PRCP	Personal Report of Confidence as a Performer	Appel (1976)
SES	Self-efficacy Scale	Craske y Craig (1984)
SEQ	State Emotion Questionnaire	Kubzansky y Stewart (1999)
SFRS	Stage Fright Rating Scale	Neftel et al. (1982)
SSQ	Self-statement Questionnaire	Stetpoe y Fidler (1987)
TAS	Trait Anxiety Scale	Wolfe (1989)

Es importante explicar, como las propias autoras hacen en su artículo, que algunos de los instrumentos de medida son específicos para algún instrumento musical, como el PPAS (para el piano), el SFRS (para instrumentos de cuerda). Con la excepción de tres de los instrumentos, el MPAQ; PASSS; SEQ, el resto miden la ansiedad escénica musical como una ansiedad de rasgo, a través de diferentes contextos de actuación y casi siempre empleando una sub-escala del Spielberger's State –Trait Anxiety Inventory (Spielberger, 1983), o en su defecto otras escalas que permitan medir la ansiedad de rasgo en determinados momentos, principalmente en la actuación del músico.

La mayor parte de las escalas, incluidas las anteriores están adaptadas, como decíamos anteriormente, de otras ya existentes y que se empleaban para otros fines diferentes a la medición de la ansiedad escénica en la interpretación musical. La PRCP es una adaptación de Personal Report of Confidence as a Speaker (Paul 1966); PAQ es una adaptación del

Cognitive-Somatic Anxiety Questionnaire (Schwartz, Davidson, y Goleman, 1978) citado en Cox y Kenardy (1993); PAI está basado en el Spielberger's Test Anxiety Inventory (Spielberger, 1983) citado en Nagel, et al., (1989); y por último, la AATS de (Alper y Haber, 1960) fue modificado por Sweeney y Horan (1982) y a partir de la misma, también Wolfe (1989) creó la AAS-MAS.

“Solo el K-MPAI, PRCP y PAI miden los tres componentes: cognitivo, comportamental y fisiológico, que ahora se acepta comúnmente componen la ansiedad escénica musical y otros desórdenes ansiosos...” (Kenny, 2011, p. 96). Como afirmamos anteriormente, Tanto el Personal Report of Confidence as a Performer (PRCP) de Appel (1976), como el Performance Anxiety Inventory (PAI) de Nagel et al. (1989) están basados en otras escalas que no se diseñaron originalmente para medir la ansiedad escénica musical. De los tres, solo el Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI) de Kenny et al. (2004) y su revisión (Kenny, 2009) fue diseñado específicamente para medir la ansiedad escénica musical a partir de los componentes de la teoría emocional de los desórdenes ansiosos de Barlow (2002), incluyendo esos tres aspectos citados anteriormente (cognitivo, comportamental y fisiológico) para intentar medir y comprender el fenómeno desde todas sus perspectivas. Es por esta razón, que uno de los elementos más destacados del K-MPAI es la posibilidad de medir el componente de la vulnerabilidad psicológica que está implícito en el fenómeno que afecta a los músicos.

Es importante señalar que, de todos los instrumentos enumerados anteriormente, solo cinco han sido publicados para facilitar estudios futuros (K-MPAI; MQ; PAI; PAQ-COX y Kenardy, 1993 y PAQ-Wesner et al., 1990). También se ha facilitado el análisis factorial de los estudios realizados con el MPAQ, AAS-MAS y TAS. Sin embargo, ni siquiera el K-MPAI revisado de Kenny (2009) se ha publicado todavía. Ninguno de los instrumentos, siguiendo los criterios de McCauley y Swisher (1984) que presentan algunos criterios mínimos que deben considerarse para evaluar, muestran que las bases psicométricas de las que se informan con estos instrumentos son limitadas. Muy pocos presentan test-retest o fiabilidad interna. Los muestreos de muchos de los estudios son muy escasos (entre 20 y 30 individuos). Ninguna de los instrumentos satisface los nueve criterios presentados en el estudio, sin embargo “...el K-MPAI reúne la mayoría de los criterios y muestra las mejores propiedades psicométricas.” (Kenny, 2011, p.97).

Otra de las ventajas que atribuimos al K-MPAI es que se han realizado numerosas revisiones y los estudios se han ido ampliando, además de contar, como presentamos anteriormente en este apartado, con un estudio realizado en nuestro país y una adaptación del mismo para el estudio del fenómeno en adolescentes, el MPAI-A (Osborne y Kenny, 2005). Nos encontramos ante un instrumento de diagnóstico, que ha demostrado una fiabilidad interna, basado en una teoría consistente y que nos sirve para medir la ansiedad escénica en la interpretación musical desde una perspectiva que englobe los factores esenciales del fenómeno (cognitivo, fisiológico y comportamental).

3.3.1. Desarrollo, validación y descripción del Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI).

“Se basa principalmente en la siguiente premisa: El modelo de ansiedad de Barlow podría tener un valor heurístico en la comprensión de la ansiedad en la actuación escénica general y la ansiedad escénica musical (MPA) en particular.” (Kenny et al., 2004, p.758). Este modelo se basa en el desarrollo de la ansiedad a través de tres tipos de vulnerabilidad diferentes: la vulnerabilidad biológica (heredada), la vulnerabilidad psicológica general (basada en las experiencias y la pérdida de control) y la vulnerabilidad psicológica específica de los estímulos y que se adquiere a través de procesos de aprendizaje.

También se tuvo en cuenta, el estrés ocupacional como un elemento importante para analizar y diferenciar de los síntomas de la ansiedad escénica musical. Por último destacaremos que se tuvieron en cuenta las diferencias individuales en el rango de características psicológicas de los individuos, tanto para la medición de la ansiedad escénica como del estrés ocupacional. Como demostraron Craske y Craig (1984), la relación entre altos niveles de ansiedad de rasgo y los componentes tanto somáticos como cognitivos de la ansiedad escénica en los músicos está clara, sobre todo en situaciones que impliquen una evaluación de la actuación por expertos y estas se dan sobre todo en situaciones relacionadas con el trabajo. Además es evidente que los músicos con un mayor nivel del concepto de perfección personal, tanto musical como social, están más expuestos a una ansiedad debilitadora.

Otro de los elementos relacionados con el estrés ocupacional son las necesidades de la interpretación musical escénica, ya que implica la adquisición de un alto grado de habilidades en diferentes áreas como son la destreza motora, coordinación, atención y memoria, conocimientos estéticos y habilidades interpretativas (Kenny et al., 2004) y para adquirirlas es necesario, o está implícito una personalidad con alto rasgo perfeccionista.

En el primer estudio realizado por Kenny et al. (2004) con el K-MPAI, el objetivo es explorar las inter-relaciones entre la ansiedad escénica en la interpretación musical, el estrés ocupacional, la ansiedad de estado y la de rasgo, además de la relación con el perfeccionismo y la ambición en un grupo de músicos de coral. La muestra fue (n=32) aunque se invitó a más participantes. Las edades fueron entre 28 y 61 años es decir, una media de 41,39. La muestra la compusieron por géneros 11 hombres (34,4%) y 21 mujeres (65,5%). Los materiales empleados para el estudio fueron los siguientes: Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (STAI-S; STAI-T; Spielberger, 1983); CK-MPA, escala de Cox y Kenardy (1993) para medir la ansiedad escénica, aunque modificando la escala original y separándola en una escala para solista (CK-MPAS) y otra para coral (CK-MPAC); Occupational Stress Inventory-Revised (OSI-R de Osipow, 1998); Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI) y la Frost Perfectionism Scale (FROST-PE) desarrollada por Frost et al. (1990) y reducida a 17 ítems para este estudio.

Realizaron análisis de fiabilidad que implicaron calcular el alfa de Cronbach, la correlación entre los ítems y la eliminación de los ítems que daban negativo o casi cero en cada uno de los instrumentos. Para el K-MPAI el alfa de Cronbach fue .922. y al inspeccionar la correlación de los ítems hubo tres que revelaron problemas al ser negativos y estos fueron eliminados, para que el rango de correlación de todos los ítems se situase entre .347 y .899. y que el instrumento tuviera un alfa de Cronbach de .944.

Tras realizar los ajustes necesarios en las escalas que demostraron una buena fiabilidad interna, FROST-PE alfa de Cronbach .82 y con la revisión .84; CK-MPAS alfa de Cronbach .95 y CK-MPAC alfa de Cronbach .94 y tras la revisión .96. Con las escalas revisadas, excepto la STAI, ya que es un instrumento normativizado y comercializado, se realizaron análisis. Los resultados del K-MPAI arrojaron una media de 54.21, una desviación

estándar de 34.21 una puntuación mínima de 3 y máxima de 111 y al separar por géneros obtenemos los siguientes datos:

Tabla 3.3. Datos del K-MPAI. Kenny (2011).

	Media	Desviación estandar	Mínimo	Máximo
Mujeres	59,48	35,99	3	111
Hombres	40,38	26,06	11	97

Además de los datos aportados por el K-MPAI, algunas de las conclusiones arrojadas son que existen diferencias por género y que las mujeres suelen tener puntuaciones más altas, excepto en el PSQ (Personal Strain) una sub-escala del OSI-R. En cuanto a las correlaciones, las puntuaciones de la escala K-MPAI estuvieron significativamente bien correlacionadas con las sub-escalas del STAI y las dos escalas del CK-MPA, así como de la FROST-PE. También estaba positivamente correlacionada con la PRQ (sub-escala del OSI-R) y correlacionada significativamente de manera negativa con la PSQ (sub-escala del OSI-R). Mediante los análisis de regresión y de sub-grupos se llegó a algunas conclusiones como que los aspirantes a una carrera como solistas tienden a ser más ansiosos que los que no aspiran a esa carrera, lo cual tiene una clara orientación hacia el aspecto ocupacional de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

“Esta muestra de cantantes de coro operístico de élite demostró una mayor ansiedad de rasgo que una muestra normal.”(Kenny et al., 2004, p.770). A pesar de que los datos sobre el estrés ocupacional y el estrés personal también son altos, los análisis y resultados del estudio llevan a pensar que el estrés ocupacional no contribuye en el nivel de la ansiedad escénica en la interpretación musical experimentado, lo cual como Kenny et al. (2004) afirman, implica que debe ser analizado y considerado de una manera diferente a los elementos que generan la ansiedad escénica en la interpretación musical en la actuación. Algunos de los elementos estresantes están más en consonancia con las relaciones en el trabajo, es decir, con lo que se espera en este caso de los cantantes de coro, como se les evalúa, problemas de índole más física como las condiciones de trabajo y el no aprovechamiento de sus habilidades (Kenny et al., 2004). Los resultados llevan a pensar que,

a pesar de que se trata de un grupo que experimenta más estrés ocupacional, está dentro de lo normal y sin embargo nos encontramos ante un grupo que se considera con recursos personales para afrontar los desafíos, con respecto a la muestra normal. También muestran unos adecuados instrumentos para gestionar la ansiedad y considerar estar apoyados por un entorno social sólido y que les ayuda. Un detalle importante del estudio es que aquellos individuos que se consideran con mayores recursos personales también son aquellos que puntuaron unos índices mayores de ansiedad de rasgo, lo cual lleva a pensar que desarrollan estas habilidades para gestionar su ansiedad. Este es un elemento importante a tener en cuenta. Si cada individuo es diferente y con una ansiedad mayor que otro, concluiremos que debería formarse más en aspectos que le permitan mejorar y gestionar la ansiedad para, de esta manera, tener una carrera igual o mejor que un individuo con menor ansiedad.

También en el estudio se pone de manifiesto la asociación entre ansiedad de rasgo y ansiedad escénica musical en la interpretación musical, ya que aunque los artistas presentaron una ansiedad de estado similar a la muestra normativa, los que presentaban un rango alto de ansiedad de rasgo, era tres veces más alta que la muestra normativa. Quizás esta asociación viene dada por la continua evaluación que se precisa en esta profesión, lo cual provoca el desarrollo de una ansiedad de fondo.

Una de las características interesantes del K-MPAI es que, a través de este instrumento, apreciamos la diferencia entre la ansiedad y los músicos que actúan solos o en grupo, seguramente debido al concepto de exposición. Sin embargo, los individuos con altos índices de ansiedad en el CK-MPAC y CK-MPAS no tenían perfiles distintos en el STAI, entre los que actuaban solos o en grupo.

En cuanto al perfeccionismo está claramente asociado con la ansiedad, la ansiedad escénica en la interpretación musical y el empleo de recursos personales en la muestra. Un estudio de Sinden (1999) empleando el FROST-PE y con una muestra de 138 estudiantes universitarios de música arrojó una relación significativa entre la dimensión del perfeccionismo y la ansiedad escénica musical.

En general, una de las conclusiones del estudio es que, aquellas escalas que se focalizan en la ansiedad escénica en la interpretación musical parecen tener más valor

predictivo que las generales, para abordar la dimensión compleja de la ansiedad escénica en la interpretación musical y su relación con la ansiedad de rasgo, la ansiedad o estrés ocupacional y la ansiedad de estado.

La propia autora (Kenny, 2011) realizó una revisión en 2009 del instrumento presentado anteriormente y que publicó con 26 ítems en 2004. Con esta revisión del K-MPAI, presenta dos estudios con 40 ítems semejantes aunque no iguales. El primero (Kenny, 2009) se lleva a cabo con estudiantes del “National Institute of Creative Arts and Industries” de la Universidad de Auckland, Nueva Zelanda. La muestra es de (n=151) y la finalidad del estudio es medir la estructura factorial del K-MPAI revisado y extendido, para establecer y verificar si es un instrumento que pueda emplearse para recoger los factores etiológicos que se presentan en la teoría emocional de Barlow (2000) y su relación con la ansiedad que padecen los músicos. El segundo, se llevó a cabo con ocho de las primeras orquestas de Australia y aunque sin publicar, se presentan los resultados para la muestra de (n=357) (Kenny, 2011) y en el estudio se rellenó entre otros instrumentos el inventario K-MPAI (Kenny, 2009) revisado, y los resultados factoriales y el análisis de los mismos contribuyen al objetivo descrito en el anterior estudio, es decir a verificar las propiedades psicométricas del instrumento en otra muestra y confirmar la presencia de la ansiedad y sus consecuencias en la interpretación musical. En este estudio con profesionales se constató que el 44,8% de los músicos indican un aumento de la tensión antes y durante la actuación, el 41,2% declaran tener un aumento del ritmo cardíaco y solo un 43,4% confían que podrían actuar bien en una situación estresante, mientras que el 37,3% indican que su nivel de nerviosismo y preocupación ante la actuación interfiere en su concentración.

Al analizar los resultados del primer estudio con estudiantes de música (Kenny, 2009) con el factor de rotación varimax, el instrumento de diagnóstico K-MPAI de 40 ítems nos revela 12 factores subyacentes que se pueden resumir en las siguientes categorías:

- Relación temprana con el contexto: incluye la transmisión generacional de la ansiedad, y la empatía parental.
- Vulnerabilidad psicológica: incluye la depresión/desesperanza, control, confianza y ansiedad escénica generalizada.

- Problemas ante la actuación próxima: ansiedad somática proximal, preocupación/temor, reflexión previa y posterior a la actuación, escrutinio personal y de otros, coste de la oportunidad y fiabilidad de la memoria.

En cuanto a la investigación realizada con la muestra de 357 músicos profesionales de orquestas en Australia. “La estructura factorial de ambas muestras es similar para los seis factores más importantes: ansiedad somática, preocupación/temor, depresión/desesperanza (vulnerabilidad psicológica), empatía parental, memoria y transmisión generacional de la ansiedad.” (Kenny, 2011, p.98).

Estos análisis, nos permiten, al igual que hace la autora (Kenny, 2011), establecer que la ansiedad escénica en la interpretación musical es un fenómeno con una estructura compleja que se puede estudiar y medir desde la teoría emocional de los desórdenes ansiosos de Barlow (2002) y así comprender como se genera la vulnerabilidad psicológica de la ansiedad y también de la depresión a partir de las experiencias que generan sensación de pérdida de control, entre otros factores, además del genético y la evaluación, tanto propia como del contexto a cerca de la actividad que se está realizando.

Otros estudios realizados con el K-MPAI son el realizado por Conklin (2011) con una muestra de (n= 11) con el objetivo de relacionar la ansiedad escénica musical con la actuación en directo y sus circunstancias. En el estudio se relacionan la actuación en vivo con la actuación virtual para extrapolar las diferencias y su relación con la ansiedad escénica. Además de emplear el K-MPAI (Kenny et al., 2004) se empleó el CPAI, “Conklin Performance Anxiety Inventory” una adaptación del PAI “The Performance Anxiety Inventory” (Nagel et al., 1989). En este caso es una adaptación del PAI que aparece en un estudio de (Deen, 2000) con 27 ítems en una escala de lickert de 4 puntos. Además se realizaron unas entrevistas focalizadas y un grupo de discusión. En este estudio el K-MPAI se utilizó como instrumento para categorizar a los individuos de la muestra que pudieran ser propensos a experimentar un alto, medio o bajo índice de ansiedad escénica en la interpretación musical y relacionarlo con el CPAI. La muestra es muy pequeña y está centrada en estudiantes de piano de nivel universitario, pero las relaciones entre el CPAI y el K-MPAI son evidentes y muestran como afirma el autor que “esfuerzos por validar el K-MPAI podrían proveer un instrumento de diagnóstico significativo para identificar los

individuos que necesitan más atención a través de la intervención.” (Conklin, 2011, p. Xii), Sin embargo no se presentan datos concretos sobre el inventario que puedan servir para comprobar su fiabilidad, quizás porque la muestra no lo permite y tampoco es el objetivo del mismo.

Un estudio en el que se emplea el mismo inventario que el que se pretende aplicar en nuestro estudio es el realizado por Barbeau (2011), en el que se emplea el inventario K-MPAI en su versión revisada (Kenny, 2009) como medio para validar el nuevo cuestionario diseñado por la autora, el PerfAIM. En este estudio se presenta una muestra de 69 individuos, tanto músicos populares como estudiantes, que completaron el PerfAIM, pero solo 61 completaron tanto el PerfAIM como el K-MPAI. También se empleó otro cuestionario, el PAI (Nagel et al., 1989), en la búsqueda por validar el cuestionario. Dado que la finalidad del estudio es desarrollar este otro cuestionario, los análisis de datos no se centran en el K-MPAI. La correlación entre ambos cuestionarios, el K-MPAI y el PerfAIM fue de 0.68, lo cual es bastante alta, más altas que entre el PerfAIM y el PAI que fue de 0.59.

3.3.2. El MPAI-A “Music Performance Anxiety Inventory for Adolescents”.

Se trata de un instrumento desarrollado por la misma autora y siguiendo las mismas directrices, teorías y hallazgos, con el fin de tratar de medir la ansiedad escénica en la interpretación musical en los niños y adolescentes. La importancia de este instrumento de diagnóstico, el MPAI-A (Osborne y Kenny, 2005) en nuestro estudio, radica en permitirnos una visión más completa de la teoría de esta autora y proporcionarnos datos para contrastar y así comprender mejor el proceso de la ansiedad escénica en los músicos y sobre todo en el ámbito educativo.

El estudio de la ansiedad escénica en los músicos, tanto niños como adolescentes, es un paso necesario para comprender el proceso que se desarrolla en los músicos adultos. Si partimos de la base, claramente referida en apartados anteriores, sobre la implicación en la aparición del proceso de ansiedad escénica en los músicos profesionales de las teorías que otorgan una importancia en el desarrollo del carácter de una persona y al ambiente en el que este se desarrolla, no olvidaremos entonces que una de las etapas de mayor influencia social en el desarrollo personal es la adolescencia.

Si se trata, al igual que para los adultos, de medir la ansiedad en los adolescentes, no podemos partir del mismo instrumento de auto-aplicación, ya que las variables no serán abordadas de la misma forma. Es evidente que unas variables afectarán en mayor o menor medida en función de la edad, que ya es de por sí una variable. En 2005, Osborne y Kenny afirman: “Una amplia búsqueda en bases de datos identifica solo tres estudios relevantes que exploran la Ansiedad Escénica Musical en niños y jóvenes adolescentes (Maroon, 2003; Ryan, 1998).” (Osborne y Kenny, 2005, p.726). Si tenemos en cuenta la premisa de que la ansiedad es un proceso generado como respuesta ante una posible amenaza, sea esta real o no, y tenemos en cuenta las variables que intervienen en el temor, al aplicarlo al estrés de los músicos, según Wilson (2002) observaremos tres variables que nos ayudan a definir la ansiedad escénica en la interpretación musical. Estas variables son: la ansiedad de rasgo o tendencia personal a desarrollar respuestas más ansiosas a las situaciones de estrés social, el grado de maestría en la actividad que se tiene que desarrollar y la cantidad de estrés situacional.

En el momento en el que las autoras desarrollaron este instrumento de auto-aplicación, como ellas mismas afirman, “...no hay ningún instrumento de auto-aplicación para medir la Ansiedad Escénica Musical para músicos niños o adolescentes pre-universitarios publicado en este campo.”(Osborne y Kenny, 2005, p.729) ya que los estudios antes citados, aunque desarrollaron medidas específicas para este aspecto, no presentan ni los datos ni las propiedades psicométricas.

En el método empleado para el estudio cabe destacar que para desarrollar los ítems, se consultaron escalas para medir la ansiedad escénica en la interpretación musical en adultos, para escoger aquellos que permitieran abordar el análisis de las tres áreas consideradas como esenciales en el proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical, cognitiva, fisiológica y comportamental. Un primer estudio piloto muestra se realizó para ver la comprensión que los alumnos tenían de los ítems de cada escala y realizar un análisis preliminar de los datos. Se desarrollaron dos escalas, una demográfica y el “Music Performance Anxiety Inventory for Adolescents” (MPAI-A) (Osborne y Kenny, 2005), con 18 ítems.

Los resultados arrojaron una validez del alfa de Cronbach de .88 que aumentaba hasta el .91 al eliminar tres de los ítems, tal y como se presenta en su estado final. Posteriormente se aplicó junto a la escala demográfica antes citada y a otros instrumentos como el State-Trait Anxiety Inventory (Spielberger, 1983) y el Social Phobia and Anxiety Inventory (Turner, Beidel y Dancu, 1996) y el Social Phobia and Anxiety Inventory for Children (Beidel, Turner y Morris, 1998) con una muestra mucho más amplia que en el primer estudio (124 niños y 174 niñas). La escala original de 18 ítems demostró una validez interna del alfa Cronbach de .89 y del .92 para la escala reducida. Es muy importante que al analizar tres factores distintos se obtuvieron los siguientes datos:

- Factor1 (Sensaciones somáticas y cognitivas) alfa de Cronbach = .90
- Factor2 (Contexto de actuación) alfa de Cronbach = .77
- Factor3 (Evaluación de la actuación) alfa de Cronbach = .69

En este estudio descrito, se eliminaron también los ítems con un factor menor de .3 y se nos muestra como el factor de “Sensaciones somáticas y cognitivas” cuenta mucho para el estudio de la varianza. El segundo factor es el “Contexto de actuación” y el tercero la “Evaluación de la actuación”.

Un último estudio descrito por las mismas autoras nos muestra una búsqueda por clarificar la poco convincente co-relación que se presenta en el estudio anterior entre el MPAI-A, el STAI, SPAI-C y el SPAI, es decir entre la ansiedad escénica en la interpretación musical y la ansiedad de rasgo o la fobia social en los adolescentes. Este intento por relacionar, a través de los instrumentos de medición, estos tres elementos es de extrema importancia, ya que nos permitirá comprender varios puntos clave, tanto del instrumento como de la teoría en la que se basa el mismo. La preponderancia de uno u otro en la ansiedad escénica que sufren los músicos determina una manera diferente de abordar el problema, tanto en la teoría como en la práctica. Para este estudio se empleó una muestra de estudiantes de música $n=64$ (30 chicos y 34 chicas) con una edad de entre 13 y 17 años, los cuales no participaron en los estudios de validez anteriores.

Se les aplicaron el (K-MPAI) Kenny Music Performance Anxiety Inventory (Kenny et al., 2004) cuya puntuación máxima es 156 y que a mayor puntuación, mayor es el grado de

ansiedad y sufrimiento psicológico y de cuyas características hablamos anteriormente, el Youth Self-Report-Externalizing Scale (YSR-Ext) (Achenbach, 1991) empleado para medir los sentimientos y comportamientos de niños entre 11 y 18 años, el State-Trait Anxiety Inventory (Spielberger,1983), el Social Phobia and Anxiety Inventory (Turner, et al., 1996), el Social Phobia and Anxiety Inventory for Children (Beidel, et al., 1998) y por último el Children's Depression Inventory (CDI) (Kovacs, 1992) que se incluyó para medir más ampliamente el constructo y la validez discriminante del MPAI-A.

No se detectó ninguna desviación de la normalidad y la escala de 15 ítems demostró una fiabilidad interna con un alfa de Cronbach = .88. Si se comparan los resultados de los estudios realizados tanto para el estudio del criterio de la validez como para este último podemos extrapolar algunas conclusiones. Los porcentajes que se obtienen de posible fobia social entre ambas muestras son bastante diferentes y en esta última son mucho menores y los porcentajes de estudiantes con improbable fobia social son mayores. Aunque en esta última muestra aumentan claramente los porcentajes de casos improbables, en ambos estudios el porcentaje de casos improbables es mayor, es decir sobrepasa el 50%.

Las correlaciones de Pearson son altas y significantes entre el MPAI-A, el STAI, el SPAI-C y el SPAI. Sobre todo es importante destacar que las correlaciones entre el MPAI-A y los instrumentos que miden la fobia social como el SPAI-C y el SPAI son más altas que con el STAI, lo cual vendría a apoyar la teoría de que la ansiedad escénica en la interpretación musical (en adolescentes en este caso) está más relacionada con una fobia social que con una ansiedad de rasgo. Al mismo tiempo esto viene a incidir en la necesidad de tener en cuenta estas variables al intentar comprender y tratar el fenómeno de la ansiedad escénica en los músicos, no desde una perspectiva genética o innata sino desde un proceso que es adquirido. Las correlaciones entre el MPAI-A y la fobia social mostraron que comparten alrededor del 40%, más exactamente entre el 18% y el 44% de la varianza, según la muestra. La relación con el K-MPAI es mayor que con cualquier otro instrumento y esto nos permite extrapolar unas relaciones entre este estudio y los realizados con el K-MPAI que corroboran la validez y fiabilidad del instrumento diseñado para los músicos adultos.

La débil y escasa relación, pero aún existente, con el resto de los instrumentos puede interpretarse como el resultado de la frecuente comorbilidad entre ansiedad, ansiedad social y desórdenes depresivos.

Hay tres factores esenciales que aparecen como los más importantes en la varianza y son el “somático y cognitivo”, el “contexto de actuación” y la “evaluación de la actuación”. La moderada correlación que se demuestra en el estudio entre el MPAI-A y el CDI nos hace pensar que la relación entre la ansiedad y los desórdenes depresivos se fundamenta en que, en los adolescentes, la depresión y la ansiedad están relacionadas a través de los problemas en el componente de afectividad negativa.

En cuanto a la relación de la ansiedad escénica y la fobia social, las propias autoras del estudio en el que se presenta el MPAI-A y los estudios conducentes a su validación afirman que no pueden establecer de manera clara la relación, ya que los resultados no son lo suficientemente conclusivos, pero sin embargo si es evidente que esta relación existe, como vimos en los datos antes expuestos.

Por todo lo anterior, las conclusiones de este estudio son que existe una moderada relación de la ansiedad escénica en la interpretación musical con la fobia social y también con la ansiedad de rasgo, pero sobre todo con la ansiedad situacional, por lo que se hace imprescindible analizar este elemento y su implicación en el proceso, así como la necesidad de codificar y definir los factores situacionales que intervienen en el proceso de interpretación musical en público.

PARTE EMPÍRICA

Introducción

La ansiedad escénica en los músicos es una preocupación constante desde la existencia de la interpretación y su relación con el éxito o fracaso de la misma; esta preocupación no se traduce en estudios empíricos y resultados rigurosos acerca de su relación y la posible intervención tanto educativa como personal en este entorno. Sin embargo el gran impacto que se produce a nivel profesional y personal afecta al desarrollo en sí de los músicos y muchas veces, al logro personal en los proyectos de vida de muchas personas; se conoce, se escribe y se tiene constancia de muy buenos músicos en el aspecto interpretativo sin público e individualmente, que fueron incapaces de desarrollarse en público y conseguir el éxito, para el que parece estaban destinados.

Con la finalidad de intervenir en esta situación y la mejora en la interpretación musical escénica va orientado este estudio, intentando delimitar los factores que afectan e influyen en la ansiedad de los profesionales y personas que dedican su vida a interpretar y volcar su esfuerzo en el desarrollo de emociones de otros individuos que conforman el público; la música no deja de ser un instrumento y lenguaje que permite el desarrollo sensorial, emocional y cognitivo de las demás personas, actuando como un sistema alternativo y aumentativo de la comunicación. De lo expuesto en la parte previa teórica, podemos señalar que las buenas prácticas en la interpretación musical y la delimitación y control de la ansiedad permitirán realizar evaluaciones reales y adaptadas, así como la delimitación de diagnósticos fiables que nos permitan verificar la influencia de la ansiedad escénica en la interpretación musical y sus consecuencias. El desarrollo de un instrumento con rigurosidad y validez tiene sentido en esta perspectiva, así como la de realizar un diagnóstico previo rápido, eficaz y de calidad que redunde en la mejora de las personas que dedican su tiempo y esfuerzo a este lenguaje tan eficaz como antiguo. Este instrumento permitirá la evaluación adecuada, científica y adaptada para desenvolver estrategias en la formación inicial y continuada de los músicos y las personas que se dediquen a la interpretación en ámbitos públicos y con público. La adaptación de los nuevos planes de estudio, la intervención en aquellas personas que la ansiedad produzca interpretaciones inadecuadas y la capacidad de desenvolverse en este ámbito son prioridades que facilitarán el

desarrollo profesional así como la calidad de vida de estos individuos. Esto reinvertirá en el conocimiento del proceso y contribuirá a estudios que doten de fiabilidad y validez a la ansiedad escénica en los músicos desde una visión basada en un nuevo concepto científico y con poco análisis, el de la “ansiedad en la actuación musical” utilizado por Kenny (2011) permitiéndonos la generalización a otros ámbitos parecidos o comunes.

La necesidad de cuestionarios y escalas rigurosas y fiables se enmarca dentro de las investigaciones de evaluación y diagnóstico, en lo referente a describir las características del proceso o realidad existente, establecer patrones generales que permitan explicar una realidad patente y determinar las relaciones entre variables y factores específicos (Buendía, 1998). Para ello, se han tratado de desarrollar unos instrumentos de evaluación que permitan establecer un punto de partida en el análisis de esta relación ansiedad-interpretación (Kenny, 2009, 2011; Kenny y Ackermann, 2009; Kenny et al., 2004; Kenny y Osborne, 2006; Osborne y Kenny, 2005). Este trabajo trata de la adaptación a la sociedad española de estos instrumentos, así como la evaluación de esta relación en las personas dedicadas al ámbito de la interpretación musical.

La finalidad del músico, profesional o no, es interactuar con el público y con la sociedad en la que desarrolla su actividad, utilizando un lenguaje y comunicación específica, así como un contexto determinado en esta comunicación, con su canal y código correspondientes. Este ámbito en el que se desarrolla el intérprete musical sirve de conexión entre variables disciplinares y de comunicación como la música y el ámbito particular de las personas en cuanto a capacidades, emociones, sensaciones y desarrollo social. Esto es lo que se propone esta investigación, recurriendo a la psicología para interpretar algunas de las variables y factores que inciden en el desarrollo de la profesión pública (interpretación en cuanto a comunicación pública de la música) que recoge sus tres propiedades fundamentales: informar, incitar y entretener como comunicación pública que es. Por lo tanto, de la capacidad del comunicante dependerá el mensaje y la comunicación que es lo que nos planteamos en este estudio.

1. Objetivos e hipótesis.

Con esta investigación se pretenden conseguir los siguientes objetivos:

- 1) Evaluar las características y factores que intervienen en la ansiedad escénica en la interpretación musical en la población española, adaptando el inventario K-MPAI de (Kenny, 2009) en su versión inglesa en el contexto de los Conservatorios Superiores de Música en España.
- 2) Analizar el efecto de la ansiedad escénica en los estudiantes de música españoles, así como las posibilidades de intervención para su optimización y mejora.
- 3) Determinar las relaciones de la ansiedad escénica en la interpretación musical con variables pedagógicas, sociales e individuales.
- 4) Analizar la relación entre la indefensión y ansiedad de los músicos en su interpretación escénica.

Estos objetivos podemos concretarlos en las siguientes hipótesis:

- a) La ansiedad escénica que padecen los músicos, estudiantes de los Conservatorios Superiores de Música en España influye en el proceso de interpretación musical. Esta ansiedad escénica es evaluable determinando sus rasgos y variables determinantes.
- b) La percepción en la interpretación musical está relacionada con la ansiedad determinada por el sexo, la edad, el tipo de instrumento y las variables sociodemográficas de los sujetos.
- c) Existe una relación directa entre la indefensión y la ansiedad escénica conforme a los modelos teóricos sobre los que se sustenta el K-MPAI.
- d) Las variables afectivas de los sujetos están relacionadas con los niveles de ansiedad y afectan a la interpretación escénica.

2. Método

2.1. Muestra.

Según los datos del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte el total de alumnado cursando estudios superiores en los Conservatorios Superiores de Música en España en los tres últimos cursos son: en el curso 2010-2011 un total de 6678 alumnos, en el curso escolar 2011-2012 un total de 6568 alumnos y en el curso 2012-2013 el número abarca la cifra de 6989 alumnos como se muestra en la figura 2.1.

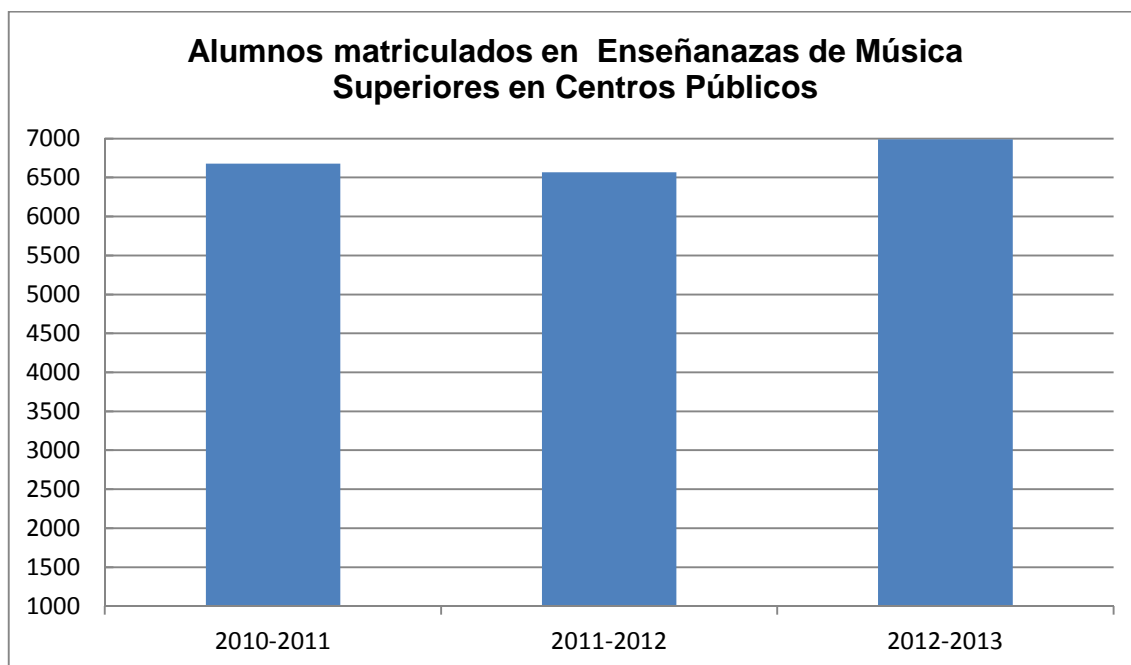


Figura 2.1. Gráfico realizado a partir de los datos del M.E.C.

2.2. Participantes.

Del total de los 6989 alumnos matriculados en el curso escolar 2012-2013 la muestra utilizada en este estudio es 153, representando el 2,19% del total de la población española.

Por centros que imparten estos Grados Superiores, el 15% corresponden a la ESMUC (Escola Superior de Música de Catalunya), el 19% del Conservatorio Superior de Vigo, el 65%

a alumnos del Conservatorio Superior de Coruña, el 1% del Conservatorio del Liceu y del Real Conservatorio Superior de Música de Madrid, como observamos en la figura 2.2.

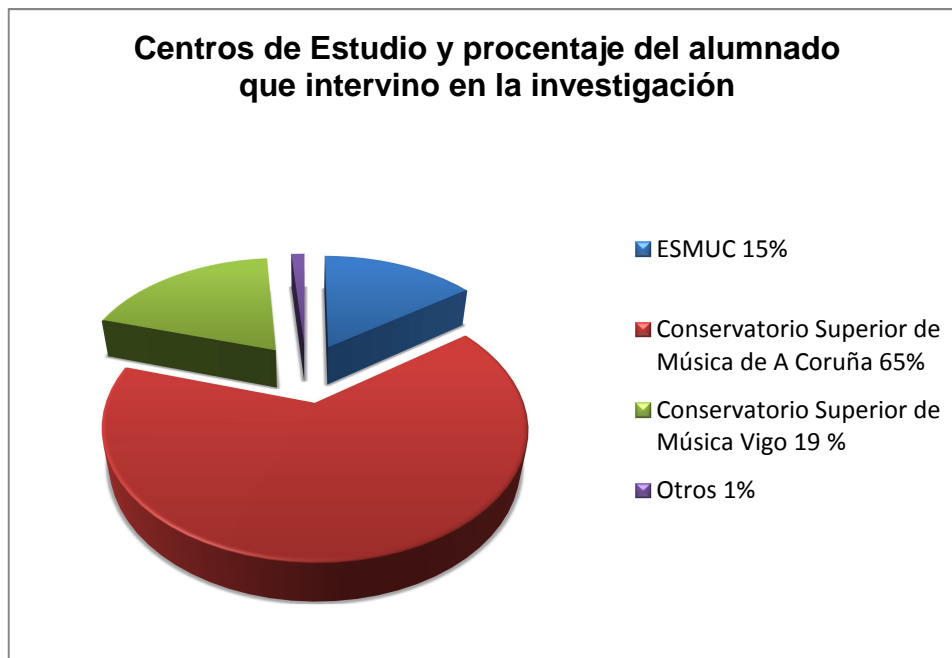


Figura 2.2. Estructura de la muestra empleada para el estudio en función de su procedencia.

La distribución de la muestra en función del sexo es la siguiente: el 55,6 % son hombres y 44,4 % son mujeres, es decir, una muestra equilibrada en esta variable (figura 2.3.).

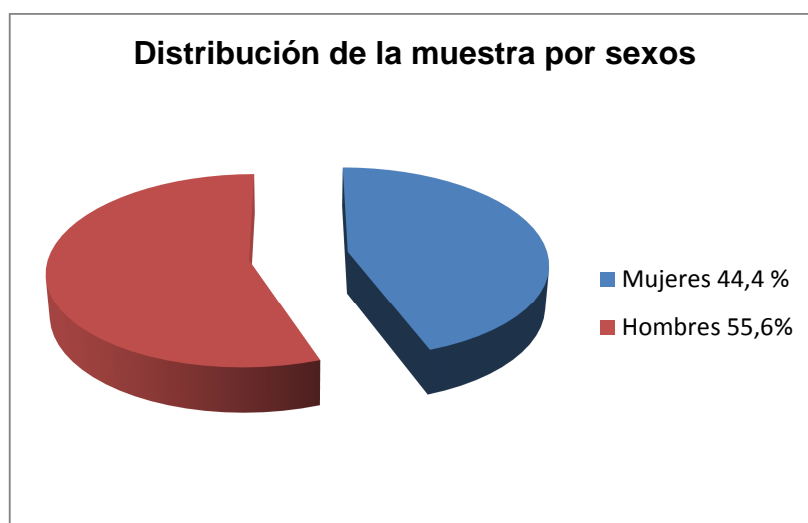


Figura 2.3. Distribución por sexos de la muestra empleada para el estudio.

En lo que respecta a la edad, la muestra se agrupa mayoritariamente entre los 18 y 25 años siendo la edad mínima de 18 y la máxima de 40, lo que se distribuye en cuatro rangos de edad por sus características como alumnado y edad evolutiva (figura 2.4.)

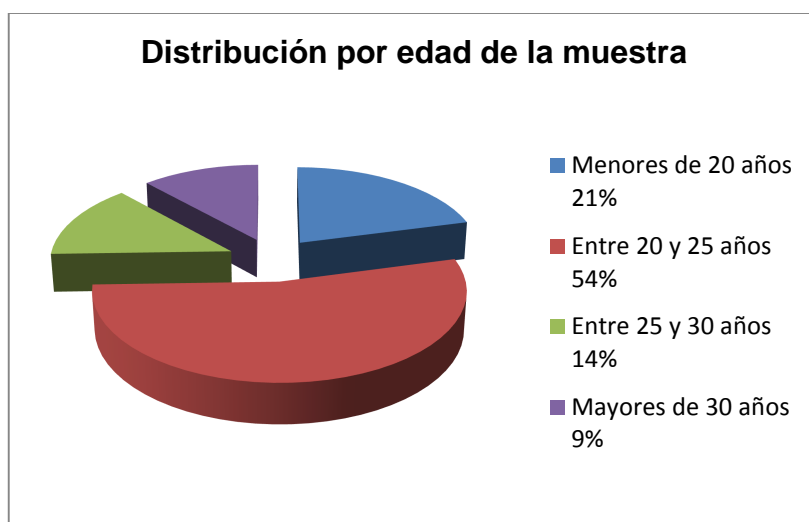


Figura 2.4. Distribución por franjas de edades de la muestra empleada para el estudio.

Si nos referimos a la familia de instrumentos, teniendo en cuenta el instrumento que priorizan los sujetos de la muestra, observamos la amplitud de la distribución, siendo el instrumento más estudiado el piano con 27 personas, pero siendo la familia del viento madera la más representada (el 20,3% de la muestra) como se puede observar a en las figuras 2.5. y 2.6.

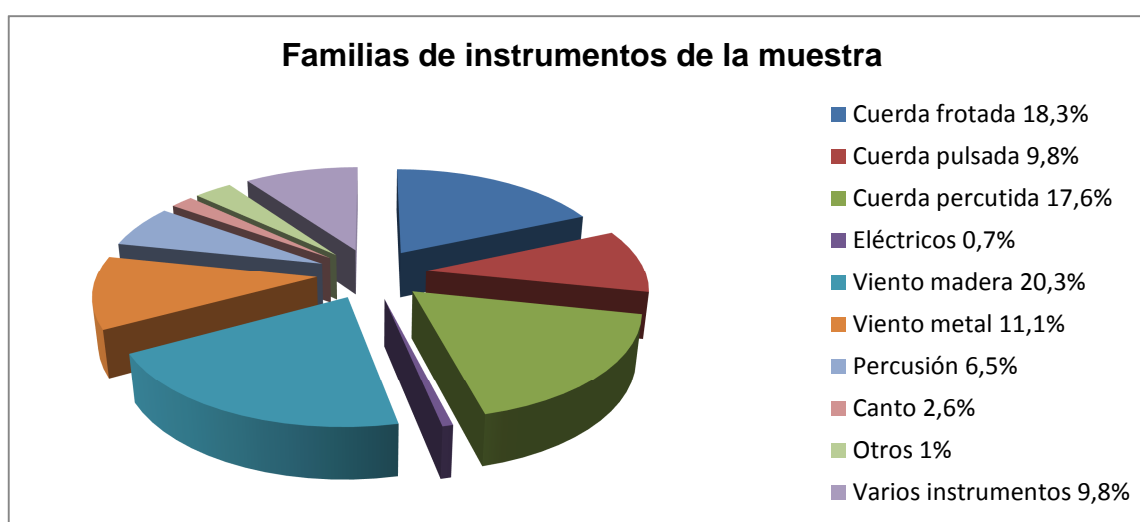


Figura 2.5. Distribución por familias de instrumentos de la muestra empleada para el estudio.

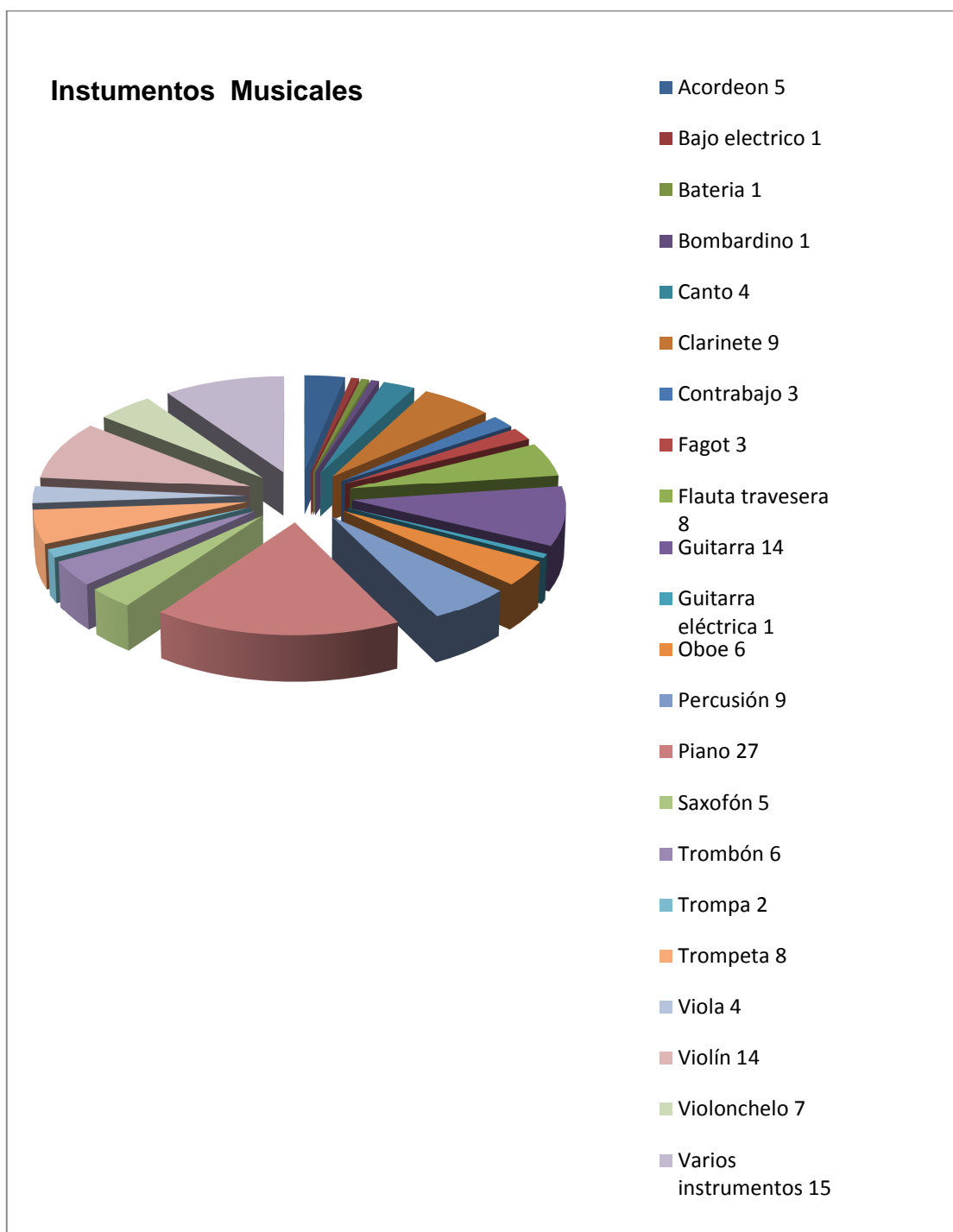


Figura 2.6. Distribución por instrumentos de la muestra empleada para el estudio.

Se ha utilizado, en la distribución, el carácter de la actividad ante el público, diferenciándola en solista, pequeño grupo y principalmente orquestal o de cámara en grandes grupos. El primer nivel denominado como solista incluye: guitarra, piano, voz y acordeón. El segundo nivel incluye al resto de los instrumentos. El motivo de esta decisión es la formación

que reciben durante los estudios y como suelen afrontar las interpretaciones escénicas (conciertos y audiciones). A este respecto, se señala que los instrumentos solistas potencian las audiciones o conciertos individuales y los orquestales acompañados de un instrumento como mínimo y en grupo como la orquesta. Se considera como una excepción la voz dado su carácter específico de solista. El nivel de alumnos multi-instrumentistas se utiliza para referirse a aquellos alumnos que estudian varios instrumentos a la vez, dada su formación más amplia en la práctica musical y de exposición al público. Como observamos, la distribución se corresponde con la figura 2.7.

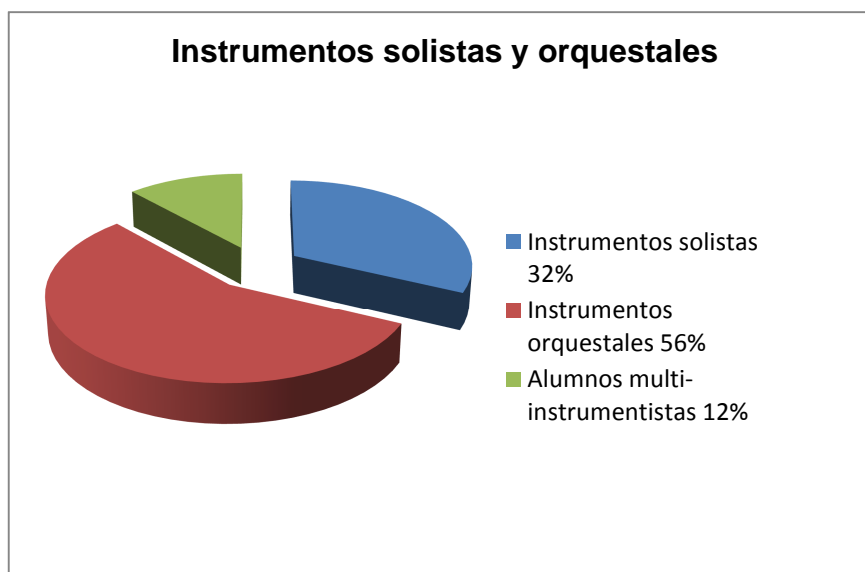


Figura 2.7. Distribución de la muestra empleada para el estudio por funcionalidad instrumental.

Por último, dada la influencia de la formación familiar en el desarrollo de habilidades de afrontamiento con respecto a la ansiedad, la distribución hace referencia a la variable sobre la profesión de los progenitores que se puede observar en la figura 2.8. para el padre y la figura 2.9. para la madre. En este sentido, se ha tenido en cuenta la relación de las mismas con la interpretación escénica y actuación en público, donde se suponga ansiedad y actuación como tal. Se ha escogido la relacionada con este estudio, la música, la educación por ser una actividad relacionada con el ámbito de actuación en público, profesiones dirigidas al público y su trato así como con la actuación en general. El motivo de ello es controlar la variable de formación y experiencia familiar como una posible variable extraña.

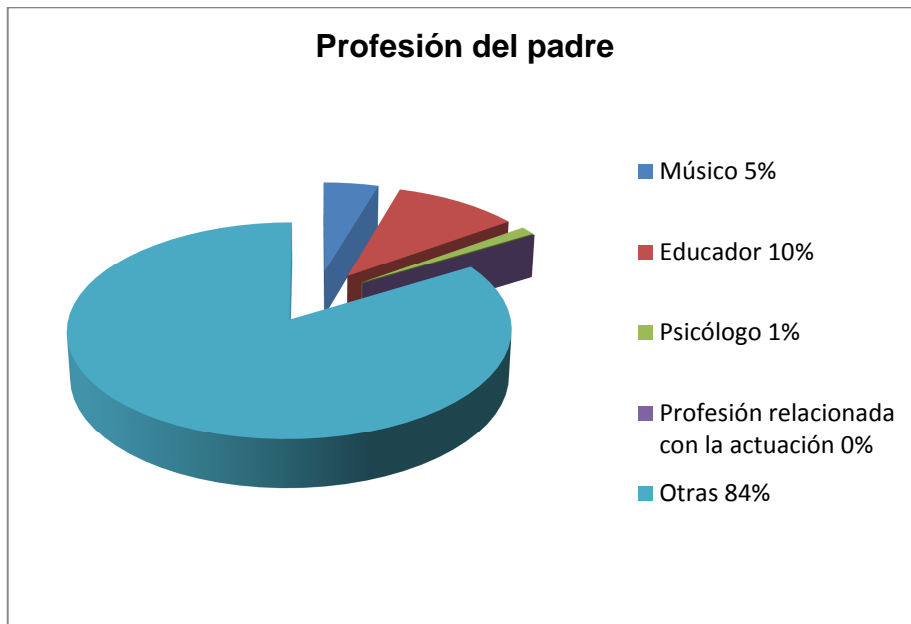


Figura 2.8. Distribución de la muestra empleada para el estudio en función de la profesión del padre.

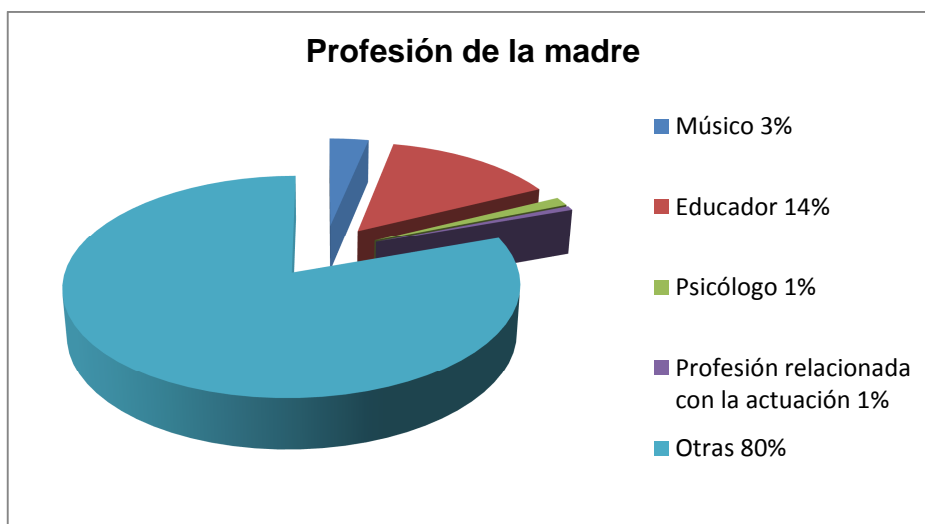


Figura 2.9. Distribución de la muestra empleada para el estudio en función de la profesión de la madre.

2.3. Variables e instrumentos de investigación.

El instrumento empleado para la recogida de datos es una adaptación del K-MPAI (Kenny Music Performance Anxiety Inventory) de Kenny (2009) revisado y aplicado a una muestra (n=151) de estudiantes superiores de música y danza en el National Institute of Creative Arts and Industries de la Universidad de Auckland (Nueva Zelanda). La justificación para la elección de este instrumento está reflejada en los apartados segundo y tercero de la

parte teórica y responde a la consideración de que la tesis desarrollada por Kenny (Kenny, 2009, 2011; Kenny y Ackermann, 2009; Kenny et al., 2004; Kenny y Osborne, 2006; Osborne y Kenny, 2005) sobre el concepto de la ansiedad en los músicos, nos permite comprender y analizar el fenómeno en su totalidad. Es evidente que esta misma autora desarrolló otros inventarios anteriormente, pero este es sin duda el más completo y con unos resultados más amplios. Además la muestra que relata en el estudio es muy semejante a la que nosotros estamos analizando, lo que nos permitirá extrapolar conclusiones sobre la validación o no de esa teoría en la población que nos interesa estudiar. Como vimos también anteriormente, existen otros instrumentos de diagnóstico. Sin embargo, este nos permite estudiar la ansiedad en los músicos desde una perspectiva amplia, nos proporciona una base científica inicial para comparar en su globalidad las características del instrumento de diagnóstico y su posible aplicación en diferentes medios socio-culturales, como representan dos países diferentes.

Si comparamos las dos muestras, comprobamos que en el caso del estudio realizado por Kenny (2009) también se incluyeron estudiantes de danza. De los 151 estudiantes, 109 eran de música, lo cual significa un 72% y 42 estudiantes de danza, es decir el 28 %. En la figura 2.10 observamos que la relación de hombres y mujeres estaba bastante equilibrada, 54 alumnos eran varones (36%) y 97 mujeres (64%). La media de edad era de 21,44 años. Comprobamos que todos los datos coinciden con los de la muestra que hemos obtenido para nuestra investigación.



Figura 2.10. Distribución por sexos de la muestra empleada para la validación del K-MPAI (Kenny, 2009).

Como afirmamos en el apartado tercero de la parte teórica de esta tesis, la muestra empleada por la autora y la finalidad del estudio realizado con el K-MPAI en su versión revisada de 40 ítems era medir la estructura factorial del K-MPAI revisado y extendido, para establecer y verificar el instrumento con la utilidad de recoger los factores etiológicos que se presentan en la teoría emocional de Barlow (2000) y relacionarlos con el proceso ansioso que padecen los músicos. Es esta la razón que nos impulsa a emplear el mismo instrumento para alcanzar los mismos objetivos en una población muy similar pero culturalmente diferente.

Los datos aportados por la autora en la elaboración de su K-MPAI (Kenny et al., 2004) y sus estudios posteriores nos permitirán además comparar y comprobar la fiabilidad de esta versión más completa de su inventario, para realizar los ajustes necesarios que nos permitan comprender, analizar y diagnosticar mejor la ansiedad en los estudiantes de música con vocación profesional en nuestro sistema educativo.

El instrumento de diagnóstico empleado en su presentación final se encuentra en el ANEXO A. Los resultados obtenidos por Kenny (2009) nos permiten comprender que, para un buen tratamiento de la ansiedad escénica en los músicos, es necesario tener en cuenta múltiples factores etiológicos de la ansiedad. Además nos permite observar como, en los casos de ansiedad más severa, la estructura de la ansiedad escénica en la interpretación musical es consistente con la teoría de los desórdenes ansiosos de Barlow (2002).

Como vemos, las referencias a los otros instrumentos, tanto el K-MPAI (Kenny et al., 2004) e incluso el MPAI-A (Osborne y Kenny, 2005) serán amplias ya que, al no disponer de gran cantidad de estudios que validen este inventario, tenemos que recurrir a instrumentos con un mínimo rigor y buenas propiedades psicométricas que nos permita conocer el ámbito de aplicación, así como el perfeccionamiento del mismo y su adaptación a la población española.

Las variables de la investigación están determinadas en los estudios de ansiedad escénica musical de Kenny y colaboradores (Kenny, 2009, 2011; Kenny y Ackermann, 2009; Kenny et al., 2004; Kenny y Osborne, 2006; Osborne y Kenny, 2005). En este estudio se

procede a relacionarlas con variables independientes que puedan ser objeto de impacto en las mismas, como son:

1. El género: en los diferentes estudios, parece ser una variable de influencia, pues el 85% de las mujeres parecen ser más propensas a desarrollar algún tipo de desorden ansiosos que los hombres (Gingsberg, 2004). Estos patrones se repiten tanto en adultos como en jóvenes (Kenny, 2011). Los estudios realizados sobre la ansiedad escénica en los músicos también señalan cifras más altas en las mujeres que en los hombres. Algunos estudios (Fishbein et al., 1988) señalan un 19% de mujeres con ansiedad severa y un 14% en hombres.
2. El instrumento estudiado: hemos considerado que el tipo de instrumento y su actuación puede influir en el desarrollo de la ansiedad escénica en la interpretación musical; para ello se ha codificado de una manera sintética la influencia del instrumento en la ansiedad escénica en los músicos, utilizado tres categorías: a) Instrumento estudiado, b) Familia del instrumento y c) Práctica principal del instrumento en la actuación escénica.

Si consideramos que la ansiedad escénica en los músicos posee un componente situacional y muy relacionado con el elemento ocupacional (Kenny, 2011), dadas sus circunstancias sociales e históricas concretas y su actividad, el instrumento utilizado desempeña una función específica en la actuación musical.

3. La edad: los estudios señalan que en un 75% de los casos, las alteraciones de ansiedad y estrés comienzan antes de la edad de 24 años (Insel y Fenton, 2005), pero la edad varía según el subtipo de ansiedad a la que hagamos referencia. Además, conviene señalar que la relación de la ansiedad escénica en la interpretación musical con su componente de ansiedad social, se ve incrementada con la edad (Kashani et al., 1989). Stetpoe y Fidler (1987) señalan que la ansiedad disminuye entre la etapa de formación y la de ejercicio profesional de la actividad. Simon y Martens (1979) o Ryan (1998, 2004, 2005) y Ryan y Boucher (2011) también encontraron la aparición de la ansiedad en edades tempranas de la experiencia vital. Es por lo tanto necesario determinar la influencia que la edad tiene en el proceso, con el objeto de intervenir en la ansiedad escénica.

4. La relación de los progenitores con las profesiones que implican un mayor control de las habilidades necesarias para la actuación ante el público o interacción ante grupos sociales: esta variable nos permitirá estudiar la transmisión de habilidades sociales para la actuación y ver cómo influye en la evolución de los individuos. Algunos estudios (Willis y Cooper, 1989; Kenny et al., 2004; Stetpoe, 1989) relacionaron la ansiedad escénica en los músicos con la ansiedad de rasgo, pero en esta variable hacemos referencia más concretamente a las habilidades adquiridas en la educación familiar que tengan ya un contacto con la ansiedad escénica.

La variable que se pretende medir en la interpretación musical hace referencia a la teoría de la ansiedad escénica en la interpretación musical, relacionada con la teoría de Kenny (Kenny, 2009) y hace referencia al contexto de relación del individuo en su edad temprana, la vulnerabilidad psicológica y los elementos relacionados con la ansiedad somática próxima. Esta ansiedad, analizada desde estas tres categorías citadas anteriormente y formada por numerosos factores se codificará en los siguientes ítems.

Con respecto a la vulnerabilidad psicológica, señalar el factor de “Depresión/ Desesperanza” que se basa en el concepto de la ansiedad de rasgo. Zarza (2012) nos muestra la relación de la ansiedad escénica en los músicos con la indefensión y esta ansiedad de rasgo. Está compuesta por los siguientes ítems: *Encuentro fácil confiar en los otros / Alguna vez me siento deprimido sin saber por qué / A menudo tengo dificultades para generar la energía necesaria para hacer cosas / A menudo siento que la vida no tiene mucho que ofrecerme / A menudo siento que no valgo mucho como persona / A menudo me siento preocupado por una reacción negativa del público / Algunas veces me siento ansioso sin razón alguna / Me preocupa que una mala actuación pueda arruinar mi carrera / A menudo siento que no tengo nada que esperar con ilusión*. Las medidas que se analizan son la confianza, la depresión y la desesperanza, ambas en su relación con la motivación para actuar y la implicación de las mismas en el proceso ansioso.

En esta categoría de vulnerabilidad psicológica señalaremos el factor de “Confianza” en los otros, que hace referencia a la capacidad de creencia. Kenny (2009) nos la presenta como un factor diferenciado, pero lo cierto es que tiene una gran relación con el factor de depresión y desesperanza. El ítem que lo define es: *Encuentro difícil depender de los otros*.

Otro factor hace referencia a la “Controlabilidad”. El control, tanto de la ansiedad escénica en la interpretación musical como de la vida en general, está basado en elementos básicos de la ansiedad como proceso adaptativo, como aparece referenciado previamente. Esta es la razón que lleva a analizar tanto el control (como percepción personal) general del individuo y la relación con el control ante la actuación musical. Los ítems que lo definen son: *Generalmente siento que controlo mi vida / Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena.*

Por último, con respecto a esta categoría de la vulnerabilidad psicológica señalamos el factor “Ansiedad generalizada”. Esta hace referencia a ansiedad generalizada desde el inicio de los estudios en su relación con la ansiedad escénica en la interpretación musical y está definida por el ítem: *Desde el inicio de mis estudios recuerdo estar ansioso por actuar en público.*

Con respecto a la actuación escénica, el factor de “Preocupación/ temor”. Horney, (1937) refiere que el temor y la preocupación son reacciones ante el peligro. Gray (1982), Mathews (1990), Pruzinsky y Borkovec (1983) también señalan esta relación. Kenny (2011) nos presenta una teoría de la ansiedad escénica en la interpretación musical relacionada con este proceso de preocupación de carácter adaptativo y que en sus pacientes más crónicos se relaciona con los altos niveles de ansiedad. Este temor o preocupación ante la interpretación se evaluará a través de los siguientes ítems: *Incluso si trabajo mucho en la preparación para la actuación, es probable que cometa errores / Durante una actuación me encuentro a mí mismo pensando si conseguiré acabarla / Pensar en la evaluación o juicio puede tener interferencias en mi actuación / Incluso en las situaciones en las que la actuación es más estresante estoy seguro de que actuaré bien / Mi preocupación y nerviosismo sobre la actuación interfiere en mi focalización y concentración / A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y de desastre inminente.* Unos ítems evalúan la “preocupación previa a la actuación”, otros la “preocupación durante la actuación” y también “la preocupación en su relación con los pensamientos catastrofistas”.

Asimismo, relacionada con la actuación escénica y sus características concretas, señalamos el factor de “Ansiedad somática próxima”. En este caso hace referencia a las sensaciones somáticas del individuo antes y durante la actuación. A través de ella podemos observar y comprender como afecta el proceso ansioso al cuerpo, la razón para poder afirmar que estamos ante un tipo de ansiedad relacionada con la ansiedad social y con otros elementos de la teoría de Barlow (2002). Es la relación de los síntomas con los descritos por este autor o los clasificados en manuales de diagnóstico como el DSM-IV (American Psychiatric Association, 1995) o el CIE10 (Organización Mundial de la Salud, 1992). En estos manuales nos señalan los síntomas que sufren los músicos al relacionarlos con tres estados: la crisis de angustia, la fobia específica y especialmente con la ansiedad o fobia social. A este respecto, Kenny (2011) señala que la amalgama de elementos que intervienen en este proceso es más amplio y no es posible encuadrarlo en una de estas definiciones, sino que debe abordarse desde una perspectiva mucho más concreta e intrínseca al proceso. Los ítems se dividen entre los que afectan antes y durante la actuación y el último, que hace referencia a una sensación mucho menos observable externamente como es el compromiso tras la actuación, más relacionado con un elemento motivacional y su relación con el grado de ansiedad: *Antes, o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico / Antes, o durante una actuación, siento la boca seca / Antes o durante una actuación me siento enfermo, débil o con el estómago revuelto / Antes o durante una actuación siento que el ritmo cardíaco de los latidos de mi corazón aumenta, como golpeando en mi pecho / Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular / Antes, o durante un actuación, experimento agitación, temblor o el pulso tembloroso / Sigo comprometido para actuar incluso cuando me causa una ansiedad importante.*

También en esta categoría señalamos el factor de “Memoria”; Levitin (2008) describe a la memoria como una de las características esenciales de la excelencia musical y uno de los elementos que más se alteran con el proceso de la ansiedad, pues parece estar relacionado con el sistema cerebral que mayor implicación tiene en el proceso de la ansiedad. Esta es la razón por la que se analiza desde una perspectiva relacionada directamente con el proceso musical: *Cuando actúo sin música mi memoria es fiable / Me siento seguro tocando de memoria.*

Otro factor es el relacionado con los “Pensamientos sobre la actuación anteriores y posteriores”; también se encuentra dentro de la categoría de la actuación escénica y sus

características concretas. Dalía (2004) estudió este factor y sus resultados exponen una gran relación con la preocupación y con el estado de negatividad en el proceso musical, implicando un deterioro en la concentración y la generación de una espiral de pensamientos de carácter positivo o negativo. Los ítems que lo describen son: *Después de la actuación la vuelvo a repasar en mi cabeza una y otra vez / Me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir.*

Asimismo, señalamos en esta categoría el factor de “Preocupación por la visión de los otros, o escrutinio”. Es evidente que tanto deportistas como músicos están sometidos a una evaluación y un escrutinio continuo por parte de los otros (Kenny, 2011). Esta evaluación está relacionada con el miedo y la preocupación ante el fallo y la implicación de los mismos. La ansiedad se produce por esta preocupación ante la evaluación de los otros. Este factor se manifiesta, partiendo del análisis realizado por Kenny (2009), desde una triple perspectiva, la preocupación posterior, la preocupación general ante la evaluación y la preocupación generada por el juicio personal. Los ítems que agrupa son: *Después de un actuación me preocupo sobre si he tocado suficientemente bien / Me siento preocupado de ser examinado por los otros / Me siento preocupado por mi propio juicio sobre cómo voy a actuar.*

También, con respecto a la actuación escénica y sus características concretas, señalamos el factor de “Pérdida de oportunidades”. Hace referencia a un elemento, muy relacionado con otros, del proceso de ansiedad escénica musical expuesto en la teoría de Kenny (2011). El coste de oportunidades no es real, pero sí lo es la percepción de actuar y la sensación que nos produce la ansiedad y la falta de confianza en poseer las capacidades para actuar de manera correcta. Al mismo tiempo, esta medida nos permite determinar el grado de ansiedad existente o percibida de una manera clara, pues nos describe el grado en el que el individuo se ve afectado en su ocupación. Tanto este factor como el de la ansiedad somática próxima nos facilitan analizar la ansiedad escénica en la interpretación musical dado que, como afirma Kenny (2011) y Sternbach (1995), el estrés ocupacional afecta a la profesión musical de manera manifiesta. El ítem que lo define es: *Dejo pasar oportunidades de actuar que merecen la pena, por culpa de la ansiedad.*

Con respecto al contexto social está el factor de “Empatía parental”; Se encuadra dentro de la categoría de desarrollo temprano y se centra en la relación con los progenitores.

Como vimos en capítulos anteriores, tanto teorías como la de Masten, Best y Garmezy (1991) o el propio Barlow (2002), desde perspectivas diferentes, afirman la manifestación de la ansiedad relacionada con un incorrecto funcionamiento del desarrollo personal en edades tempranas y, concretamente, en relación con los progenitores. A este respecto, Kenny (2011) señala la evidencia de la relación parental en elementos como la vergüenza y la motivación. Los ítems que definen este factor analizan la empatía parental desde la perspectiva general y también en su relación con la música: *Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades / Mis padres siempre me escuchaban / Mis padres me animaban a intentar cosas nuevas.*

También en esta categoría encuadramos el factor de “Trasmisión de la ansiedad generacional”; en este caso, hace referencia a la relación con la ansiedad de carácter biológico. Es muy complicado separar la vulnerabilidad biológica de la psicológica cuando la relacionamos con edades de formación personal tan tempranas. Sin embargo, apuntaremos la influencia de este factor en la aparición de la ansiedad de rasgo y, por tanto, en una mayor ansiedad escénica en los músicos. Los ítems que lo definen son: *La preocupación excesiva es una característica de mi familia / Cuando era un niño a menudo me sentía triste / Uno o ambos de mis padres eran demasiado ansiosos.*

Con estas categorías, factores e ítems del estudio se pretende analizar la ansiedad escénica en la interpretación musical desde una perspectiva que nos permita, por un lado, concretar los elementos que representa el fenómeno de la ansiedad y, por otro, encontrar puntos concretos y generales sobre los que incidir en su posible intervención preventiva, temprana y posterior.

El inventario resultante se basa en una mejora y optimización del compuesto por 26 ítems (Kenny et al., 2004) cuyo índice de fiabilidad de alfa de Cronbach es de .944. Esta adaptación nos permitirá evaluar el grado de ansiedad de los músicos. En su evidencia empírica ya fue utilizado para la comprobación de la ansiedad en músicos y es creado en función y al amparo de las teorías de la ansiedad emocional de Barlow (2002). En su desarrollo y propiedades psicométricas es importante señalar la preocupación por delimitar el instrumento para adecuarlo al campo específico de estudio. Las causas de la ansiedad escénica, tanto para los músicos, como para los estudiantes de música son muy parecidas

(Kenny 2011). En este estudio queremos analizar, dicha ansiedad, desde el instrumento completo ampliado por Kenny (2009) que cuenta con 40 ítems y que finalmente se ha decidido adaptar.

3. Procedimiento.

Para determinar el campo y objeto de estudio, dado que la ansiedad escénica en la actuación musical corresponde con una actividad delimitada y determinada por el ámbito donde se realiza; el primer paso fue centrar este objeto de estudio y seleccionar el instrumento que nos posibilitara una medida lo más rigurosa y fiable posible. Fruto de esta búsqueda es la selección del instrumento, su traducción, adaptación y mejora si es posible, realizando el estudio piloto que nos permitiera comprobar su posibilidad de uso y comprensión posible.

En la primera fase se realiza el análisis de los cuestionarios o inventarios ya existentes de esta investigación, centrándose principalmente en los desarrollados y explicados por Kenny (2009, 2011); Kenny y Ackermann (2009); Kenny et al., (2004); Kenny y Osborne, (2006); Osborne y Kenny, (2005).

En la segunda fase se realiza una traducción del inventario o cuestionario de Kenny (2009) y se concretiza en una adaptación que se adecúe al contexto social y educativo en el que se trata de intervenir.

En la tercera fase se realiza una prueba aplicando los cuestionarios a dos grupos de alumnos de 5º y 6º de grado profesional del Conservatorio Profesional de A Coruña, para analizar su administración y lo factible de incluir en el estudio a estos alumnos que se disponían a comenzar los estudios superiores de música en el siguiente año escolar. La aplicación de estos cuestionarios fue realizada por el propio investigador para responder a las posibles aclaraciones necesarias y así comprobar el grado de comprensión de los mismos.

En la cuarta fase se contacta con diferentes conservatorios durante el curso escolar 2012-2013 y se les envían notificaciones en las que se les explica la investigación y se adiestra a los encargados en la aplicación del cuestionario y su finalidad.

En la quinta fase se aplican los cuestionarios personalmente por el investigador, se vigila su administración, así como los medios para recogerlos una vez cubiertos y con los datos.

En la sexta fase se realiza el análisis de los datos obtenidos y se contrastan con los obtenidos en los estudios de Kenny (2009, 2011); Kenny y Ackermann (2009); Kennny et al. (2004); Kenny y Osborne (2006); Osborne y Kenny (2005), para así poder establecer la consecución de los objetivos, la comprobación de hipótesis que nos permitan extraer las conclusiones pertinentes para explicar el fenómeno de la ansiedad escénica que padecen los músicos y su influencia en su desarrollo personal y profesional con vistas a procurar medidas de intervención posibles.

En resumen, para la aplicación del inventario se observan los pasos seguidos en la figura 3.1. que se presenta a continuación.

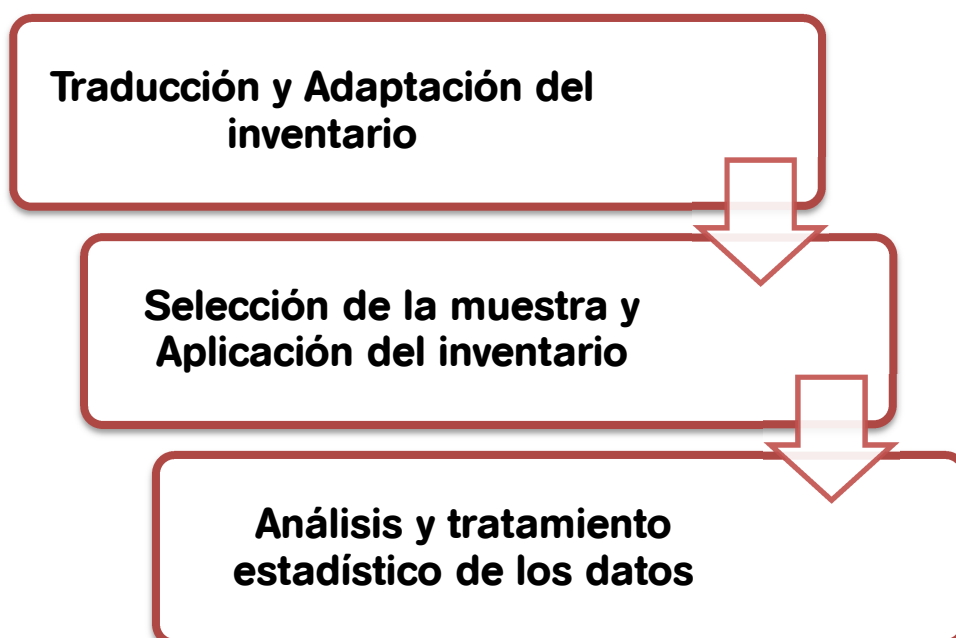


Figura 3.1. Esquema de aplicación del inventario adaptado del K-MPAI (2009)

La adaptación es un proceso complejo y no exento de dificultades. La aplicación tampoco está exenta de delimitaciones para extraer las conclusiones suficientes con el fin de exportar su utilización a otras muestras.

Para la adaptación se siguen varios pasos que concluyen con el inventario que se presenta en el ANEXO A. A pesar de ello surgen dificultades y dudas que se fueron

solucionando a lo largo del estudio; por ej.: en su traducción y adaptación de los ítems: “Thinking about the evaluation I may get interferences with my performance”: la opción de traducción final fue “Pensar en la evaluación o juicio puede tener interferencias en mi actuación”. Otro caso era en la dificultad sobre todo de carácter gramatical: “From early in my music studies, I remember being anxious about performing”: la opción de traducción final fue “Desde el inicio de mis estudios recuerdo estar ansioso por actuar en público”. En este ítem se decidió omitir el término “musicales” tras “estudios”, para no ser reiterativo ya que se sobreentendía este concepto; asimismo, “My parents always listened to me”: la opción de traducción final fue “Mis padres siempre me escuchaban”. En este caso, se respetó la traducción literal al entender claramente que se hace referencia a escuchar cuando tocaban; también: “When performing without music, my memory is reliable”: la opción de traducción final fue “Cuando actúo sin música mi memoria es fiable”. La dificultad que se presentó en la traducción de este ítem es la traducción del término “music”. En inglés, según el Diccionario Oxford Esencial (Oxford University Press, 1998) dos acepciones serían válidas para el término: a) música y b) partitura. Ambas son válidas en este caso. La primera, por la que se optó finalmente es más ambigua que la segunda. Si tenemos en cuenta el inventario de 26 ítems de la misma autora (Kenny et al., 2004) este ítem relacionado con la memoria no aparece pero, si, el otro con una elaboración también ambigua “my memory is usually very reliable”. Teniendo en cuenta que en este inventario ya existe un ítem que trata el factor de la memoria como es “I am confident playing from memory” en español “Me siento seguro tocando de memoria” y que hace referencia expresa a la interpretación musical, se decidió dejar más ambiguo este ítem dado que nos permite relacionar la memoria con la música y con otros campos de la actuación personal. En cualquier caso, como veremos, una cantidad considerable de sujetos interpretaron este ítem como referente a partitura. Finalmente se realizó el diseño definitivo del inventario en el que se añadieron los datos que nos permitirán recolectar las variables independientes tal y como se presenta en el ANEXO A.

El inventario se realiza en una escala Lickert de 7 puntos semejante a la empleada en el inventario primitivo de 26 ítems (Kenny et al., 2004). Además se presentan dos ítems previos de prueba para asegurarnos la correcta comprensión en su cumplimiento. El inventario resultante se corregirá teniendo en cuenta que el sentido de los ítems 1, 2, 9, 17, 23, 33, 35 y 37 es inverso para la corrección. La puntuación máxima es de 240 y a mayor puntuación, ansiedad más alta.

Posteriormente, se procede a realizar un estudio piloto con la finalidad de comprobar la comprensión, así como determinar su posibilidad y adecuación; para ello seleccionamos sujetos del último curso del grado profesional del Conservatorio Profesional de Música de A Coruña, es decir en el curso previo a ingresar en el Conservatorio Superior de Música. No todos los alumnos de estos cursos terminan cursando una carrera profesional de música pero la mayoría de ellos sí, y son frecuentes sus demandas y necesidades en cuanto a sus dificultades relacionadas con la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Se cumplimentan los inventarios en los dos últimos cursos del currículo del grado profesional, solicitándoles que lean y comprendan la introducción y consignas. Nos aseguramos que tengan la información suficiente y necesaria y puedan realizar su cumplimiento con amplias garantías para su buena realización. A continuación se les pide que contesten al inventario y al concluir se les invita a que realicen todas las preguntas que deseen con respecto a la utilización de este inventario y las dificultades encontradas.

Un total de 35 alumnos completaron el inventario. La mayor parte de las dudas surgen con el ítem 1 “Generalmente siento que controlo mi vida”, el ítem 27 “Cuando era un niño a menudo me sentía triste”, el ítem 35 “Cuando actúo sin música mi memoria es fiable” y el ítem 21 “Me preocupa que una mala actuación pueda arruinar mi carrera”. Además algunos alumnos manifiestan que no saben responder a determinados ítems.

De su análisis, extraemos la necesidad de desarrollar un inventario centrado en adolescentes como hacen Osborne y Kenny (2005), asegurándonos con una nueva revisión en la que se decide adaptar la escala en función de las necesidades encontradas y la población que se va a analizar (la mayoría de los alumnos de la primera aplicación eran menores de 18 años: 85,71%, mientras que en nuestra muestra serán mayores).

Dado que nuestro interés se centra en evaluar un instrumento de diagnóstico específico y adecuado a una población determinada, con un inventario que se comporta a nivel psicométrico con una buena garantía de fiabilidad y generalización, procedemos a la recogida de datos. Se remite una notificación a los profesores de los Conservatorios Superiores de Música, en forma de carta, en el que se les comenta la investigación que

estamos realizando y se les solicita su colaboración para la aplicación del inventario. Hemos obtenido respuesta de los centros ya indicados en la muestra adoptando un criterio de disponibilidad de la muestra, que creemos garantiza una muestra representativa de la población de músicos española en formación superior. Se contactaron con diversos profesores y alumnos de varios Conservatorios Superiores de España: en el Conservatorio Superior de Música del Principado de Asturias se distribuyó, a través del Jefe de Promoción Artística, a todos los profesores el inventario con instrucciones de aplicación que se muestran en el ANEXO B; en el Conservatorio Superior de Música de Sevilla a través de uno de sus profesores de guitarra al que se le envió el inventario por email y la carta para su distribución entre los profesores; el Conservatorio Superior de Música de Madrid a través de un encargado al que se le facilitó el inventario directamente; el Conservatorio del Liceu a través de un alumno al que se le facilitó el inventario directamente; el Conservatorio Superior de Música de Vigo al que se envió las cartas de aplicación y los inventarios por correo ordinario con franquicia para devolverlos, a los profesores que lo solicitaron tras ser contactados directamente; el Conservatorio Superior de Música de A Coruña en el que el investigador fue el encargado de su administración en colaboración con los profesores y la Escuela Superior de Música de Cataluña, contactada a través de encargados que distribuyeron directamente los inventarios tras explicarles a todos ellos el mecanismo de aplicación.

Se debe agradecer la buena predisposición de los centros anteriormente mencionados, dadas las facilidades que, desde los centros nos aportaron, así como a los encargados de administrar el inventario por su receptividad y ánimo en el aprendizaje de las consignas y el buen hacer en su tarea de administración y recogida de los datos; a todos ellos se les formó y adiestró en las consignas y formas de realizarlos, así como las pautas a seguir en la administración y recogida de los datos, asegurándose una mejor y más fiable respuesta y por consiguiente unos datos fiables. Para proceder a la adaptación del K-MPAI (Kenny, 2009) se han seguido los procedimientos habituales para validación de instrumentos.

Como afirma Buendía (1998) hay dos tipos de instrumentos para la recogida de datos en las investigaciones por encuesta, la entrevista y el cuestionario. Es evidente que si pretendemos evaluar a partir de un instrumento diseñado para un contexto social y cultural diferente al nuestro tenemos que validar dicho instrumento. Simultáneamente realizamos un

análisis del proceso de la ansiedad en la interpretación musical en el grupo social que queremos estudiar, estudiantes de Conservatorio Superior en España. La metodología de esta investigación será el diseño por encuesta de tipo transversal, es decir, en un determinado momento o espacio temporal (Dwyer, 1983).

4. Análisis estadístico.

Una vez obtenidos los resultados, utilizamos el SPSS 20, para analizar las propiedades psicométricas del inventario K-MPAI, en su adaptación al Español que denominaremos como KMPAI-E (Español). Para ello procedimos a un análisis descriptivo que nos permitiese observar su validación y comportamiento en la muestra española así como comprobar su validez y fiabilidad en el ámbito de la formación como músico. Ello nos permitió analizar nuestro modelo teórico así como comprobar su utilidad en este ámbito, para posibles intervenciones futuras.

Para el análisis de las propiedades psicométricas del KMPAI-E se realizó su adaptación y traducción de forma que sea comprensible y fácilmente aplicable, manteniendo la veracidad de su información.

Primero se realiza un análisis descriptivo de los ítems y se analiza la fiabilidad de la escala, mediante el alfa de Cronbach, analizando los estadísticos total-elemento y de la escala.

Con el objeto de estudiar la validez de constructo de la escala, utilizamos la prueba de esfericidad de Barlett y la prueba de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO).

A continuación se realiza el análisis factorial. El análisis factorial se realiza con los ítems señalados, realizando una extracción de ejes principales con el método de rotación varimax, con el objeto de analizar comparativamente su comportamiento en nuestra muestra con respecto a la original. Si bien otros estudios (Zarza, 2012) propone una rotación oblimin, dado que las variables no son independientes entre sí, en nuestro caso se opta por la rotación varimax, dado que el objetivo principal es comprobar la actuación de los datos de este estudio en relación a los del inventario revisado (Kenny, 2009) para supervisar el comportamiento de la escala en muestras diferenciadas y analizar las posibles variaciones que puedan surgir.

Con el objetivo de confirmar la teoría de Kenny (2009, 2011); Kenny y Ackermann (2009); Kenny et al. (2004); Kenny y Osborne (2006); Osborne y Kenny (2005) con el rigor estadístico suficiente, en el sentido de que se pueda explicar la ansiedad escénica en la

interpretación musical a través de las 3 categorías relacionadas con la teoría de la ansiedad escénica de Barlow (2002), se hace necesario un análisis factorial confirmatorio, mediante la extracción de 12 factores con factorización de los ejes principales y la rotación varimax. Una vez obtenidos los resultados se realiza un análisis diferencial de los ítems y su comportamiento para cada uno de los inventarios, comparando también los factores y las categorías que se extraen. También realizamos un análisis factorial con el método de máxima verosimilitud y rotación varimax y la extracción de tres factores para realizar una prueba de bondad de ajuste en la extracción de 3 factores o categorías posibles.

Por último y con el objeto de analizar la relación entre la ansiedad escénica en la interpretación musical y las variables independientes determinadas por las personas, sus contextos sociales, de aprendizaje y desarrollo, se procede a realizar un análisis correlacional, en primer lugar, con el objeto de comprobar posibles correlaciones y, posteriormente, se realiza un análisis de regresión lineal con el objeto de determinar el sentido de estas relaciones.

5. Resultados.

5.1. Análisis de las propiedades psicométricas del KMPAI-E.

Tabla 5.1. Estadísticos descriptivos de los ítems. Fuente SPSS 20.

	N	Mínimo	Máximo	Media		Desv. típ.	Varianza
	Estadístico	Estadístico	Estadístico	Estadístico	Error típico	Estadístico	Estadístico
KMPAI-E1	153	1	6	2,75	,093	1,156	1,336
KMPAI-E2	153	1	7	3,42	,101	1,244	1,548
KMPAI-E3	153	1	7	3,90	,142	1,758	3,089
KMPAI-E4	153	1	7	3,93	,137	1,696	2,877
KMPAI-E5	153	1	7	3,80	,154	1,903	3,623
KMPAI-E6	153	1	7	2,27	,123	1,517	2,303
KMPAI-E7	153	1	7	5,10	,146	1,807	3,265
KMPAI-E8	153	1	7	4,08	,130	1,604	2,573
KMPAI-E9	153	1	7	2,13	,098	1,218	1,483
KMPAI-E10	153	1	7	3,76	,156	1,930	3,724
KMPAI-E11	153	1	7	4,25	,150	1,861	3,464
KMPAI-E12	153	1	7	3,88	,153	1,893	3,583

KMPAI-E13	153	1	7	2,24	,123	1,522	2,316
KMPAI-E14	153	1	7	2,97	,141	1,739	3,026
KMPAI-E15	153	1	7	4,78	,152	1,882	3,542
KMPAI-E16	153	1	7	3,29	,153	1,891	3,575
KMPAI-E17	153	1	7	4,29	,121	1,491	2,222
KMPAI-E18	153	1	7	3,78	,147	1,822	3,319
KMPAI-E19	153	1	7	4,03	,140	1,737	3,019
KMPAI-E20	153	1	7	3,68	,162	2,009	4,035
KMPAI-E21	153	1	7	3,01	,153	1,892	3,579
KMPAI-E22	153	1	7	4,69	,146	1,804	3,254
KMPAI-E23	153	1	7	2,96	,140	1,735	3,012
KMPAI-E24	153	1	7	2,59	,151	1,869	3,494
KMPAI-E25	153	1	7	5,18	,133	1,640	2,690
KMPAI-E26	153	1	7	4,70	,149	1,843	3,396
KMPAI-E27	153	1	7	2,20	,115	1,428	2,040
KMPAI-E28	153	1	7	2,60	,141	1,748	3,057
KMPAI-E29	153	1	7	3,16	,167	2,065	4,265
KMPAI-E30	153	1	7	3,83	,150	1,856	3,445
KMPAI-E31	153	1	6	2,27	,109	1,348	1,816

KMPAI-E32	153	1	7	3,93	,139	1,725	2,975
KMPAI-E33	153	1	7	3,01	,134	1,660	2,757
KMPAI-E34	153	1	7	3,20	,144	1,778	3,163
KMPAI-E35	153	1	7	3,56	,134	1,654	2,735
KMPAI-E36	153	1	7	4,45	,152	1,881	3,539
KMPAI-E37	153	1	7	3,63	,152	1,877	3,523
KMPAI-E38	153	1	7	4,75	,134	1,663	2,767
KMPAI-E39	153	1	7	4,76	,138	1,713	2,935
KMPAI-E40	153	1	7	5,92	,096	1,189	1,415
N válido (según lista)	153						

El análisis descriptivo parte de una muestra equilibrada en cuanto a las variables independientes. En la tabla 5.1. observamos los estadísticos descriptivos de cada ítem.

Esta escala presenta un índice de fiabilidad del alfa de Cronbach de .912. indicando un instrumento de alta consistencia interna y alta fiabilidad. En el primer inventario (26 ítems) de Kenny (Kenny et al., 2004) el alfa de Cronbach obtenido fue de .922 y .944, tras eliminar 3 ítems. Además señala que la correlación total de los ítems se encuentra entre .347 y .899. Consideramos pues que se trata de un instrumento con una buena consistencia interna ya que los valores en su cociente de fiabilidad se hallan muy por encima del .70, mínimo para considerar que existe una aceptable consistencia interna y se evidencia la existencia de elementos que miden el mismo factor, creando esa lógica redundancia (Celina y Campo 2005). Estos resultados son reforzados en el estudio realizado por Zarza (2012) con un índice

(adaptación del inventario de 26 ítems) alfa de Cronbach de .866, lo que corrobora la consistencia aportada en este estudio y señala al instrumento como fiable y válido para el análisis de la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Si analizamos los datos de error típico de la media y varianza, junto con el de desviación típica que observamos en la tabla 5.1. señalaremos que algunos de los ítems presentan una alta variabilidad. La media general de los ítems es de 3,668 con un mínimo de 2,131 y un máximo de 5,922. Las medias más altas se encuentran en los ítems 7, 15, 25, 26, 38, 39, 40 (media superior al 4,50 sobre un rango de 6). En el caso de las medias más bajas (es decir por debajo del 2,50) encontramos los siguientes ítems: 9, 13, 27 y 31. La varianza general de los ítems es de 2,944, con un mínimo de 1,336 y un máximo de 4,265. Las varianzas más altas se encuentran en los ítems 5, 10, 11, 12, 15, 16, 20, 21, 24, 30, 36 y 37.

Si analizamos las correlaciones presentadas en la Tabla 5.2. entre los ítems, observamos que todas son mayores de .300, excepto para los ítems 2, 8, 9, 12, 23, 25, 33, 37 y 40. Con excepción de estos 10 ítems, el resto presentan una relación muy sólida y fiable entre el ítem y la escala o inventario.

Tabla 5.2. Análisis estadístico total de los ítems. Fuente SPSS 20.

	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
KMPAI-E1	143,99	1039,342	,305	,361	,911
KMPAI-E2	143,31	1047,664	,177	,396	,912
KMPAI-E3	142,83	1020,497	,355	,464	,911
KMPAI-E4	142,80	1025,228	,325	,347	,911
KMPAI-E5	142,93	1011,390	,400	,522	,910

KMPAI-E6	144,46	1022,290	,400	,479	,910
KMPAI-E7	141,63	1013,670	,404	,451	,910
KMPAI-E8	142,65	1046,952	,134	,378	,913
KMPAI-E9	144,60	1049,952	,152	,475	,913
KMPAI-E10	142,97	974,815	,705	,762	,906
KMAPI-E11	142,48	989,909	,598	,610	,908
KMPAI-E12	142,86	1026,940	,271	,311	,912
KMPAI-E13	144,49	1013,515	,491	,541	,909
KMPAI-E14	143,76	998,132	,567	,497	,908
KMPAI-E15	141,95	997,412	,526	,530	,909
KMPAI-E16	143,44	987,038	,613	,614	,908
KMPAI-E17	142,44	1014,866	,488	,585	,909
KMPAI-E18	142,95	997,426	,545	,604	,909
KMPAI-E19	142,70	1001,698	,534	,610	,909
KMPAI-E20	143,05	1016,800	,333	,358	,912
KMPAI-E21	143,72	995,874	,536	,562	,909
KMPAI-E22	142,04	997,393	,551	,539	,908
KMPAI-E23	143,77	1030,888	,265	,383	,912
KMPAI-E24	144,14	1003,506	,477	,535	,909

KMPAI-E25	141,55	1031,197	,281	,482	,912
KMPAI-E26	142,03	980,427	,690	,683	,907
KMPAI-E27	144,54	1026,448	,382	,509	,911
KMPAI-E28	144,13	983,154	,704	,675	,907
KMPAI-E29	143,58	1001,654	,440	,610	,910
KMPAI-E30	142,90	992,128	,580	,563	,908
KMPAI-E31	144,46	1020,553	,477	,612	,910
KMPAI-E32	142,80	1008,803	,471	,479	,910
KMPAI-E33	143,73	1064,200	-,033	,375	,915
KMPAI-E34	143,53	992,922	,601	,594	,908
KMPAI-E35	143,17	1048,445	,114	,268	,914
KMPAI-E36	142,28	984,927	,635	,729	,907
KMPAI-E37	143,10	1031,655	,234	,367	,913
KMPAI-E38	141,98	986,046	,714	,698	,907
KMPAI-E39	141,97	993,591	,620	,558	,908
KMPAI-E40	140,81	1058,931	,040	,319	,914

Si se eliminan los diez ítems cuya correlación es menor de .300 obtendríamos que la fiabilidad de la escala aumenta hasta un .925 y las correlaciones de los ítems se sitúan entre

.301 y .719, obteniendo una escala de 30 ítems con una fiabilidad muy robusta pues el K-MPAI (Kenny et al. 2004), recordemos que posee un alfa de Cronbach .944 para 26 ítems con un rango de correlación de entre .347 y .899.

Sin embargo, como se describe previamente, se prescinde, asimismo, de algunos de los factores que nos presenta Kenny (2009) en su K-MPAI revisado, por lo que perderíamos información y la fiabilidad del cuestionario sigue siendo muy alta con estos diez ítems, con un alfa de Cronbach de .912.

5.2. Análisis factorial del KMPAI-E.

Los resultados presentan un $\chi^2=2605,644$ con un grado de significatividad $p=0,000$ y la prueba KMO=0,850. Estos resultados concluyen la pertinencia del análisis factorial y la adecuación de la muestra como consistente para este estudio.

Una vez procedido al análisis factorial se obtienen 10 factores que se presentan en la tabla 5.3. Estos diez factores emergentes explican el 50,584% de la varianza, siendo el factor 1, como es natural, el que explica el porcentaje más alto, el 24,581% del total.

Tabla 5.3. Varianza. Método de extracción: Factorización de Ejes principales. Fuente SPSS 20.

Factor	Autovalores iniciales			Sumas de las saturaciones al cuadrado de la extracción			Suma de las saturaciones al cuadrado de la rotación		
	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado	Total	% de la varianza	% acumulado
1	10,259	25,647	25,647	9,832	24,581	24,581	6,752	16,880	16,880
2	2,875	7,188	32,835	2,406	6,014	30,595	2,558	6,395	23,275
3	2,032	5,080	37,915	1,551	3,877	34,472	2,335	5,836	29,111
4	1,870	4,676	42,591	1,341	3,352	37,824	1,942	4,855	33,966

5	1,700	4,251	46,842	1,199	2,999	40,822	1,338	3,344	37,310
6	1,541	3,852	50,694	1,006	2,514	43,336	1,206	3,015	40,325
7	1,382	3,456	54,150	,903	2,257	45,594	1,152	2,880	43,205
8	1,241	3,103	57,253	,758	1,894	47,488	1,126	2,815	46,020
9	1,206	3,015	60,268	,686	1,715	49,203	1,001	2,502	48,522
10	1,049	2,622	62,890	,552	1,381	50,584	,825	2,062	50,584
11	,960	2,400	65,290						
12	,947	2,369	67,659						
13	,900	2,249	69,908						
14	,868	2,170	72,079						
15	,845	2,114	74,192						
16	,772	1,931	76,124						
17	,738	1,846	77,970						
18	,681	1,703	79,673						
19	,633	1,582	81,255						
20	,609	1,522	82,777						
21	,584	1,459	84,236						
22	,551	1,379	85,615						
23	,532	1,331	86,946						

24	,499	1,247	88,193					
25	,496	1,241	89,434					
26	,449	1,123	90,557					
27	,406	1,015	91,572					
28	,378	,945	92,517					
29	,367	,917	93,435					
30	,341	,852	94,287					
31	,305	,763	95,050					
32	,293	,733	95,783					
33	,275	,687	96,470					
34	,266	,664	97,134					
35	,241	,603	97,738					
36	,218	,544	98,282					
37	,200	,500	98,782					
38	,168	,420	99,202					
39	,163	,407	99,609					
40	,157	,391	100,000					

Se muestran en la tabla 5.4. las comunalidades y en la tabla 5.5. la matriz de factores rotados.

Tabla 5.4. Comunalidades.

Método de extracción:
Factorización de Ejes principales.
Fuente SPSS 20.

	Inicial	Extracción
KMPAI-E1	,361	,340
KMPAI-E2	,396	,317
KMPAI-E3	,464	,622
KMPAI-E4	,347	,311
KMPAI-E5	,522	,428
KMPAI-E6	,479	,467
KMPAI-E7	,451	,390
KMPAI-E8	,378	,475
KMPAI-E9	,475	,535
KMPAI-E10	,762	,751
KMAPI-E11	,610	,539
KMPAI-E12	,311	,260
KMPAI-E13	,541	,582

KMPAI-E14	,497	,452
KMPAI-E15	,530	,488
KMPAI-E16	,614	,617
KMPAI-E17	,585	,695
KMPAI-E18	,604	,651
KMPAI-E19	,610	,680
KMPAI-E20	,358	,291
KMPAI-E21	,562	,511
KMPAI-E22	,539	,428
KMPAI-E23	,383	,365
KMPAI-E24	,535	,629
KMPAI-E25	,482	,597
KMPAI-E26	,683	,632
KMPAI-E27	,509	,553
KMPAI-E28	,675	,645
KMPAI-E29	,610	,748
KMPAI-E30	,563	,456
KMPAI-E31	,612	,571
KMPAI-E32	,479	,450

KMPAI-E33	,375	,329
KMPAI-E34	,594	,582
KMPAI-E35	,268	,225
KMPAI-E36	,729	,765
KMPAI-E37	,367	,426
KMPAI-E38	,698	,665
KMPAI-E39	,558	,525
KMPAI-E40	,319	,241

Observamos que el valor inicial más bajo lo presenta el KMPAI-E35 con un peso específico de .268 y el valor más bajo de extracción lo presenta KMPAI-E12 con .260, KMPAI-E20 con .291 el KMPAI-E35 con .225 y KMPAI-E40 con .241. El resto de los ítems se encuentran por encima del .300. Establecemos este mínimo al igual que hace la autora Kenny (2009, 2011).

Tabla 5.5. Método de extracción: Factorización del eje principal. Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser. Fuente SPSS 20.

	Factor									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
KMPAI-E1			,330		,344					

KMPAI-E2								,452		
KMPAI-E3			,276		,709					
KMPAI-E4			,257							-,279
KMPAI-E5	,262			,433	,279					
KMPAI-E6			,625							
KMPAI-E7	,477									-,344
KMPAI-E8								,658		
KMPAI-E9				,682						
KMPAI-E10	,817									
KMAPI-E11	,613									
KMPAI-E12	,273									,332
KMPAI-E13			,618	,265						
KMPAI-E14	,601									
KMPAI-E15	,526	,294								-,317
KMPAI-E16	,692									
KMPAI-E17	,453					,252	-,284		,545	
KMPAI-E18	,282	,732								
KMPAI-E19	,292				,449	,315	,299			,269
KMPAI-E20	,259	,256					,311			

KMPAI-E21		,559	,330						
KMPAI-E22	,544								
KMPAI-E23				,464					
KMPAI-E24	,392	,352							,305
KMPAI-E25		,452							,502
KMPAI-E26	,682								
KMPAI-E27			,514	,402					
KMPAI-E28	,678		,322						
KMPAI-E29	,282			,621				,311	
KMPAI-E30	,565								
KMPAI-E31			,631						
KMPAI-E32	,352	,457							
KMPAI-E33				,419					,335
KMPAI-E34	,641	,298							
KMPAI-E35									,439
KMPAI-E36	,832								
KMPAI-E37									,581
KMPAI-E38	,507	,500							
KMPAI-E39	,456	,449							

Del análisis factorial se extrae una estructura de 10 factores que nos permiten describir el proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical. Se hace necesaria mayor información sobre los datos extraídos que nos proporcione coherencia para delimitar la ansiedad escénica en la interpretación musical, además de la posibilidad de ajustarlo a su estructura psicológica teórica. Para ampliar esta información realizamos un análisis factorial confirmatorio, cruzando los datos obtenidos con los de los estudios de Kenny (2009, 2011) y se comparará con los resultados de de Kenny et al. (2004) y de Zarza (2004) en la población española.

5.3. Análisis factorial confirmatorio.

En el inventario original de Kenny (2009) aparecen 12 factores, en nuestra adaptación son 10 los factores. Como veremos a continuación los 10 factores obtenidos se agrupan en las tres categorías propuestas por Kenny (2009, 2011) para observar el constructo teórico de la ansiedad escénica en la interpretación musical desde la teoría propuesta por Barlow (2002) sobre la ansiedad y Kenny (2009, 2011); Kenny y Ackermann (2009); Kennny et al. (2004); Kenny y Osborne (2006); Osborne y Kenny (2005) sobre la ansiedad escénica en la interpretación musical, pero con las evidentes variaciones debidas al contexto social y cultural existente en nuestra sociedad.

Para ahondar en la confirmación de los datos se decide realizar un análisis factorial confirmatorio, mediante la extracción de 12 factores con factorización de los ejes principales y la rotación varimax. Los resultados nos señalan que los 12 factores explican el 53,764 % de la varianza.

En la tabla 5.6. encontramos las comunalidades y en la tabla 5.7. la matriz de factores rotados para 12 factores. Observamos la manera en la que se agrupan los ítems en función de los 12 factores, con comunalidades en la extracción que van desde el .223 del ítem KMPAI-E40 hasta el .863 del KMPAI-E29. En cuanto a los factores observamos que tienen ítems con un peso específico mínimo entre el .271 del KMPAI-E12 hasta el máximo .854 del KMPAI-E10.

Tabla 5.6. Comunalidades
 extracción 12 factores. Método de
 extracción: Factorización de Ejes
 principales. Fuente SPSS 20.

	Inicial	Extracción
KMPAI-E1	,361	,333
KMPAI-E2	,396	,556
KMPAI-E3	,464	,616
KMPAI-E4	,347	,365
KMPAI-E5	,522	,424
KMPAI-E6	,479	,460
KMPAI-E7	,451	,377
KMPAI-E8	,378	,448
KMPAI-E9	,475	,547
KMPAI-E10	,762	,828
KMPAI-E11	,610	,554
KMPAI-E12	,311	,274
KMPAI-E13	,541	,574
KMPAI-E14	,497	,446
KMPAI-E15	,530	,625

KMPAI-E16	,614	,631
KMPAI-E17	,585	,694
KMPAI-E18	,604	,648
KMPAI-E19	,610	,721
KMPAI-E20	,358	,326
KMPAI-E21	,562	,517
KMPAI-E22	,539	,619
KMPAI-E23	,383	,415
KMPAI-E24	,535	,666
KMPAI-E25	,482	,594
KMPAI-E26	,683	,684
KMPAI-E27	,509	,550
KMPAI-E28	,675	,716
KMPAI-E29	,610	,863
KMPAI-E30	,563	,486
KMPAI-E31	,612	,634
KMPAI-E32	,479	,465
KMPAI-E33	,375	,334
KMPAI-E34	,594	,579

KMPAI-E35	,268	,257
KMPAI-E36	,729	,772
KMPAI-E37	,367	,453
KMPAI-E38	,698	,694
KMPAI-E39	,558	,538
KMPAI-E40	,319	,223

Tabla 5.7. Matriz de factores rotados para extracción de 12 factores. Método de extracción: Factorización del eje principal. Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser. Fuente SPSS 20.

	Factor											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
KMPAI-E1			,338			,327						
KMPAI-E2									,665			
KMPAI-E3			,282			,701						
KMPAI-E4												,408
KMPAI-E5				,254	,404							
KMPAI-E6			,578									
KMPAI-E7	,456										,280	

KMPAI-E27			,502	,345						
KMPAI-E28	,690		,341							
KMPAI-E29				,271	,829					
KMPAI-E30	,488				,288					
KMPAI-E31			,709							
KMPAI-E32	,327	,479								
KMPAI-E33				,386						-,364
KMPAI-E34	,607	,332								
KMPAI-E35							,470			
KMPAI-E36	,819									
KMPAI-E37							,604			
KMPAI-E38	,417	,514			,317					
KMPAI-E39	,393	,468			,263					
KMPAI-E40							,435			

Los ítems se agrupan de la siguiente forma:

- Al Factor 1 le corresponden los ítems: 7, 10, 11, 12, 14, 16, 22, 26, 28, 30, 34, 36.
- Al Factor 2 le corresponden los ítems: 18, 21, 24, 32, 38, 39.
- Al Factor 3 le corresponden los ítems: 1, 6, 13, 27, 31.
- Al Factor 4 le corresponden los ítems: 9, 23, 33.

- Al Factor 5 le corresponden los ítems: 5, 29.
- Al Factor 6 le corresponden los ítems: 3, 19.
- Al Factor 7 le corresponden los ítems: 35, 37.
- Al Factor 8 le corresponden los ítems: 20, 40.
- Al Factor 9 le corresponden los ítems: 2, 8.
- Al Factor 10 le corresponden los ítems: 17, 25.
- Al Factor 11 le corresponde el ítem: 15.
- Al Factor 12 le corresponde el ítem: 4.

Es importante señalar el caso del ítem KMPAI-E24, que al igual que en el caso del análisis factorial realizado al KMPAI-E, carga más negativamente en otro factor, en este caso el factor 8 -,485, que positivamente en el factor 2. Esto como ya explicamos puede ser debido a la relación de dicho ítem con otro factor.

Al analizar los 12 Factores obtenidos en este segundo estudio, junto con los obtenidos en el estudio sobre el KMPAI-E y los obtenidos por Kenny (2009), podemos recodificar los factores al igual que realizó Kenny (2009). Para ello realizamos un análisis diferencial entre los distintos ítems y su comportamiento en las distintas poblaciones, a saber, la de Kenny (2009) y la española que se aporta en este estudio, con la finalidad de afianzar los resultados, así como mostrar la coherencia de su análisis para su contraste teórico. Una relación de ítems con sus pesos específicos y factores latentes que presentamos en la tabla 5.8.

Tabla 5.8. Factores y sus pesos específicos en cada inventario. Análisis diferencial de los ítems y su comportamiento para cada uno de los inventarios.

	KMPAI-E (12 factores)		K-MPAI (Kenny, 2009)		KMPAI-E	
	Factor	P.Esp.	Factor	P.Esp.	Factor	P. Esp
KMPAI-E1	3	,338	9	,609	5	,344
KMPAI-E2	9	,665	1	,332	8	,452
KMPAI-E3	6	,701	1	,646	5	,709

KMPAI-E4	12	,408	1	,474	3	,257
KMPAI-E5	5	,404	7	,624	4	,433
KMPAI-E6	3	,578	1	,542	3	,625
KMPAI-E7	1	,456	2	,417	1	,477
KMPAI-E8	9	,590	11	,641	8	,658
KMPAI-E9	4	,686	4	,836	4	,682
KMPAI-E10	1	,854	3	,573	1	,817
KMAPI-E11	1	,628	9	,478	1	,613
KMPAI-E12	1	,271	3	,411	10	,332
KMPAI-E13	3	,636	1	,665	3	,618
KMPAI-E14	1	,594	2	,613	1	,601
KMPAI-E15	11	736	2	,630	1	,526
KMPAI-E16	1	,705	3	,582	1	,692
KMPAI-E17	10	,538	2	,586	9	,545
KMPAI-E18	2	,736	1	,335	2	,732
KMPAI-E19	6	,461	1	,460	5	,449
KMPAI-E20	8	,395	12	,515	7	,311
KMPAI-E21	2	,565	1	,426	2	,559
KMPAI-E22	1	,532	3	,761	1	,544
KMPAI-E23	4	,568	4	,704	4	,464
KMPAI-E24	2	,391	10	,534	1	,392
KMPAI-E25	10	,513	8	,413	9	,502
KMPAI-E26	1	,584	2	,540	1	,682
KMPAI-E27	3	,502	7	,431	3	,514
KMPAI-E28	1	,690	2	,600	1	,678
KMPAI-E29	5	,829	7	,638	4	,621

KMPAI-E30	1	,488	3	,425	1	,565
KMPAI-E31	3	,709	1	,602	3	,631
KMPAI-E32	2	,479	6	,619	2	,457
KMPAI-E33	4	,386	4	,660	4	,419
KMPAI-E34	1	,607	6	,524	1	,641
KMPAI-E35	7	,470	5	,901	6	,439
KMPAI-E36	1	,819	3	,609	1	,832
KMPAI-E37	7	,604	5	,802	6	,581
KMPAI-E38	2	,514	8	,323	1	,507
KMPAI-E39	2	,468	8	,638	1	,456
KMPAI-E40	8	,435	3	,399	7	,477

Al analizar la tabla 5.8. observamos las siguientes similitudes y diferencias entre el KMPAI (Kenny, 2009) y el KMPAI-E (12 factores):

- El Factor 1 “Vulnerabilidad psicológica” en (Kenny, 2009) está muy disperso en nuestro inventario, englobando el KMPAI-E2 “Encuentro fácil confiar en los otros”, del Factor 9, KMPAI-E3 “Alguna vez me siento deprimido sin saber por qué”; y KMPAI-E19 “Algunas veces me siento ansioso sin razón alguna” del Factor 6. Es decir que todos los ítems del Factor 6 del KMPAI-E (12 factores) se hallan incluidos en este; el KMPAI-E4 “A menudo tengo dificultades para generar la energía necesaria para hacer cosas” del Factor 12; los KMPAI-E18 “A menudo me siento preocupado por una reacción negativa del público” y KMPAI-E21 “Me preocupa que una mala actuación pueda arruinar mi carrera” del Factor 2. KMPAI-E6 “A menudo siento que la vida no tiene mucho que ofrecerme”, KMPAI-E13 “A menudo siento que no valgo mucho como persona” y KMPAI-E31 “A menudo siento que no tengo nada que esperar con ilusión” del Factor 3.

- El Factor 2 “Preocupación/ Temor” (Kenny, 2009) engloba el KMPAI-E7 “Incluso si trabajo mucho en la preparación para la actuación, es probable que cometa errores”, KMPAI-

E14” “Durante una actuación me encuentro a mi mismo pensando si conseguiré acabarla”, KMPAI-E26 “Mi preocupación y nerviosismo sobre la actuación interfiere en mi focalización y concentración” y KMPAI-E28 “A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y desastre inminente” del Factor 2. Los otros dos ítems del Factor 2 (Kenny, 2009) son el KMPAI-E15 “Pensar en la evaluación o juicio puede tener interferencias en mi actuación” que queda solo en el KMPAI-E (12 factores) al ser el Factor 11 y KMPAI-E17 “Incluso en las situaciones en las que la actuación es más estresante estoy seguro de que actuaré bien” que se agrupa con KMPAI-E25 “Después de un actuación me preocupo sobre si he tocado suficientemente bien”, en el KMPAI-E (12 factores) para constituir el Factor 10.

- El Factor 3 “Ansiedad somática próxima” (Kenny, 2009) coincide en 6 de los 7 ítems con el con el Factor 1 del KMPAI-E (12 factores): KMPAI-E10 “Antes, o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico”, KMPAI-E12 “Antes, o durante una actuación, siento la boca seca”, KMPAI-E16 “Antes o durante una actuación me siento enfermo, débil o con el estómago revuelto”, KMPAI-E22 “Antes o durante una actuación siento que el ritmo cardíaco de los latidos de mi corazón aumenta, como golpeando en mi pecho”, KMPAI-E30 “Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular”y KMPAI-E36 “Antes, o durante una actuación, experimento agitación, temblor o el pulso acelerado”, quedando excluido el KMPAI-E40 “Sigo comprometido para actuar incluso cuando me causa una ansiedad importante”. Se trata de un ítem claramente diferenciado de los otros que componen este factor y que hablan de las sensaciones fisiológicas que se producen con la ansiedad escénica durante la actuación. Sin embargo, en este Factor 1 del KMPAI (12 factores) se incluyen otros ítems como KMPAI-E7 “Incluso si trabajo mucho en la preparación para la actuación, es probable que cometa errores”, KMPAI-E11 “Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena”, el KMPAI-E14 “Durante una actuación me encuentro a mí mismo pensando si conseguiré acabarla”, KMPAI-E26 “Mi preocupación y nerviosismo sobre la actuación interfiere en mi focalización y concentración”, KMPAI-E28 “A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y de desastre inminente”, KMPAI-E34 “Me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir”.

- El Factor 4 “Empatía parental” (Kenny, 2009) coincide con el Factor 4 del KMPAI-E (12 factores) en todos sus ítems.

- El Factor 5 “Memoria” (Kenny, 2009) coincide con el Factor 7 del KMPAI-E (12 factores) en todos sus ítems.

- El Factor 6 “Pensamientos sobre la actuación anteriores y posteriores” (Kenny, 2009) engloba el ítem KMPAI-E32 “Después de la actuación la vuelvo a repasar en mi cabeza una y otra vez” del Factor 2 KMPAI-E (12 factores) y KMPAI-E34 “me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir” del Factor 1 KMPAI-E (12 factores).

- El Factor 7 “Trasmisión de la ansiedad generacional” (Kenny, 2009) coincide en dos de los tres ítems con el Factor 5 del KMPAI-E (12 factores), a excepción del KMPAI-E27 “Cuando era un niño a menudo me sentía triste” que se asocia con el Factor 3 del KMPAI-E (12 factores).

- El Factor 8 “Preocupación por la visión de los otros, o escrutinio” (Kenny, 2009) relaciona dos de los tres ítems con el Factor 2 del KMPAI-E (12 factores) y el ítem KMPAI-E25 “Después de un actuación me preocupo sobre si he tocado suficientemente bien” del Factor 10 en el KMPAI-E (12 factores).

- El Factor 9 “Controlabilidad” (Kenny, 2009) se dispersa en dos factores. El ítem KMPAI-E1 “Generalmente siento que controlo mi vida” en el Factor 3 del KMPAI-E (12 factores) y KMPAI-E11 “Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena” en el Factor 1 del KMPAI-E (12 factores).

- Los Factores 10 “Pérdida de oportunidades”, 11 “Confianza en los otros” y 12 “Ansiedad generalizada” (Kenny, 2009) se relacionan con otros ítems de los Factores 2, el KMPAI-E24 “Dejo pasar oportunidades de actuar que merecen la pena, por culpa de la ansiedad”, Factor 9 con el KMPAI-E8 “Encuentro difícil depender de los otros” y Factor 8 con el KMPAI-E20 “Desde el inicio de mis estudios recuerdo estar ansioso por actuar en público” respectivamente del KMPAI-E (12 factores).

A continuación presentamos las siguientes similitudes y diferencias entre el KMPAI-E y el K-MPAI (Kenny, 2009) como se muestran en la tabla 5.8:

- El Factor 1 del KMPAI-E aglutina todos los ítems del Factor 2 “Preocupación/Temor” (Kenny, 2009). Incluye cuatro de los siete ítems del Factor 3 “Ansiedad somática próxima” (Kenny, 2009), el KMPAI-E10 “Antes, o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico”, KMPAI-E16 “Antes o durante una actuación me siento enfermo, débil o con el estómago revuelto”, KMPAI-E22 “Antes o durante una actuación siento que el ritmo cardíaco de los latidos de mi corazón aumenta, como golpeando en mi pecho” y KMPAI-E30 “Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular.” Aglutina también dos ítems del Factor 8 “Preocupación por la visión de los otros, o escrutinio” (Kenny, 2009), el KMPAI-E38 “Preocupación por la visión de los otros, o escrutinio” y KMPAI-E39 “Me siento preocupado por mi propio juicio sobre cómo voy a actuar”. Además encontramos el ítem KMPAI-E17 “Incluso en las situaciones en las que la actuación es más estresante estoy seguro de que actuaré bien”, que pertenece al Factor 9 “Controlabilidad” (Kenny, 2009) y el KMAPI-E24 “Dejo pasar oportunidades de actuar que merecen la pena, por culpa de la ansiedad” del Factor 10 “Pérdida de oportunidades” (Kenny, 2009). Aunque este último ítem también estaba relacionado con un peso negativo en el Factor 10 del KMPAI-E como vimos en la tabla 5.5. del análisis factorial.

- El Factor 2 del KMPAI-E incluye dos ítems del Factor 1 “Vulnerabilidad psicológica” (Kenny, 2009), el KMPAI-E18 “A menudo me siento preocupado por una reacción negativa del público” y KMPAI-E21 “Me preocupa que una mala actuación pueda arruinar mi carrera”, y un ítem del Factor 6 “Pensamiento sobre la actuación anteriores y posteriores” (Kenny, 2009), el KMPAI-E32 “Después de la actuación la vuelvo a repasar en mi cabeza una y otra vez”.

- El Factor 3 del KMPAI-E incluye 4 ítems del Factor 1 “Vulnerabilidad Psicológica” (Kenny, 2009), el KMAPI-E4 “A menudo tengo dificultades para generar la energía necesaria para hacer cosas”, KMPAI-E6 “A menudo siento que la vida no tiene mucho que ofrecerme”, KMPAI-E13 “A menudo siento que no valgo mucho como persona” y KMPAI-E31 “A menudo siento que no tengo nada que esperar con ilusión”. También incluye un ítem del Factor 7 “Trasmisión de la ansiedad generacional” (Kenny, 2009), el ítem KMPAI-E27 “Cuando era un niño a menudo me sentía triste”.

- El Factor 4 del KMPAI-E coincide con el Factor 4 “Empatía parental” (Kenny, 2009) y con el KMPAI-E (12 Factores). Además incluye los otros 2 ítems del Factor 7 “Trasmisión de la ansiedad generacional” (Kenny, 2009), el KMPAI-E5 “La preocupación excesiva es una característica de mi familia” y KMPAI-E29 “Uno o ambos de mis padres eran demasiado ansiosos”.

- El Factor 5 del KMPAI-E incluye dos ítems del Factor 1 “Vulnerabilidad psicológica” (Kenny, 2009), el KMPAI-E3 “Alguna vez me siento deprimido sin saber por qué” y KMPAI-E19 “Algunas veces me siento ansioso sin razón alguna” y también uno del Factor 9 “Controlabilidad” (Kenny, 2009), el ítem KMPAI-E1 “Generalmente siento que controlo mi vida”.

- El Factor 6 del KMPAI-E coincide exactamente con el Factor 5 “Memoria” (Kenny, 2009).

- El Factor 7 del KMPAI-E incluye dos ítems, el KMPAI-E20 “Desde el inicio de mis estudios recuerdo estar ansioso por actuar en público” que constituye el Factor 12 (Kenny, 2009) y el KMPAI-E40 “Sigo comprometido para actuar incluso cuando me causa una ansiedad importante” englobado en el Factor 3 (Kenny, 2009).

- El Factor 8 del KMPAI-E incluye los ítems KMPAI-E2 “Encuentro fácil confiar en los otros” del Factor 1 del (Kenny, 2009) y KMPAI-E8 “Encuentro difícil depender de los otros” del Factor 11 (Kenny, 2009).

- El Factor 9 del KMPAI-E incluye los ítems KMPAI-E17 “Incluso en las situaciones en las que la actuación es más estresante estoy seguro de que actuaré bien” del Factor 2 (Kenny, 2009) y KMPAI-E25 “Después de un actuación me preocupo sobre si he tocado suficientemente bien” de Factor 8 (Kenny, 2009).

- El Factor 10 del KMPAI-E incluye el ítem KMPAI-E12 “Antes, o durante una actuación, siento la boca seca” del Factor 3 (Kenny, 2009).

Por último, comparamos el KMPAI-E con la estructura K-MPAI (Kenny, 2011) que presenta 8 Factores. La existencia de este último estudio nos permite comparar los resultados con otra muestra poblacional distinta, profesionales de las orquestas. Se trata de una muestra distinta a la empleada en (Kenny, 2009), y a la nuestra. En este caso la muestra (n=357) es de músicos profesionales de orquesta. Sin embargo los datos contribuirán a establecer diferencias y similitudes que nos permitan comprender el proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical y validar más este constructo. Los resultados se presentan en la tabla 5.9.

Tabla 5.9. Factores de cada inventario. Análisis diferencial de los ítems y su comportamiento para cada uno de los inventarios.

	K-MPAI (2011) (8 factores)	K-MPAI (2009)	KMPAI-E
	Factor	Factor	Factor
KMPAI-E1	3	9	5
KMPAI-E2	3	1	8
KMPAI-E3	3	1	5
KMPAI-E4	3	1	3
KMPAI-E5	6	7	4
KMPAI-E6	3	1	3
KMPAI-E7	2	2	1
KMPAI-E8	3	11	8
KMPAI-E9	4	4	4

KMPAI-E10	1	3	1
KMAPI-E11	7	9	1
KMPAI-E12	1	3	10
KMPAI-E13	3	1	3
KMPAI-E14	1	2	1
KMPAI-E15	2	2	1
KMPAI-E16	1	3	1
KMPAI-E17	7	2	9
KMPAI-E18	2	1	2
KMPAI-E19	6	1	5
KMPAI-E20	8	12	7
KMPAI-E21	2	1	2
KMPAI-E22	1	3	1
KMPAI-E23	4	4	4
KMPAI-E24	7	10	1
KMPAI-E25	2	8	9
KMPAI-E26	1	2	1
KMPAI-E27	4	7	3
KMPAI-E28	1	2	1
KMPAI-E29	6	7	4

KMPAI-E30	1	3	1
KMPAI-E31	3	1	3
KMPAI-E32	2	6	2
KMPAI-E33	4	4	4
KMPAI-E34	1	6	1
KMPAI-E35	5	5	6
KMPAI-E36	1	3	1
KMPAI-E37	5	5	6
KMPAI-E38	2	8	1
KMPAI-E39	2	8	1
KMPAI-E40	1	3	7

Es importante señalar que en los resultados de las distintas muestras e inventarios coinciden los factores con índices parecidos así como el comportamiento de los distintos ítems y los factores. Si realizamos una tabla comparativa que resuma los factores obtenidos en tres grandes categorías, como realiza Kenny (2009, 2011) para comprobar la adecuación de su teoría a las teorías de la ansiedad propuestas por Barlow (2002) obtenemos los siguientes resultados que se presenta en la tabla 5.10.:

Tabla 5.10. Comparativa de categorías propuestas por Kenny (2009, 2011) en los inventarios KMPAI-E, K-MPAI (Kenny, 2011) y K-MPAI (Kenny, 2009).

Categoría	KMPAI-E		K-MPAI (Kenny, 2011)		K-MPAI (Kenny, 2009)	
	Factor	Variable	Factor	Variable	Factor	Variable
Relación temprana con el contexto (Vulnerabilidad psicológica heredable)	Ansiedad Generacional (4)	5,9,23,29,33	Trasmisión generacional de la ansiedad (6) Empatía parental (4)	5,9,19,23,27,29,33	Trasmisión generacional de la ansiedad (7) Empatía parental (4)	5,9,23,27,29,33
Vulnerabilidad psicológica (general)	Vulnerabilidad psicológica (3) Preocupación/ Temor (2) Control (5) Dependencia (8)	1,2,3,4,6,8,13,18,19,21,27,31,32,	Depresión/ Desesperanza (3) Vulnerabilidad biológica (8)	1,2,3,4,6,8,13,20,31	Depresión/ Desesperanza (1) Control (9) Creencia (11) Ansiedad de la actuación generalizada (12)	1,2,3,4,6,8,11,13,18,19,20,21,31
Ansiedad somática próxima (actuación)	Pensamientos y sensaciones somáticas (1), Percepción personal ante la actuación (9) Memoria (6) Motivación (7) Ansiedad Somática Próxima (10)	7,10,11,12,14,15,16,17,20,22,24,25,26,28,30,34,35,36,37,38,39,40	Ansiedad somática próxima (1) Preocupación/ Temor (2) Aprensión ansiosa (7) Fiabilidad de la memoria (5)	7,10,11,12,14,15,16,17,18,21,22,24,25,26,28,30,32,34,35,36,37,38,39,40	Ansiedad somática próxima (3) Preocupación/ Temor (2) Reflexión anterior y posterior (6) Escrutinio de los otros (8) Coste de oportunidades (10) Fiabilidad de la memoria (5)	7,10,12,14,15,16,17,22,24,25,26,28,30,32,34,35,36,37,38,39,40

* Ítems que coinciden en las tres categorías para los tres inventarios.

* Ítems que coinciden entre el KMPAI-E y el K-MPAI (Kenny, 2011)

* Ítems que coinciden entre el K-MPAI (2011) y K-MPAI (2009)

* Ítems que coinciden entre el KMPAI-E y el K-MPAI (2009)

Al analizar los ítems en las tres categorías propuestas por Kenny (2009), se observa diferencias en 7 ítems:

- El ítem KMPAI-E11 coincide con el K-MPAI (Kenny, 2011) en informar sobre la categoría de la “ansiedad somática próxima”, relacionando ambos estudios.
- Los ítems KMPAI-E18, KMPAI-E19 y KMPAI-E21 coinciden con el K-MPAI (Kenny, 2009) en informar sobre la “vulnerabilidad psicológica”, relacionando los estudios.
- El ítem KMPAI-E20 actúa de forma diferente en nuestro estudio, pero coincide en informar tanto en el K-MPAI (Kenny, 2009), como en el K-MPAI (Kenny, 2011) sobre la “vulnerabilidad psicológica”.
- El ítem KMPAI-E27 actúa de forma diferente en nuestro estudio, pero coincide en informar tanto en el K-MPAI (Kenny, 2009) como en el K-MPAI (Kenny, 2011) sobre la “vulnerabilidad psicológica heredable”.
- El ítem KMPAI-E32 actúa de forma diferente en nuestro estudio, pero coincide en informar tanto en el K-MPAI (Kenny, 2009) como en el K-MPAI (Kenny, 2011) en la categoría de “ansiedad somática próxima”.

Observamos que 33 de los 40 ítems se comportan en el mismo sentido informando en factores que se engloban y relacionan con las categorías presentadas por Kenny (2009, 2011) y los otros 7 están relacionados entre los estudios.

Por último, al realizar el análisis factorial con el método de extracción de máxima verosimilitud y rotación varimax y la extracción de tres factores para realizar una prueba de bondad de ajuste, los resultados nos presentan en la prueba de bondad de ajuste un $\chi^2=923,118$, con un $p=,000$ y $gl= 663$, para los tres factores que explican un 33,232% de la varianza.

Esta información nos permite confirmar la fiabilidad y rigor del instrumento para relacionar la ansiedad escénica en la interpretación musical como constructo existente y analizable con la teoría expuesta anteriormente y por lo tanto validar los resultados de este estudio.

Dada esta relación entre las la teoría de la ansiedad escénica en la interpretación musical y con objeto de profundizar en su estudio y la relación con la actuación e

interpretación musical se procede, a continuación, a analizar la relación con las variables independientes de género, edad, instrumento, aprendizaje y exposición a situaciones de ansiedad escénica.

5.4. Análisis correlacional y de regresión.

A continuación se presentan los resultados de los análisis correlacional y de regresión con las variables independientes de predicción.

En el análisis correlacional hallamos que la variable independiente de predicción “sexo” posee una predicción sobre los siguientes ítems con un nivel de significatividad de $p=,05^*$ y $p=,001^{**}$:

- KMPAI-E3 “Alguna vez me siento deprimido sin saber por qué” ($p=,028^*$).
- KMPAI-E7 “Incluso si trabajo mucho en la preparación para la actuación, es probable que cometa errores” ($p=,025^*$).
- KMPAI-E10 “Antes o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico” ($p=,000^{**}$).
- KMPAI-E11 “Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena” ($p=,028^*$).
- KMPAI-E14 “Durante una actuación me encuentro a mi mismo pensando si conseguiré acabarla” ($p=,004^{**}$).
- KMPAI-E15 “Pensar en la evaluación o juicio puede tener interferencias en mi actuación” ($p=,015^*$).
- KMPAI-E16 “Antes o durante una actuación me siento enfermo, débil o con el estómago revuelto” ($p=,000^{**}$).
- KMPAI-E17 “Incluso en las situaciones en las que la actuación es más estresante estoy seguro de que actuaré bien” ($p=,000^{**}$).
- KMPAI-E19 “Algunas veces me siento ansioso sin razón alguna” ($p=,015^*$).
- KMPAI-E22 “Antes o durante una actuación siento que el ritmo cardíaco de los latidos de mi corazón aumenta, como golpeando en mi pecho” ($p=,000^{**}$).
- KMPAI-E24 “Dejo pasar oportunidades de actuar que merecen la pena, por culpa de la ansiedad” ($p=,029^{**}$).

- KMPAI-E26 “Mi preocupación y nerviosismo sobre la actuación interfiere en mi focalización y concentración” ($p=,000$)**.
- KMPAI-E28 “A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y desastre inminente” ($p=,000$)**.
- KMPAI-E29 “Uno o ambos de mis padres eran demasiado ansiosos” ($p=,020$)*.
- KMPAI-E30 “Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular” ($p=,005$)**.
- KMPAI-E34 “Me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir” ($p=,000$)**.
- KMPAI-E36 “Antes, o durante una actuación, experimento agitación, temblor o el pulso tembloroso” ($p=,000$)**.
- KMPAI-E37 “Me siento seguro tocando de memoria” ($p=,002$)**.
- KMPAI-E38 “Me siento preocupado de ser examinado por los otros” ($p=,004$)**.
- KMPAI-E39 “Me siento preocupado por mi propio juicio sobre cómo voy a actuar” ($p=,001$)**.

En el análisis correlacional hallamos que la variable independiente de predicción “edad” posee una predicción sobre el siguiente ítem con un nivel de significatividad de $p=,05^*$ y $p=,001^{**}$:

- KMPAI-E9 “Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades” ($p=,003$)**.

En el análisis correlacional hallamos que la variable independiente de predicción “grupo de edad” posee una predicción sobre los siguientes ítems con un nivel de significatividad de $p=,05^*$ y $p=,001^{**}$:

- KMPAI-E4 “A menudo tengo dificultades para generar la energía necesaria para hacer cosas” ($p=,041$)*.
- KMPAI-E9 “Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades” ($p=,002$)**.

En el análisis correlacional hallamos que la variable independiente de predicción “instrumento estudiado” posee una predicción sobre los siguientes ítems con un nivel de significatividad de $p=,05^*$ y $p=,001^{**}$:

- KMPAI-E9 “Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades” (p=,024)*.
- KMPAI-E11 “Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena” (p=,028)*.

En el análisis correlacional hallamos que la variable independiente de predicción “familia a la que pertenece el instrumento” posee una predicción sobre los siguientes ítems con un nivel de significatividad de $p = ,05^*$ y $p ,001^{**}$:

- KMPAI-E10 “Antes o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico” (p=,017)*.
- KMPAI-E11 “Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena” (p=,010)**.
- KMPAI-E28 “A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y desastre inminente” (p=,006)**.
- KMPAI-E30 “Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular” (p=,042)*.
- KMPAI-E36 “Antes, o durante una actuación, experimento agitación, temblor o el pulso tembloroso” (p=,003)**.

En el análisis correlacional hallamos que la variable independiente de predicción “práctica principal del instrumento” posee una predicción sobre los siguientes ítems con un nivel de significatividad de $p ,05^*$ y $p ,001^{**}$:

- KMPAI-E10 “Antes o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico” (p=,025)*.
- KMPAI-E28 “A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y desastre inminente” (p=,012)*.
- KMPAI-E30 “Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular” (p=,005)**.
- KMPAI-E34 “Me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir” (p=,045)*.

En el análisis correlacional hallamos que la variable independiente de predicción “relación de la profesión del padre con la habilidad para la actuación escénica” posee una predicción sobre los siguientes ítems con un nivel de significatividad de $p ,05^*$ y $p ,001^{**}$:

- KMPAI-E23 “Mis padres siempre me escuchaban” (p=,011)*.
- KMPAI-E37 “Me siento seguro tocando de memoria” (p=,046)*.

En el análisis correlacional hallamos que la variable independiente de predicción “relación de la profesión de la madre con la habilidad para la actuación escénica” posee una predicción sobre los siguientes ítems con un nivel de significatividad de $p ,05^*$ y $p ,001^{**}$:

- KMPAI-E14 “Durante una actuación me encuentro a mí mismo pensando si conseguiré acabarla” ($p=,019$)*.
- KMPAI-E23 “Mis padres siempre me escuchaban” ($p=,030$)*.

Con el fin de analizar la relación con las variables independientes se realizan los análisis de regresión. A continuación presentamos los resultados.

Para la variable independiente de predicción “sexo” encontramos las siguientes relaciones:

- KMPAI-E3 “Alguna vez me siento deprimido sin saber por qué” se correlaciona con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,178$ y $p=,028$ con un R cuadrado= $,032$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E7 “Incluso si trabajo mucho en la preparación para la actuación, es probable que cometa errores” se correlaciona con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,182$ y $p=,025$ con un R cuadrado= $,033$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E10 “Antes, o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico” está correlacionada de manera moderada y proporcional con la variable de predicción “Sexo” ($R_p=,407$ y $p=,000$ con un R cuadrado= $,165$), aumenta en función del género hacia el femenino.
- KMPAI-E11 “Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena” está correlacionada con la variable “Sexo” de manera proporcional y moderada ($R_p=,178$ y $p=,028$ con un R cuadrado= $,032$), aumenta en función del género hacia el femenino.
- KMPAI-E14 “Durante una actuación me encuentro a mí mismo pensando si conseguiré acabarla” se correlaciona con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,234$ y $p=,004$ con un R cuadrado= $,055$) aumenta en función del género hacia el femenino.
- KMPAI-E15 “Pensar en la evaluación o juicio puede tener interferencias en mi concentración” se correlaciona con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y

proporcional ($R_p=,197$ y $p=,015$ con un R cuadrado= $,0,39$), aumenta en función del género hacia lo femenino.

- KMPAI-E16 “Antes o durante una actuación me siento enfermo, débil o con el estómago revuelto” se correlaciona con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,345$ y $p=,000$ con un R cuadrado= $,119$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- MPAI-E17 “Incluso en las situaciones en las que la actuación es más estresante estoy seguro de que actuaré bien” se correlaciona con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,319$ y $p=,000$ con un R cuadrado= $,102$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E19 “Algunas veces me siento ansioso sin razón alguna” se correlaciona significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,196$ y $p=,015$ con un R cuadrado= $,038$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E22 “Antes o durante una actuación siento que el ritmo cardíaco de los latidos de mi corazón aumenta, como golpeando en mi pecho” esta correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,292$ y $p=,000$ con un R cuadrado= $,085$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E24 “Dejo pasar oportunidades de actuar que merecen la pena, por culpa de la ansiedad” esta correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,177$ y $p=,029$ con un R cuadrado= $,031$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E26 “Mi preocupación y nerviosismo sobre la actuación interfiere en mi focalización y concentración” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,354$ y $p=,000$ con un R cuadrado= $,125$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E28 “A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y desastre inminente” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,333$ y $p=,000$ con un R cuadrado= $,111$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E29 “Uno o ambos de mis padres eran demasiado ansiosos” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional

($R_p=,187$ y $p=,020$ con un R cuadrado= $,035$), aumenta en función del género hacia lo femenino.

- KMPAI-E30 “Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,224$ y $p=,005$ con un R cuadrado= $,050$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E34 “Me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,306$ y $p=,000$ con un R cuadrado= $,094$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E36 “Antes o durante una actuación, experimento agitación, temblor o el pulso tembloroso” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,381$ y $p=,000$ con un R cuadrado= $,145$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E37 “Me siento seguro tocando de memoria” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,252$ y $p=,002$ con un R cuadrado= $,064$), aumenta en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E38 “Me siento preocupado de ser examinado por los otros” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,229$ y $p=,004$ con un R cuadrado= $,053$), en función del género hacia lo femenino.
- KMPAI-E39 “Me siento preocupado de mi propio juicio sobre cómo voy a actuar” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Sexo” de manera moderada y proporcional ($R_p=,258$ y $p=,001$ con un R cuadrado= $,066$), en función del género hacia lo femenino.

En el figura 5.1. observamos el gráfico de las medias de los ítems significativos en función del “Sexo”.

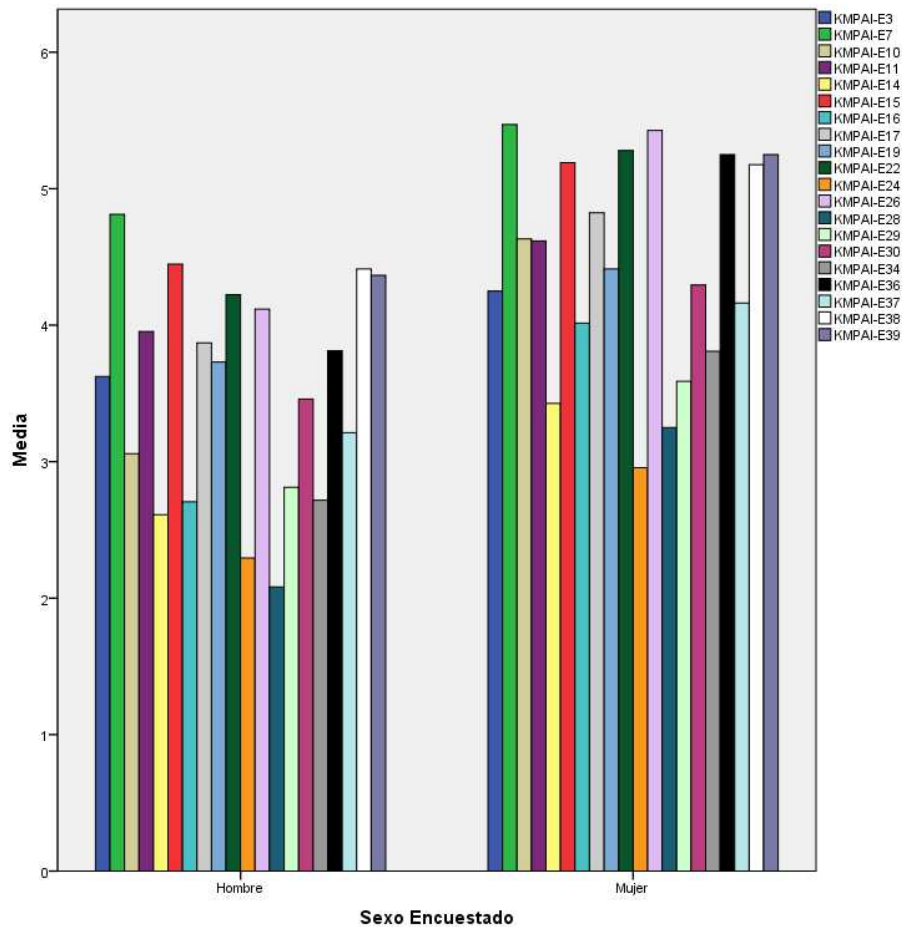


Figura 5.1. Gráfico de las medias de los ítems significativos en función del “Sexo”. Fuente SPSS 20.

Para la variable independiente de predicción “Edad” encontramos las siguientes relaciones:

- KMPAI-E9 “Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Edad” de manera moderada y proporcional ($R_p = .238$ y $p = .003$ con un R cuadrado $= .057$), indicando que a mayor edad mayor sensación de receptividad de los progenitores.

Para la variable independiente de predicción “Grupo edad” encontramos las siguientes relaciones:

- KMPAI-E4 “A menudo tengo dificultades para generar la energía necesaria para hacer cosas” está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Grupo edad” de manera

moderada y proporcional ($R_p=,165$ y $p=,041$ con un R cuadrado= $,027$), indicando que a mayor edad aumenta la dificultad para generar energía.

- KMPAI-E9 “Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades”. Está correlacionada significativamente con la variable de predicción “Grupo edad” de manera moderada y proporcional ($R_p=,246$ y $p=,002$ con un R cuadrado= $,060$), indicando que a mayor edad más percepción de atención por parte de los progenitores.

En la figura 5.2. observamos el gráfico de las medias de los ítems significativos en función del “Grupo de edad” y comprobamos como en el KMPAI-E4 la correlación es evidente. Son embargo, en el KMPAI-E9 se ve una evidencia de menor percepción en la atención de los progenitores en el grupo de edad entre 20 y 25 años.

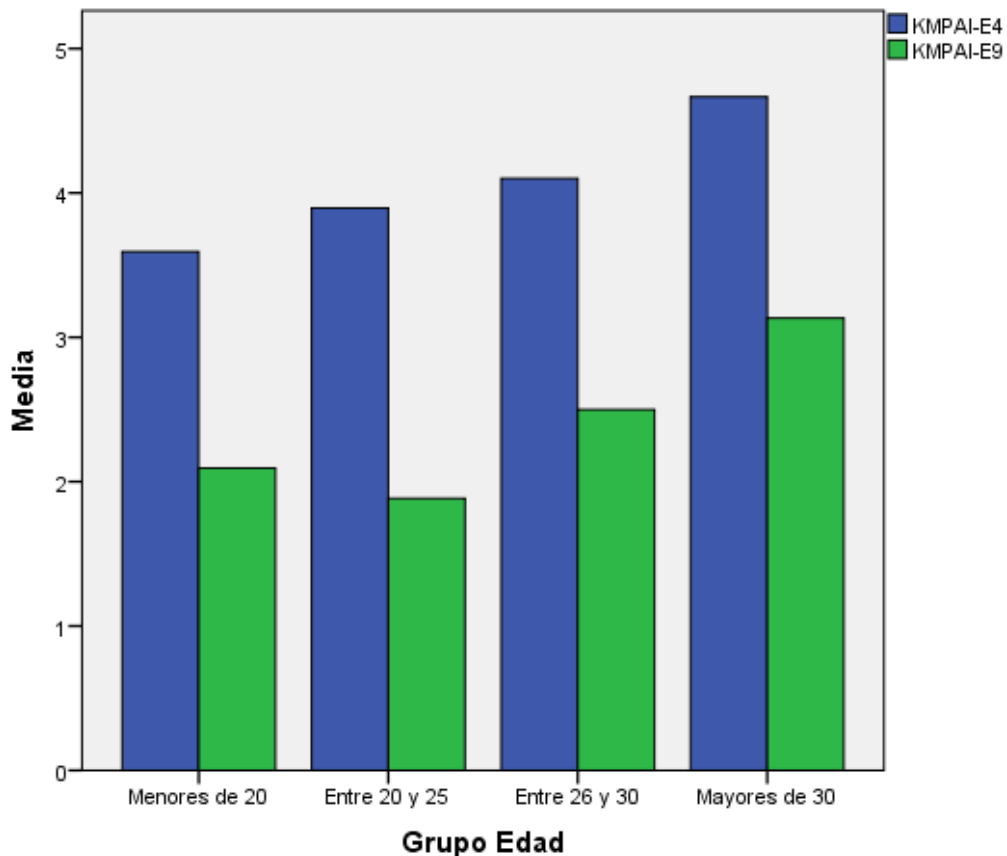


Figura 5.2. Gráfico de las medias de los ítems significativos en función del “Grupo de edad”. SPSS 20

Para la variable independiente de predicción “instrumento estudiado” encontramos las siguientes relaciones:

- KMPAI-E9 “Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades” está correlacionada con la variable “Instrumento estudiado en el Conservatorio” de manera moderada y proporcional ($R_p=,183$ y $p=,024$ con un R cuadrado= $,033$), indicando que los multi-instrumentistas y las cuerdas fortadas son los que tienen mayor sensación de receptividad del progenitor.
- KMPAI-E11 “Nunca se antes de un concierto si mi actuación será buena” está correlacionada con la variable “Instrumento estudiado en el Conservatorio” de manera moderada y proporcional ($R_p=,178$ y $p=,028$ con un R cuadrado= $,032$), indicando un aumento de inseguridad en los multi-instrumentistas y las cuerdas frotadas.

En la figura 5.3. observamos el gráfico para las medias de los ítems significativos en función del “Instrumento estudiado”. Comprobamos algún dato importante para acompañar a lo afirmado anteriormente. En el caso del ítem KMPAI-E9 los alumnos de batería son los que presentan una media más alta en la concepción sobre la atención de los progenitores. En el ítem KMPAI-E11 tanto la guitarra como la guitarra eléctrica y el piano presentan unas medias también muy elevadas.

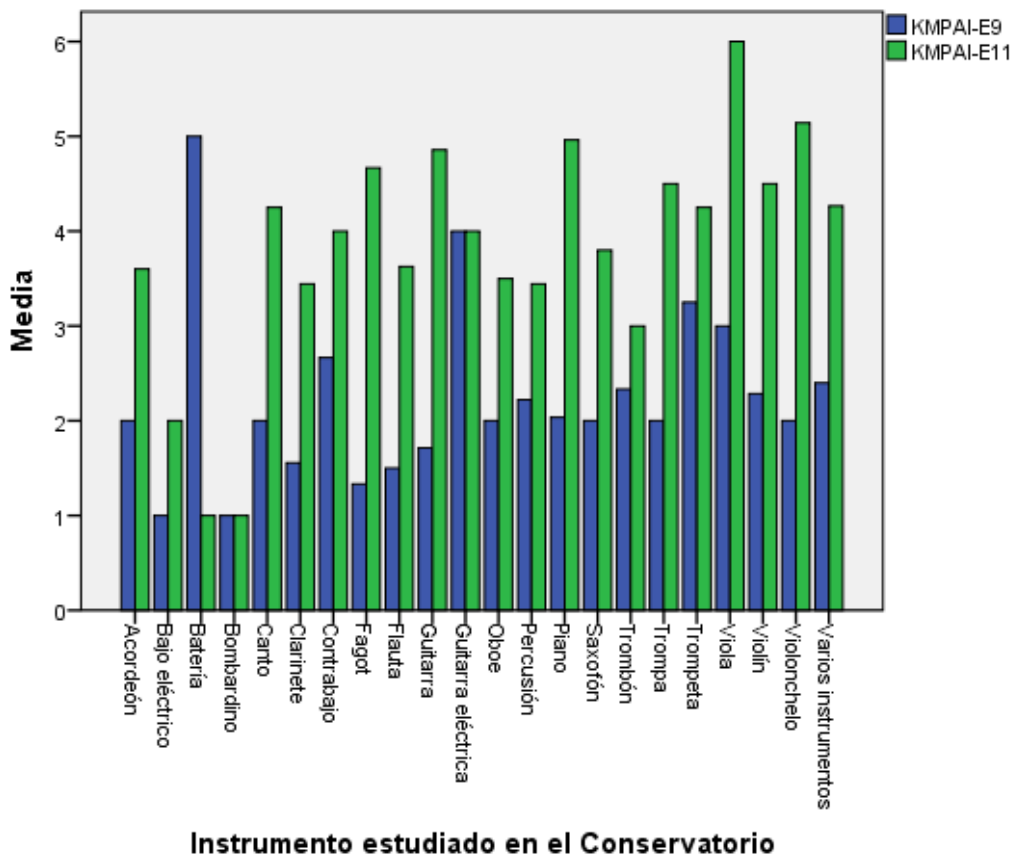


Figura 5.3. Gráfico para las medias de los ítems significativos en función del “Instrumento estudiado”. SPSS 20

Para la variable independiente de predicción “familia a la que pertenece el instrumento” encontramos las siguientes relaciones:

- KMPAI-E10 “Antes o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico” se correlaciona con la variable de predicción “Familia a la que pertenece el instrumento” de manera moderada e inversamente proporcional ($R_p = -.193$ y $p = .017$ con un R cuadrado $= .037$), es decir que los alumnos que más sufren la sensación de pánico son los de cuerda.
- KMPAI-E11 “Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena” se correlaciona con la variable “Familia a la que pertenece el instrumento” de manera moderada e inversamente proporcional” ($R_p = -.209$ y $p = .010$ con un R cuadrado $= .044$) confirmando que los instrumentos de cuerda frotada son los que presentan una mayor inseguridad.

- KMPAI-E28 “A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y de desastre inminente” se correlaciona con la variable “Familia a la que pertenece el instrumento” de manera moderada e inversamente proporcional ($R_p = -.221$ y $p = .006$ con un R cuadrado $= .049$), confirmando que los instrumentos de cuerda son los que más sufren sensación de terror y desastre inminente.
- KMPAI-E30 “Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular” se correlaciona con la variable “Familia a la que pertenece el instrumento” de manera moderada e inversamente proporcional ($R_p = -.165$ y $p = .042$ con un R cuadrado $= .027$), de manera que los instrumentos de cuerda son los que más sufren esta sensación.
- KMPAI-E36 “Antes, o durante una actuación, experimento agitación, temblor o el pulso tembloroso” se correlaciona significativamente con la variable “Familia a la que pertenece el instrumento” de manera moderada e inversamente proporcional ($R_p = -.242$ y $P = .003$ con un R cuadrado $= .058$), aumentando la sensación en los instrumentos de cuerda.

En la figura 5.4. observamos el gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Familia a la que pertenece el instrumento”. Tenemos que añadir a las relaciones anteriores, que la media más alta para la KMPAI-E10 son los instrumentos eléctricos, aunque es cierto que en comparación, aumenta la media en los instrumentos de cuerda respecto de las otras familias. Para el KMPAI-E11 las medias del canto y los estudiantes de varios instrumentos también son altas.

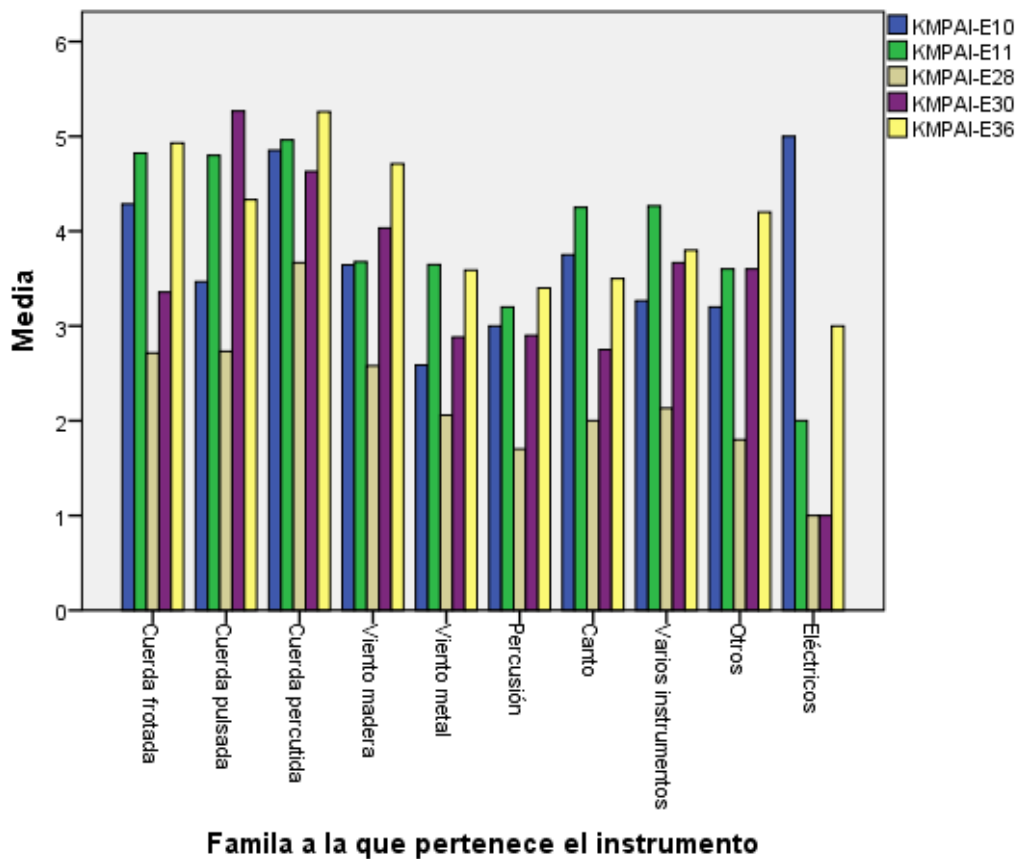


Figura 5.4. Gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Familia a la que pertenece el instrumento”. SPSS 20

Para la variable independiente de predicción “Práctica principal del instrumento” encontramos las siguientes relaciones:

- KMPAI-E10 “Antes, o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico” está correlacionada con la variable “Práctica principal del instrumento en la actuación escénica” de manera moderada e inversamente proporcional ($R_p = -,181$ y $p = ,025$ con un R cuadrado $= ,033$), confirmando que los instrumentos solistas sufren mayor sensación semejante al pánico que los orquestales o los multi-instrumentistas.
- KMPAI-E28 “A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y desastre inminente” se correlaciona significativamente de manera inversamente proporcional con la variable “Práctica principal del instrumento en la actuación escénica” ($R_p = -,202$ y $p = ,012$ con un R cuadrado $= ,041$) indicando que los instrumentos con práctica solista son los que presentan una mayor sensación de terror y desastre inminente.

- KMPAI-E30 “Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular” se correlaciona significativamente de manera moderada e inversamente proporcional con la variable “Práctica principal del instrumento en la actuación escénica” ($R_p = -.225$ y $p = .005$ con un R cuadrado $= .051$) indicando que los instrumentos con práctica solista son los que presentan una mayor sensación de aumento de la tensión muscular.
- KMPAI-E34 “Me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir” se correlaciona significativamente de manera moderada e inversamente proporcional con la variable de predicción “Práctica principal del instrumento en la actuación escénica” ($R_p = -.163$ y $P = .045$ con un R cuadrado $= .026$), indicando que los instrumentos solistas son aquellos que mayor preocupación previa sufren.

En la figura 5.5. observamos el gráfico de las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “ Práctica principal del instrumento”. Comprobamos como además de lo expuesto anterioremente, los alumnos con varios instrumentos también tienen sensación de tensión muscular mayor que los instrumentistas de orquesta, pero menos que los solistas.

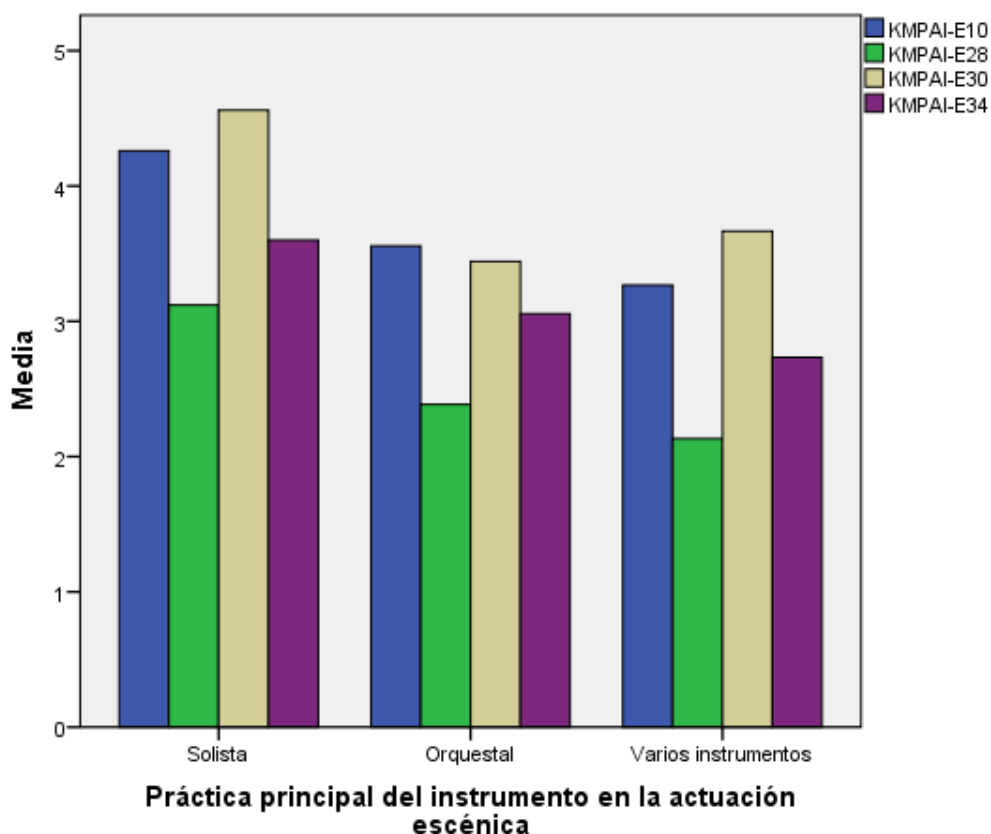


Figura 5.5. Gráfico de las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Práctica principal del instrumento”. SPSS 20

Para la variable independiente de predicción “Relación de la profesión del padre con la habilidad para la actuación escénica” encontramos las siguientes relaciones:

- KMPAI-E23 “Mis padres siempre me escuchaban” está significativamente correlacionada con la variable de predicción “Relación de la profesión del padre con la habilidad para la actuación escénica” de manera moderada y proporcional ($R_p=,206$ y $p=,011$ con un R cuadrado= $,043$), indicando que aquellos cuyos padres son músicos tienen menor sensación de escucha por parte de los padres.
- KMPAI-E37 “Me siento seguro tocando de memoria” se correlaciona significativamente con la variable “Relación de la profesión del padre con la actuación escénica” de manera moderada y proporcional ($R_p=,162$ y $P=,046$ con un R cuadrado= $,026$), indicando que aquellos padres cuya profesión no tiene ninguna relación con la actuación escénica influyen en la seguridad tocando de memoria, siendo los alumnos con padre músicos los que menos seguros se sienten.

En la figura 5.6. observamos el gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Relación de la profesión del padre con la habilidad para la actuación escénica”.

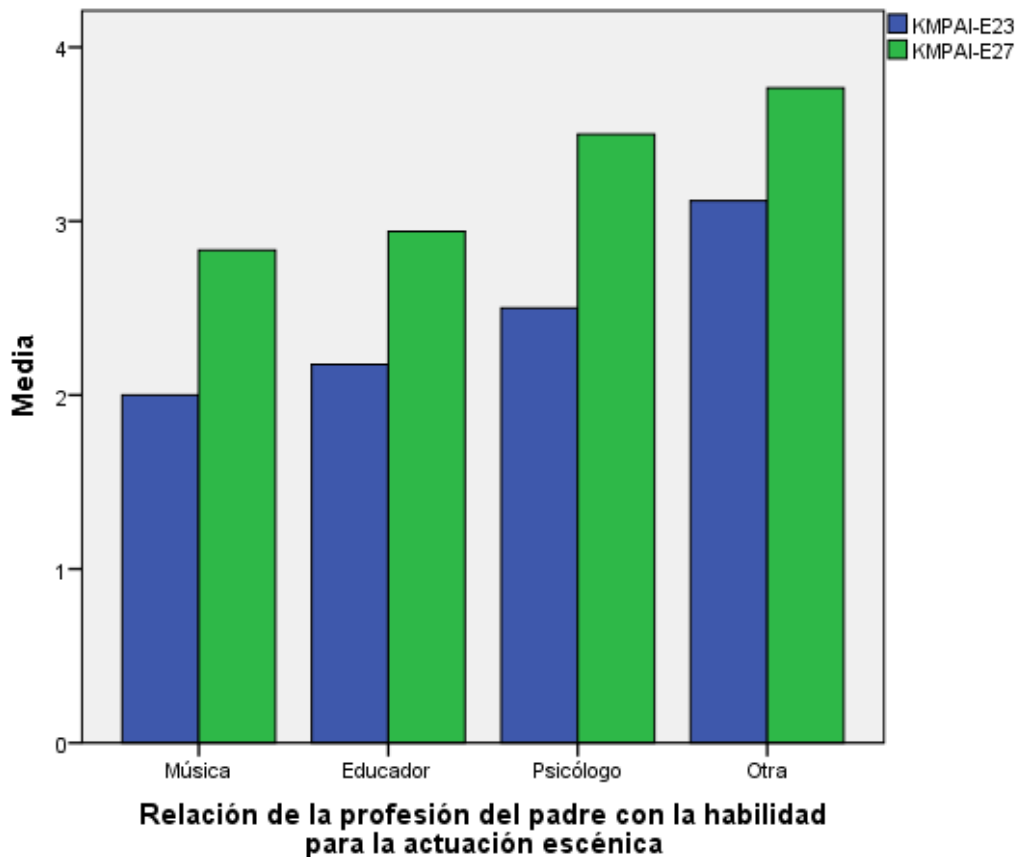


Figura 5.6. Gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Relación de la profesión del padre con la habilidad para la actuación escénica”. SPSS 20

Para la variable independiente de predicción “Relación de la profesión de la madre con la habilidad para la actuación escénica” encontramos las siguientes relaciones:

- KMPAI-E14 “Durante una actuación me encuentro a mí mismo pensando si conseguiré acabarla” se correlaciona con la variable “Relación de la profesión de la madre con la habilidad para la actuación escénica” de manera moderada e inversamente proporcional ($R_p = -.189$ y $P = .019$ con un R cuadrado $= .036$), es decir que aquellos cuyas madres están relacionados con la música sienten más inseguridad por actuar bien.

- KMPAI-E23 “Mis padres siempre me escuchaban” está correlacionada significativamente con la variable “Relación de la profesión de la madre con la habilidad para la actuación escénica” de manera moderada y proporcional ($R_p = ,176$ y $p = ,030$ con un R cuadrado $= ,031$). Esto significa que aquellos padres cuya profesión no tiene que ver con las habilidades para actuar en público ofrecieron la sensación de escucha a sus hijos y aquellos relacionados con la música lo hicieron en menor medida.

En la figura 5.7. observamos el gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Relación de la profesión de la madre con la habilidad para la actuación escénica”.

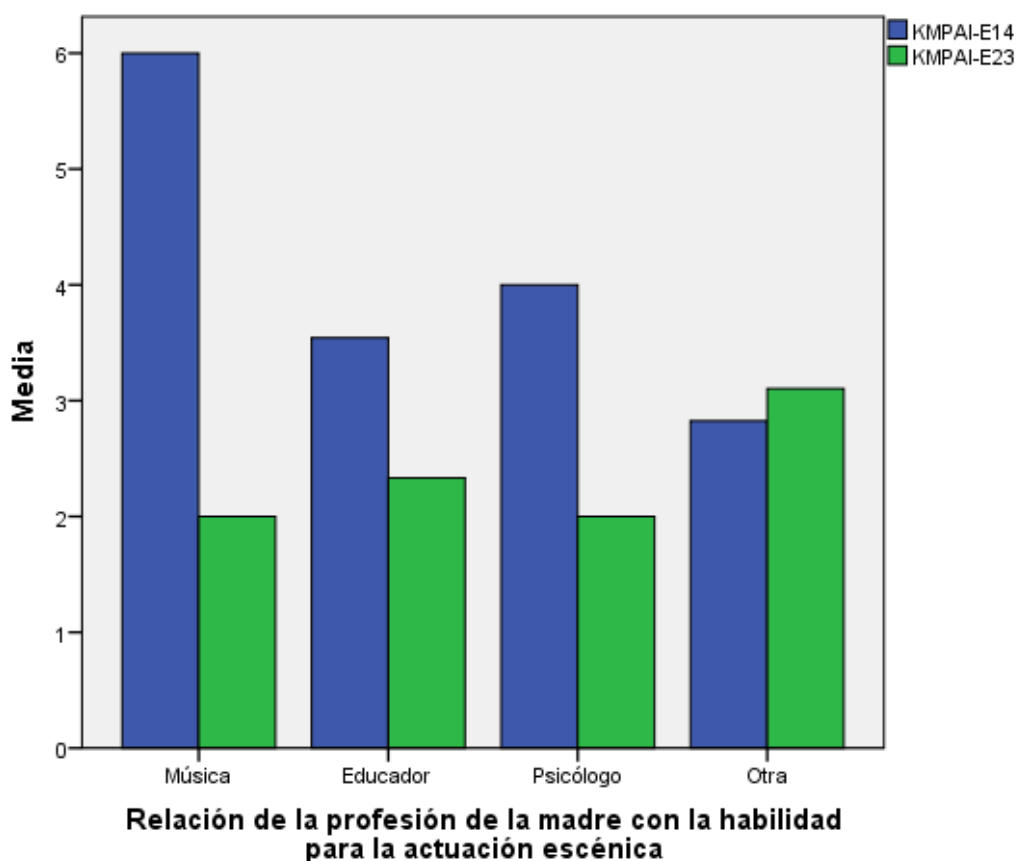


Figura 5.7. Gráfico para las medias de los ítems significativos en función de la variable de predicción “Relación de la profesión de la madre con la habilidad para la actuación escénica”. SPSS 20

6. Discusión.

El objetivo de este estudio es demostrar la siguiente tesis: la ansiedad escénica que padecen los estudiantes, de los Conservatorios Superiores de Música en España, influye en el proceso de interpretación musical. Esta ansiedad escénica en la interpretación musical se describe en función de una serie de características observables. Es por lo tanto esencial escoger un instrumento de diagnóstico acorde con dicha tesis para demostrar su validez. Se decidió emplear el cuestionario de 40 ítems (Kenny, 2009), pues es una adaptación ampliada y que permite, en teoría, medir más factores y variables del proceso de ansiedad escénica en los músicos que el de 26 ítems (Kenny et al., 2004). Además, nuestra muestra poblacional no está dentro del rango considerado como adolescencia para aplicar el MPAI-A (Osborne y Kenny, 2005). En nuestro país solo existe un estudio realizado con el cuestionario de 26 ítems (Zarza, 2012) y los resultados no son considerados como concluyentes por el propio autor, en cuanto a la validación del cuestionario como método de diagnóstico de la ansiedad escénica en los músicos a través de la teoría de Barlow (2002) y Kenny (Kenny et al., 2004), aunque el inventario si arroja datos sólidos en cuanto a su fiabilidad. Sin embargo sí que alcanza la misma conclusión que la autora sobre la existencia de la ansiedad en los músicos, en los españoles concretamente y que se trata de un problema debido a múltiples factores. Esta es la razón que lleva a escoger el otro cuestionario, nunca aplicado en España. Nuestro objetivo es, ante todo, comprender el proceso ansioso desde su perspectiva más amplia y también, evidentemente, constatar su existencia en los estudiantes de los Conservatorios Superiores de Música en España.

Los resultados parecen concluyentes a la hora de indicar que la ansiedad escénica es un proceso que afecta a los estudiantes de música en diversas intensidades y debido a factores diversos. También afirmamos que es un proceso con unas características específicas, lo cual permite aplicar la denominación de “ansiedad escénica en la interpretación musical”. Dicha denominación está en consonancia con la aproximación al proceso que realiza (Kenny, 2009, 2011) presentándolo como un amalgama de variables tanto de índice personal como contextual.

La aplicación del inventario K-MPAI (Kenny, 2009) adaptado y denominado como KMPAI-E arroja índices de fiabilidad altos con un alfa de Cronbach .912. La adecuación muestral es buena, con un $\chi^2=2605,644$, un grado de significatividad $p=0,000$ y la prueba KMO=0,850. Algunos ítems arrojan dudas en sus pesos al realizar la extracción de factores, pues presentan una correlación ítem-total menor de .300, como también ocurre en el estudio realizado por Zarza (2012). Al realizar la factorización con el mismo método que Kenny (2009), para una muestra poblacional muy similar, no obtenemos los mismos factores. Frente a los 12 obtenidos por el K-MPAI (Kenny, 2009) y los 8 del K-MPAI (Kenny, 2011) en nuestro caso surgen 10 para el KMPAI-E. Algunos de los factores coinciden pero no todos. Si se comparan las factorizaciones y se tratan de agrupar en las tres categorías que propone la autora y basadas en la teoría de la triple vulnerabilidad de Barlow (2002): 1. Relación temprana con el contexto (Vulnerabilidad psicológica heredable); 2. Vulnerabilidad psicológica (general); y 3. Ansiedad somática próxima (actuación), se obtienen resultados muy similares, en los que coinciden la mayoría de los ítems. Como vimos en el apartado de análisis confirmatorio en la tabla 5.10., existen tres ítems que no informan de la misma manera en nuestro cuestionario con respecto al de Kenny (2009), pero si se analiza en profundidad el peso de dichos ítems, comprobamos que cargan también en otros factores. El KMPAI-E20 carga también en los Factores 1 y 2, ofreciendo información así en el Factor 2 que se encuadra en la categoría vulnerabilidad psicológica (general), coincidiendo así con el K-MPAI (Kenny, 2009). El KMPAI-E27 carga también en el factor 4, ofreciendo información así en la categoría de relación temprana (vulnerabilidad psicológica heredada), coincidiendo también con el K-MPAI (Kenny, 2009). Por último, el KMPAI-E32 carga también en el Factor 1, coincidiendo también en la categoría de ansiedad somática próxima con el K-MPAI (Kenny, 2009). Si atendemos a estas relaciones comprobamos como coinciden totalmente los ítems en las tres categorías propuestas por Kenny (2009). No olvidaremos que la propia autora defiende que la ansiedad escénica en la interpretación musical es un fenómeno compuesto por un amalgama de elementos que están relacionados entre si. Prueba de ello son el comportamiento de estos ítems. Los ítems se comportan de una manera semejante en las tres categorías, pues no olvidaremos que un mismo ítem puede informar en varios factores, aunque para extraer conclusiones discriminemos en favor de los valores más altos, como es lógico.

Además realizamos una prueba de máxima verosimilitud solicitando extraer 3 factores y obtenemos que estos explican el 33,232% de la varianza y una bondad de ajuste de Chi-cuadrado de $\chi^2=923,118$ con una significación $p=,000$, con 663 grados de libertad. Es evidente la existencia de unos factores latentes que explican la ansiedad escénica en los músicos, pero esta influencia no se manifiesta exactamente igual que en la población australiana.

Los datos nos permiten aceptar la teoría de que existen tres categorías para explicar el proceso de la ansiedad escénica en los músicos, sin embargo, los resultados evidencian que los ítems no se agrupan exactamente en los mismos factores ni categorías que los mostrados por Kenny (2009), aunque exista una similitud tan grande que permita pensar que esta variabilidad se deba a el contexto socio-cultural.

Tomando como base los datos obtenidos en nuestro estudio, definimos los siguientes factores:

1. El Factor 1 se denominará **“Pensamientos y sensaciones somáticas”** pues engloba los Factores “Preocupación/Temor” (Kenny, 2009), la mayor parte de los ítems del Factor “Ansiedad somática próxima” (Kenny, 2009), excepto uno que no se incluye pero que tiene un peso específico= ,273 y también incluye los ítems sobre la evaluación propia y de los otros sobre la actuación.
2. El Factor 2 se denominará **“Preocupación/ Temor”** pues todos los ítems hacen referencia a la preocupación por las consecuencias de la actuación o lo que pueda surgir en ella. Este Factor está denominado con carácter general debido a que hace referencia a la vulnerabilidad psicológica derivada de la preocupación. Todos sus ítems coinciden con otro de los factores del KMPAI-E (12 factores).
3. El factor 3 se denominará **“Vulnerabilidad psicológica”** pues incluye los ítems relacionados con la desesperanza y la depresión.
4. El Factor 4 se denominará **“Ansiedad generacional familiar”** pues incluye el Factor de “Empatía parental” y dos ítems del Factor “Trasmisión de la ansiedad generacional” (Kenny, 2009) y la similitud con el KMPAI-E (12 factores) es total.
5. El Factor 5 se denominará **“Control”** pues contiene los ítems que hacen referencia a la percepción de control de la vida o la razón de las emociones.

6. El Factor 6 se denominará **“Memoria”** y es totalmente equivalente a un factor del KMPAI-E (12 factores) y al K-MPAI (Kenny, 2009).
7. El Factor 7 se denominará **“Motivación”** pues hace referencia al factor emocional de la inteligencia, relacionado con la continuidad de una actividad en el tiempo e inconvenientes que genera.
8. El Factor 8 se denominará **“Dependencia”** pues incluye los ítems relacionados con la dependencia de los otros.
9. El Factor 9 se denominará **“Percepción personal ante la actuación”** pues contiene ítems sobre la percepción propia y capacidades de actuación.
10. El Factor 10 se denominará **“Ansiedad somática próxima”** pues contiene un ítem con información relacionada con esta misma. El ítem que aparece en este factor también tiene un peso específico en el factor 1, pues la relación con dicho factor es evidente. Es esta la razón por la cual otros muchos ítems cargan, aunque con menor peso en este factor.

La existencia del fenómeno ansioso en la población queda demostrada, así como la relación con unas variables independientes como el género, edad, tipo de instrumento y su función en la interpretación musical y la profesión de los progenitores. En función de las relaciones encontradas afirmamos en nuestra muestra que:

1. La variable de predicción **“Sexo”** está correlacionada significativamente con todos los ítems del Factor 1 **“pensamientos y sensaciones somáticas”** y nos permite concluir que en lo referente a los pensamientos negativos previos, durante la actuación, las mujeres sufren un mayor grado de ansiedad o tienen una percepción mayor de la misma. Además esta correlacionada significativamente con dos de los tres ítems del Factor 5, relacionados ambos con el control. Por este motivo también evidenciamos un aumento de la pérdida de sensación de control o conciencia de la misma en el género femenino. Esto coincide con estudios de Gingsberg (2004), Kenny (2011), Fishbein et al. (1988) entre otros. Sin embargo es importante destacar que también encontramos una correlación en el ítem KMPAI-E17 que nos indica una mayor confianza en la actuación en el género femenino, en el KMPAI-E29 que nos indica una mayor conciencia de que los progenitores han transmitido ansiedad o de tener progenitores ansiosos y en el KMPAI-E37 indicando una mayor seguridad en el género femenino al interpretar de memoria las obras.

2. La variable de predicción “Edad” está correlacionada significativamente con un ítem que permite concluir el aumento en la conciencia de la atención a las necesidades personales por parte de los progenitores, cuanto mayor es el individuo. Esta relación es importante pues permite plantear la percepción de la trasmisión generacional de la ansiedad y su peso como un elemento menos importante que la propia ansiedad situacional, es decir, si lo planteamos a la inversa, cuanto más joven es el individuo menor conciencia tiene de la atención por parte de los progenitores. A mayor edad, más es la ansiedad de tipo situacional.
3. La variable de predicción “Grupo edad” está correlacionada significativamente con el mismo ítem que la “Edad”, confirmando lo anterior y además con el ítem KMPAI-E4 que nos indica una mayor dificultad para generar energía al aumentar la edad. Este elemento incide en la importancia de la ansiedad situacional, es decir, el momento en el que el individuo debe afrontar la actuación ante el público. En consonancia con lo anterior, a mayor ansiedad, menores son las motivaciones para actuar según aumenta la edad.
4. La variable de predicción “Instrumento estudiado en el Conservatorio” está correlacionada significativamente con el ítem KMPAI-E9, indicando que la conciencia de la receptividad a las necesidades por parte de los padres es mayor en instrumentos de cuerda, tanto frotada, como pulsada o percutida. Es evidente que los progenitores con hijos que toquen el violín, guitarra o piano tienen que haber sido receptivos a las necesidades de sus hijos, pues los instrumentos no son los más fáciles, baratos o fácilmente audibles en sus inicios. También el ítem KMPAI-E11 nos indica como los instrumentos de cuerda frotada son los más vulnerables a la ansiedad previa al concierto, aunque al observar las medias del gráfico 5.3 también otros instrumentos están sometidos a esta ansiedad.
5. La variable de predicción “Familia a la que pertenece el instrumento” esta correlacionada significativamente con los ítems del Factor 1 “pensamientos y sensaciones somáticas”, indicando una mayor presencia de pensamientos negativos antes y durante una actuación en instrumentos pertenecientes a la familia de la cuerda tanto pulsada como frotada o percutida. En el seno de estos instrumentos se encuentran algunos de los más reconocidos por ser solistas, lo cual también confirmaría la relación de la ansiedad escénica en la interpretación musical con la vulnerabilidad debida a la causa situacional de la profesión.
6. La variable de predicción “Práctica principal del instrumento en la actuación escénica” también esta correlacionada significativamente con ítems del Factor 1 “pensamientos y

sensaciones somáticas” corroborando que los instrumentos considerados como solistas sufren un mayor grado de ansiedad y que esta es debida al componente situacional, es decir, al carácter de la actuación musical.

7. La variable de predicción “Relación de la profesión del padre con la habilidad para la interpretación escénica” esta correlacionada significativamente con los ítems KMPAI-E23 y KMPAI-E37, evidenciando que aquellos individuos con progenitores más relacionados con la música o el ámbito de la actuación escénica tienen una conciencia de menor atención hacia su actividad en el proceso educativo y además tienen una mayor inseguridad interpretando de memoria. La atención de muchos progenitores que realizan la misma tarea profesional que sus hijos parte de la asunción sobre la transmisión genética de unas aptitudes y habilidades, que en muchos casos no se transmiten genéticamente, sino a través del aprendizaje.
8. La variable de predicción “Relación de la profesión de la madre con la habilidad para la interpretación escénica” esta correlacionada significativamente con un ítem semejante a la variable “Relación de la profesión del padre con la habilidad para la interpretación escénica”, el KMPAI-E23, indicando esa percepción de falta de atención, pero también nos indica con el ítem KMPAI-E14 que, aquellos individuos cuya madre es del mismo gremio, sienten una menor sensación de indefensión durante la actuación.

La existencia del proceso ansioso en los estudiantes de música de los Conservatorios Superiores de Música en España se hace patente sobre todo a través de una serie de ítems que representan elementos de tipo somático que sí coinciden en los cuestionarios y que no varían en función de la población muestral. Por lo tanto, la hipótesis principal de esta tesis queda demostrada, pues la ansiedad escénica que padecen los músicos, estudiantes de los Conservatorios Superiores de Música, influye en el proceso de interpretación musical y esta ansiedad escénica se describe en función de una serie de características observables. La ansiedad escénica en la interpretación musical está determinada por una serie de factores latentes en el individuo, tanto de tipo genético como psicológico del aprendizaje, pero sobre todo situacional, debida a las características que este lenguaje y su práctica tienen en el momento actual de la historia humana. La percepción en la interpretación musical también está relacionada con esas variables personales del individuo. Constatamos que la ansiedad escénica en la interpretación musical es un constructo relacionado con distintas teorías

psicológicas, en especial con las relacionadas con el concepto de indefensión y de vulnerabilidad psicológica de Barlow (2002), pero específico en cuanto a la percepción en la interpretación musical, analizable desde una perspectiva propuesta por Kenny y otros autores (Kenny, 2009, 2011; Kenny y Ackermann 2009; Kenny et al., 2004; Kenny y Osborne, 2006; Osborne y Kenny, 2005), sin embargo esta relación no se presenta totalmente, en la forma que la autora describe en la población de España, bien porque el instrumento de diagnóstico necesita ser ajustado, o por la necesidad de realizar otros estudios. Sin embargo, afirmaremos que los factores y características principales de la ansiedad escénica en la interpretación musical que afecta a los estudiantes de música de Conservatorios Superiores de Música, no varían en función de los contextos sociales y culturales, aunque no afecten en la misma medida o de la misma manera.

7. Conclusiones.

La interpretación musical, el acto de transmitir un mensaje musical, que uno mismo u otros han creado, a un auditor diferente del compositor ha adquirido tal importancia en la actualidad, así como la figura del intérprete musical, que se ha convertido en una profesión muy especializada en nuestra sociedad. Como toda profesión tiene unas características intrínsecas que permiten alcanzar con éxito la actividad propuesta y estas características tienen implícita una relación con el público. Una vez dominado el lenguaje y el instrumento para emplearlo, el intérprete se comunica con el auditor. En este proceso aparentemente sencillo surgen problemas que no permiten a los intérpretes musicales realizar una buena praxis.

El creciente interés en este apartado de la interpretación por parte de los músicos profesionales y sobre todo de pedagogos musicales en su intento por transmitir a sus alumnos estas habilidades necesarias para realizar una buena interpretación, requiere una formación adecuada, que debe llevarse a cabo durante los estudios conducentes a adquirir las habilidades necesarias para ejercer la profesión de intérprete musical, sea cual sea el instrumento empleado.

Como en cualquier área del conocimiento, para formar a alguien se necesita primeramente estudiar, analizar y comprender el proceso en el que se desea intervenir. El análisis de la situación que se produce en la interpretación musical conduce a afirmar que el problema es la ansiedad que padecen dichos sujetos ante la actuación en público. Esta ansiedad tiene unas características muy concretas que nos llevan a buscar un instrumento de diagnóstico para analizarlas y mejorar el proceso, desde dos perspectivas claras. La primera es el conocimiento del proceso de la “ansiedad escénica en la interpretación musical”, mediante las variables que influyen en el proceso y como se puede abordar una mejora en el mismo, a través del análisis de dichas variables. La segunda es el diagnóstico de los sujetos para poder intervenir adecuadamente en su formación, y más concretamente en un ámbito como es el de los Conservatorios Superiores de Música en España, el lugar en el que se forman los futuros músicos de nuestro país.

El instrumento de diagnóstico seleccionado, el K-MPAI (Kenny, 2009) en su adaptación al español KMPAI-E arroja unos índices de fiabilidad altos con un alfa de Cronbach de .912 y con una adecuación muestral buena, al presentar un $\chi^2=2605,644$, un grado de significatividad $p=0,000$ y la prueba KMO=0,850. Esto nos permite concluir que hemos seleccionado y adaptado un instrumento adecuado para analizar y diagnosticar la ansiedad escénica en la interpretación musical. Además se trata de un instrumento fácil de aplicar y de interpretar datos por los pedagogos.

El KMPAI-E nos permite analizar los tres componentes del ser humano, el comportamental, cognitivo y fisiológico, para poder relacionar el aspecto biológico, psicológico general y el psicológico ambiental del fenómeno que padecen estos individuos, la ansiedad. Este análisis nos permite abordar esta variable, la ansiedad, que influye en la interpretación musical desde tres categorías como nos propone Kenny (2009, 2011): 1. Relación temprana con el contexto (Vulnerabilidad psicológica heredable); 2. Vulnerabilidad psicológica (general); y 3. Ansiedad somática próxima (actuación). Estas tres categorías a su vez se agrupan en diez factores relacionados con esos tres componentes del ser humano que tenemos que analizar, el comportamental, el cognitivo y el fisiológico.

De este modo, para intervenir y mejorar el proceso de la interpretación musical escénica hay que tener en cuenta los siguientes factores: “Pensamientos y sensaciones somáticas” “Preocupación/ Temor” “Vulnerabilidad psicológica” “Ansiedad generacional familiar” “Control” “Memoria” “Motivación” “Dependencia” “Percepción personal ante la actuación” y “Ansiedad somática próxima”. Tras el análisis de dichos factores y su relación con las variables de predicción intrínsecas a los sujetos: sexo, edad, instrumento estudiado o la profesión parental, concluimos que la ansiedad en la interpretación musical tiene unas características particulares y bien definidas.

El factor más importante en dicha ansiedad es el relativo a los “Pensamientos y sensaciones somáticas” que se engloba en la categoría de la “Ansiedad somática próxima”, es decir, a la actuación y aquellos elementos relacionados con la misma, las características que determinan la profesión del intérprete musical. Nos encontramos pues ante una ansiedad muy ligada al aspecto ocupacional como defiende Kenny (2009, 2011) y por lo tanto en el que se puede intervenir con mayor probabilidad de éxito en la formación. Se trata de los

denominados como pensamientos negativos y las sensaciones somáticas debidas a la ansiedad previa y durante la actuación. Dentro de esta categoría también encontramos los factores “Percepción personal ante la actuación” “Memoria” “Motivación” “Ansiedad Somática Próxima”. Todos ellos mejorables con una buena formación.

No olvidaremos ni el componente psicológico general del individuo ni el generacional de la ansiedad transmitida, relacionados ambos con las teorías de indefensión y vulnerabilidad de Barlow (2002).

Con lo expuesto anteriormente se refuerza la necesidad de realizar un buen diagnóstico personalizado para cada individuo, que nos permita comprender el factor que más influye en cada intérprete, para tratarlo de una u otra manera, y este instrumento nos permite hacerlo con una buena fiabilidad.

Si atendemos a los datos obtenidos, el sexo es una variable muy relacionada con el proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical, vemos como el sexo femenino tiene una mayor ansiedad general y sobre todo relacionada con este factor de los “Pensamientos y sensaciones somáticas”, así como en el relativo al “Control”. Sin embargo es evidente también que la conciencia es mayor en el sexo femenino que en el masculino sobre la influencia de los progenitores en la transmisión de la ansiedad. También es el sexo femenino el que posee un mayor control de la memoria. No queda demostrado, sin embargo si esta mayor ansiedad es debida a un componente genético o a la propia posición que la mujer ha tenido en esta profesión y a la evolución de la misma.

La edad juega un papel en la ansiedad escénica en la interpretación musical relacionado con la conciencia y la energía, es decir, a mayor edad menor es el efecto, o la conciencia del mismo, de la transmisión generacional de la ansiedad, o mayor es la conciencia de la receptividad y atención de los progenitores. También, a mayor edad, es más difícil generar la energía necesaria para afrontar la interpretación en público y sus implicaciones tanto físicas como emocionales.

El instrumento que escoge el individuo para realizar la interpretación musical es un aspecto muy relevante en la aparición de la ansiedad escénica en la interpretación musical. Se

constata que los instrumentos con un mayor papel de solistas, es decir más expuestos a las críticas, son aquellos que padecen una mayor ansiedad, y sobre todo de carácter situacional.

Por último es necesario destacar el papel de la ansiedad generacional en la indefensión del individuo al realizar la actividad. Las expectativas que los progenitores crean en el individuo determina la forma de afrontar dicha actividad en una profesión en la que las expectativas son uno de los elementos claves para la superación de los objetivos. Sin embargo, como comentaremos a continuación, se hacen necesarios más estudios que aborden la relación de las variables personales e inherentes al individuo, como el sexo, edad o la relación con las habilidades transmitidas por los progenitores (tanto a nivel genético como de la propia educación temprana) y la ansiedad escénica en la interpretación musical, para establecer de manera clara la importancia del aspecto genético de dicha ansiedad, si quedando patente una relación con la ansiedad de tipo ocupacional.

Concluimos pues que la ansiedad escénica en la interpretación musical que padecen los estudiantes de música, de los Conservatorios Superiores de Música en España, es un proceso que afecta a la interpretación musical. Este proceso es evaluable mediante el KMPAI-E y hemos definido sus características gracias a dicho instrumento de diagnóstico. Este tipo de ansiedad está relacionada con una serie de variables sociodemográficas de los sujetos y además está relacionada con los modelos teóricos propuestos por Kenny (2009, 2011); Kenny y Ackermann (2009); Kennny et al., (2004); Kenny y Osborne (2006); Osborne y Kenny (2005) Por lo tanto se hace necesaria la inclusión, en los planes de estudio conducentes a la obtención de un título que capacite a los intérpretes musicales para ejercer la profesión de manera adecuada, una o varias materias que trabajen el aspecto interpretativo a partir de esta variable que influye en dicha interpretación, la ansiedad escénica en la interpretación musical.

Con el fin de trabajar este aspecto en la formación de los músicos se hace necesario, una vez diagnosticada dicha ansiedad y las características concretas que influyen a cada individuo, abordar el trabajo de la interpretación desde tres perspectivas que influyen en la misma, la perspectiva de la ansiedad somática próxima (componentes relativos a la actuación), la relación de la interpretación con las emociones relativas a la vulnerabilidad psicológica heredable (aquellos problemas debidos a la relación de la actividad con las

circunstancias genéticas del individuo) y la relación de la interpretación con las circunstancias debidas a la vulnerabilidad psicológica general del individuo (aquellos problemas debidos factores debilitadores que se han desarrollado en el individuo). Cada una de las prespectivas está consituida por unos factores antes mencionados. Para tratar de mejorar la interpretación se tendrá que formar al individuo para que adquiera las habilidades necesarias para mejorar en aquellos factores que más le debiliten.

Es importante señalar que ya existen tratamientos, que se han aplicado a la ansiedad escénica en la interpretación musical. A continuación se muestran algunos de los que, como afirma Kenny (2011), mayor utilidad han demostrado:

1. Terapias psicoanalíticas: se trata de una nueva corriente de terapias que presentan bastantes innovaciones. Son teorías que están especialmente indicadas para el tratamiento de los componentes relativos a la vulnerabilidad psicológica general y la heredable. No olvidaremos que son tratamientos que requieren un terapeuta especializado. “La principal contribución de la perspectiva psicoanalítica al tratamiento de la ansiedad escénica musical (y ansiedad escénica en general) es proveer una comprensión del significado, tanto consciente como inconsciente, de la situación en la actuación al intérprete.” (Kenny, 2011, p.174). La posibilidad de que se somaticen un conflicto interno en los músicos tiene una demostración empírica (Spahn, Nikolaus y Seidenglanz, 2001)

2. Terapias comportamentales, cognitivas y cognitivas conductuales: las tres corrientes se basan en los mismos principios, pero varían en la manera de emplear las técnicas, (Kenny, 2011). Algunos estudios han aplicado terapias conductuales con sus principios de intervención, a saber, desensibilización sistemática, relajación progresiva de la musculatura, trabajo sobre la conciencia y la respiración y prácticas de conducta (Kendrick, Craig, Lawson y Davidson, 1982; Reitman, 2001; Appel, 1976; Grishman, 1989; Mansberger, 1988; Wardle, 1975; Deen, 2000; Su et al., 2010) y parecen haber tenido un efecto en los pacientes. En cuanto a las terapias cognitivas tratan de cambiar patrones de pensamiento que conducen a conductas maladaptativas a través de la reestructuración cognitiva. Es evidente que poder reestructurar pensamientos y conducirlos desde el pensamiento egocéntrico o de la audiencia hacia la música ha demostrado ser eficaz en la mejora interpretativa (Stetpoe y Fidler, 1987).

Además está probado que aquellos individuos con pensamientos catastrofistas previos a la actuación tienen unos índices de ansiedad escénica musical mayores (Osborne y Franklin, 2002). En cuanto a las terapias cognitivo conductuales han demostrado ser más efectivas para tratar la ansiedad escénica en la interpretación musical (Clark y Agras, 1991; Sweeney y Horan, 1982).

3. Nuevas terapias cognitivo conductuales: hacemos referencia a una serie de teorías que se centran en técnicas de reducción del estrés a través de la acción en la relación con el estado negativo por parte del sujeto y en nuestro caso citaremos como ejemplo la terapia de concienciación para la reducción del estrés, basada en la tradición budista y que se nutre de sus técnicas de meditación para focalizar la atención (Chang, Midlarsky y Lin, 2003; Lin, Chang, Zemon y Midlarsky, 2008). También se emplea en combinación el yoga con la meditación (Khalsa, Shorter, Cope, Wyshak y Sklar, 2009).

4. Las terapias multimodales: se basan en la teoría del “BASIC ID” (Lazarus y Abramovitz, 2004) un tratamiento basado en el comportamiento, sentimientos negativos, sensaciones, imaginación, cognición, relaciones interpersonales y aspectos biológicos. Es decir que convinan todos los aspectos y tratamientos posibles en función de las necesidades del sujeto.

5. Otras teorías basadas en técnicas de intervención: son terapias de intervención a partir de conceptos como la terapia musical, es decir la intervención en músicos con elementos propiamente musicales (Brodsky y Sloboda, 1997; Martin, 2007; Youngshin, 2008), “biofeedback” (Morasky, Reynolds y Sowell, 1983; Thurber, 2006), “terapia de hipnosis” (Stanton, 1994), “Técnica Alexander” (Valentine, Fitzgerald, Gorton, Hudson y Symonds, 1995). Otras teorías son aplicables a cualquier actividad que realice el sujeto, tratando de mejorar su preparación y acercamiento a la misma, así encontramos las teorías basadas en la emoción, teorías basadas en la actuación, modelos de zonas óptimas de funcionamiento, establecimiento de objetivos, las teorías que priman la importancia de la práctica adecuada, el establecimiento de rutinas pre-actuación o el empleo del trabajo mental de preparación ante la actuación (Kenny, 2011).

6. Farmacología: dentro de los más conocidos están los beta-bloqueantes, cuya función es frenar los síntomas fisiológicos debidos a la activación del sistema simpático nervioso central, pero no los síntomas psicológicos, cognitivos y emocionales. Es esta la razón que lleva a concluir que pueden ser útiles en casos muy concretos, pero tienen un coste en la interpretación musical (Nubé, 1991; Packer y Packer, 2005). Además si los músicos necesitan el empleo cotidiano de estos fármacos deberán seguir algún tipo de terapia (Kenny, 2011).

Si tenemos en cuenta que los factores que se han mostrado como más relevantes en la ansiedad escénica en la interpretación musical en nuestro estudio y teniendo en cuenta que muchas de las terapias, deben ser llevadas a cabo por especialistas, entonces, cómo y cuál es pues, la mejora posible en la formación de los músicos. El aprendizaje y formación de los pedagogos en habilidades (tanto mentales como físicas) que se desprenden de dichos tratamientos permitirán intervenir en el aspecto ocupacional de dicha ansiedad, pues este se basa en la actividad que están realizando directamente en el aula. El componente situacional es aquel sobre el cual pueden intervenir los formadores, desarrollando un plan de acción que dote de las habilidades necesarias para emplear el fenómeno de la ansiedad como potenciador y no un debilitador. Este trabajo también repercutirá en el aspecto de la vulnerabilidad psicológica general y el genético. En los casos más complejos, se requerirá de un tratamiento especializado que puede ser complementario, pero es importante no olvidar que la formación implica la transmisión de habilidades tanto que poseemos como aquellas que podemos adquirir.

Tomando como punto de partida las variables que definen al sujeto en el proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical: sexo, edad, instrumento estudiado, o relación con los progenitores y con un buen diagnóstico, estaremos en posición de realizar ese plan de intervención para disminuir la ansiedad debilitante y permitir una mejora en la interpretación musical.

Como todo estudio, este no está exento de limitaciones. La principal sigue siendo la profundización en la comprensión del proceso de la ansiedad escénica en la interpretación musical a través de un mismo instrumento de diagnóstico. Una muestra más amplia y en otro intervalo temporal permitirá contrastar los datos obtenidos y ampliar ese conocimiento del

campo de estudio. Además surgen incógnitas sobre la intervención y como esta mejorará el proceso de la ansiedad en la interpretación musical, atendiendo a si en esta predomina unos factores u otros, pues la intervención es personalizada. Para realizar una intervención, también es necesario un análisis sobre los niveles de ansiedad en los estudiantes de música españoles y los músicos profesionales, pero para ello era indispensable primero una validación del instrumento de diagnóstico. Por todo ello, se hacen necesarias futuras investigaciones en las que se contrasten datos con el mismo instrumento de diagnóstico y también en muestras en las que se realice una intervención.

8. Conclusions.

Musical performance, the act of transmitting a musical message, created by one's self or others, to an audience who is not the composer, has achieved such importance, as much as the musical performer, that it has become in our society a highly skilled profession. As any other profession, it has some essential characteristics which permit reaching the proposed activity successfully and such characteristics have implicit a relationship with the audience. Once the language and the instrument to use it are controlled, the performer communicates with the audience. In this process, which seems to be easy, some problems appear. These do not let the performer accomplish a good praxis.

The increasing interest in this part of the performance by professional musicians and above all by the music educator who tries to transmit these basic skills to their students to accomplish a good performance, requires an appropriate training to be a musical performer, whatever the instrument is.

As in any other field of knowledge, to train anyone you need firstly to study, analyze and understand the process where you want to intervene. The analysis of the situation produced in the musical performance lead to establish that the problem is the anxiety suffered by the performers facing the performance. This anxiety has concrete characteristics which lead us to search an instrument of diagnosis to analyse and improve them, from two obvious/clearly perspectives. The first one is the knowledge of the process of the "stage anxiety in the musical performance", by means of the variables affecting the process and how you tackle an improvement in such process. And the second one is the diagnosis of the subjects to be able to intervene suitably in their training, and in particular in the Advanced Music Conservatories in Spain, where the future musicians have their training in our country.

The chosen instrument of diagnosis, the K-MPAI (Kenny, 2009) in the Spanish adaptation KMPAI-E generates a high internal consistency with a Combrach's α .912 and with a good validity sample, with $x^2 = 2605,644$, significant level $p= 0.000$ and KMO test = 0.850. These let us conclude that the instrument we have chosen and adapted is suitable to analyze and diagnose the stage anxiety in the musical performance. Besides it is and instrument easy to use and interpret the data by the educator.

The KMPAI-E analyses three components of the human being: the behavioural, cognitive and physiological; to be able to relate the biological aspect, psychological aspect in general and psychological environmental aspect of the anxiety that this subject suffer. This analysis allows us to deal with this variable, the anxiety, which affects in the musical performance from three categories as Kenny (2009, 2011) propose: 1. Early relationship context (heritable psychological vulnerability); 2. Psychological vulnerability (general) and 3. Proximal performance concerns. These three categories at the same time are grouped together in ten factors related with these components of the human being, the behavioural, cognitive and physiological.

In this way, to intervene and improve the musical performance process it is necessary to take into account the following factors: “Somatic Thoughts and Feelings” “Control” “Memory” “Motivation” “Dependence” “Personal Perception facing the performance” and “Proximal performance concerns”. After the analysis of such factors and the relation with the prediction variables intrinsic to the individuals: gender, age, studied instrument or the parents’ profession, we can conclude that the anxiety in the musical performance has special and well-define characteristics.

The most important factor in such anxiety is related to the “Somatic Thoughts and Feelings” which are included in the category of “Proximal performance concerns”, which means the performance and those elements related with it, that is what define the musical performer. So that we are in the presence of an anxiety quite related to the occupational aspects as it is said in Kenny (2009, 2011) and therefore where we can intercede with a higher possibility of succeed in the training. It is about the negative thoughts and the somatic feelings due to the anxiety suffered previous and during the performance. Within this category we also find the factors “Personal perception faces the performance” “Memory” “Motivation” “Proximal performance concerns”. All of them improvable with a good training.

We cannot forget about the psychological factor in general of the individual nor the generational factor of the transmitted anxiety, both related with the helplessness and vulnerability theories of Barlow (2002)

If we pay attention to the results, gender is highly related with the process of the stage anxiety in the musical performance, we can see that the female suffer more from general anxiety and specially related with the “Somatic Thoughts and Feelings” factor likewise “Control”. However, Consciousness about the influences of the parents in the anxiety transmission is also higher in the female than in the male. Female also possess a greater control of the memory. It is not demonstrated though, if this anxiety is due to a genetic component or to the female position in this profession and its development.

The age is also important in the stage anxiety in the musical performance related to the awareness and the energy, the higher the age the less effect or the conscience of it, of the generational transmission of the anxiety, or the higher the receptivity awareness and attention from the parents. The higher the age the more difficult to generate the energy needed to face the public performance and its physical consequences as much as the emotional ones.

The musical instrument chosen by the individual to perform is a very important aspect in the manifestation of the stage anxiety in the musical performance. It is established that the instruments with a greater role of soloist, the one which are more exposed to critics, are those which suffer from a greater anxiety, mainly situational anxiety.

Finally it is necessary emphasise the role of the generational anxiety in the helplessness of the individual when accomplishing the task. The expectation that parents create in the individual determines the way of facing the musical performance in a profession where expectations are one of the key elements to achieve the objectives. However, as we will explain, they are more necessary studies dealing with the personal and attached to the individual variables, such as gender, age or the relation with the abilities transmitted by the parents (in a genetic level as much as in the own early education) and the stage anxiety in the musical performance, to establish clearly the importance of the genetic aspect of such anxiety, being clear a relationship with the occupational anxiety.

We can conclude that the stage anxiety in the musical performance suffered by the music students from the Advanced Music Conservatories in Spain is a process that affects in the musical performance. This process is assessed through the KMPAI-E and we have defined its characteristics thanks to such diagnostic instrument. This kind of anxiety is related

to some socio-demographic variables of the individuals and as well as the theoretical models proposed by Kenny (2009, 2011); Kenny and Ackermann (2009); Kenny et al., (2004); Kenny and Osborne (2006); Osborne and Kenny (2005). Therefore it is necessary the inclusion, in the study plans conducive to the degree which prepare the musical performers to practice properly their profession, one or more subjects dealing with the interpretative aspect from this variable which affects in such performance, the stage anxiety in the musical performance.

In order to work this aspect of the musician training it is necessary, once such anxiety is identified and the specific characteristics that affect each individual, to address the interpretation work from three perspectives which combine in one the proximal performance concerns (components related to the performance), the relation of the performance with the feelings concerning the heritable psychological vulnerability (those problems because of the relation of the activity with the individual genetic circumstances) and the relation of the performance with the circumstances of the general physiological vulnerability of the individual (those problems due to debilitating factors that have been developed in the individual). Each perspective is formed by factors already mentioned. In order to try to improve the performance the individual must be educated to achieve the needy abilities to improve in those most debilitating aspects.

It is important to point out that there are already treatments which have been used in the stage anxiety in the musical performance. Some of which, Kenny (2011) claims as the most useful are displayed below:

1. Psychoanalytical Theories: it is a new school of therapies that have several innovations. These theories are specially recommended to treat the components related to general psychological vulnerability and to the heritable psychological vulnerability. This treatment requires a specialise therapist. "The principal contribution of the psychoanalytic perspective to the treatment of the musical performance anxiety (and performance anxiety in general) is providing an understanding of the meaning, both conscious and unconscious, of the performance situation to the performer."(Kenny, 2011, p.174). The possibility to externalize an inner conflict in musicians has an empiric demonstration.

2. Behavioural, cognitive and cognitive behavioural therapies: The three groups of therapies are based on the same principles, but use the therapeutic techniques in different way. (Kenny, 2011). Some studies have applied behavioural therapies in their principles of intervention, systematic desensitization, ongoing relaxation of the musculature, consciousness and breathing workshop and behaviour practice. (Kendrick, Craig, Lawson and Davidson, 1982; Reitman, 2001; Appel, 1976; Grishman, 1989; Mansberger, 1988; Wardle, 1975; Deen, 2000; Su et al., 2010) and it seems to have had effect in the patients. The cognitive therapies try to change the thought patterns which lead to maladaptative behaviour through a cognitive reorganisation. It is clear that being able to reorganise thoughts and lead them from the egocentric or the audience thought towards the music has proved to be efficient in the performance improvement. (Stetpoe and Fidler, 1987). Moreover it is proved that those individuals with alarmist thoughts prior to the performance have higher levels of musical stage performance anxiety. (Osborne and Franklin, 2002). Regarding the cognitive behavioural therapies it has been proved that they are more effective to treat the stage anxiety in the musical performance (Clark and Agras, 1991; Sweeney and Horan, 1982).

3. New wave cognitive behavioural therapies: we refer to a group of theories focused on stress reduction through the action in the relation with the negative state of the individual and we mention as an example the mindfulness-based stress reduction based on the Buddhist tradition using its meditation techniques to focus the attention (Chang, Midlarsky and Lin, 2003; Lin, Chang, Zemon and Midlarsky, 2008). It also combines the use of yoga and meditation. (Khalsa, Shorter, Cope, Wyshak and Sklar, 2009).

4. Multimodal therapies: they are based upon the “BASIC ID” theory (Lazarus and Abramovitz, 2004) a treatment based on the behaviour, negative affects sedation, imaginary, cognition, interpersonal relationship and biological factors. They combine all the factors and possible treatments based on the individual necessities.

5. Other theories based upon intervention techniques: they are intervention theories from concepts such as music therapy, that is intervention on musicians with strictly speaking music elements (Brodsky and Sloboda, 1997; Martin, 2007; Youngshin, 2008), “biofeedback” (Morasky, Reynolds and Sowell, 1983; Thurber, 2006), “hypnotherapy” (Stanton, 1994), “Alexander Technique” (Valentine, Fitzgerald, Gorton, Hudson and Symonds, 1995). Other

theories are applicable to any activity that the individual carry out, trying to improve the preparation and the approach to it, thus we find emotion-based theories, performance-base theories, individual zones of optimal functioning model, goal setting, theories that prioritise the importance of good practice habits, pre-performance routines or the use of mental practise in the preparation of the musical performance. (Kenny, 2011).

6. Pharmacotherapy: within the best known are the beta-blockers, whose function is to block the physiologic symptoms of the central nervous sympathetic system, but not the psychological, cognitive and emotional symptoms. This is why we can conclude that it can be useful in some very specific cases, but it really has an effect on the musical performance (Nubé, 1991; Packer and Packer, 2005). Besides, if musicians need a daily use of this drug they should follow any kind of therapy (Kenny, 2011).

If we keep in mind the most relevant factors in the stage anxiety in the musical performance and if we also keep in mind that most of the therapies must be carried out by specialist, we should wonder how and what is the possible improvement in the musician training. The learning and training of the educator in skills (both physical and mental) that are deduced from such treatments will permit intervene in the occupational aspect of such anxiety, as it is based in the activity they are doing in the classroom. The situational factor is the one in which educators can intervene, by developing an action plan where are taught the necessary abilities to use the anxiety as an enhancer instead of a debilitating. This work will also affect the general psychological vulnerability and the genetic factors. In the most complex cases, a specialise treatment which can be supplementary, but we cannot forget that training involves the transmission of the abilities we posses as much as the ones we can learn.

Taking as starting point the variables which defines the individual in the process of stage anxiety in the musical performance: gender, age studied instrument and relationship with the parents and with a good diagnosis; we can reduce the debilitating anxiety and improve the musical performance.

As any other study, this has limits. The main one is still the deepening in the understanding of the process of the stage anxiety in the musical performance through the same diagnosis instrument. A wider sample and in other temporal context will let verify the

data and widen that knowledge of the study field. Besides, some unknowns about the intervention appear and how this will improve the process of the anxiety in the musical performance, thinking if one or other factors predominates as the intervention is personalized. To intervene it is also necessary an analysis of the anxiety levels of the Spanish music students and the professional musicians, but for that it was necessary a validation of a diagnosis instrument. For all of these reasons, are needed future investigations where data, with the same diagnosis instrument, will be confirmed and also in samples where an intervention is done.

BIBLIOGRAFÍA.

- Achenbach, T.M. (1991). *Manual for the youth self-report and 1991 profile*. Burlington, VT: University of Vermont.
- Alden, L. E., Ryder, A. G. y Mellings, T. M. (2002). Perfectionism in the context of social fears: Towards a two-component model. En G. L. Flett & Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp.373-391). Wasington, DC: American Psychological Association.
- Alpert, R. y Haber, R. N. (1960). Anxiety in academic achievement situations. *Journal of Abnormal Social Psychology*, 61, 207–215.
- American Psychiatric Association (1980). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association (1995). *DSM-IV: Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos*. Barcelona: Mason, S.A.
- Appel, S. S. (1976). Modifying solo performance anxiety in adult pianists. *Journal of Music Therapy*, 13(1), 2–16.
- Arcier, A. (1998). *Le trac: le comprendre pour mieux l'appivoiser*. Onet-le-Château: Alexitère Editions.
- Bandura, A. (1991). Self-efficacy conception of anxiety. En S. Schwarzer & R. A. Wicklund (Eds.), *Anxiety and self-focused attention* (pp. 89-110). Amsterdam, Netherlands: Harwood Academic Publishers.
- Barbeau, A. (2011). *Performance Anxiety Inventory for Musicians (PerfAIM): A New Questionnaire to Assess Music Performance Anxiety in Popular Musicians* (Tesis Doctoral) McGill University, Montreal, Canada.
- Barico, A. (1999). *El alma de Hegel y las vacas de Wisconsin*. Madrid: Ediciones SIRUELA.
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: the nature and treatment of anxiety and panic*. New York: The Guildford Press.
- Bartel, L. R. y Thompson, E. G. (1994). Coping with performance stress: A study of professional orchestra musicians in Canada. *The Quaterly Journal of Music Teaching and Learning*, 5(4), 70-78.

- Beidel, D. C., Turner, S. M. y Morris, T. L. (1998). *Social Phobia and Anxiety Inventory for Children (SPAI-C)*. North Tonawanda, NY: Multi-Health Systems Inc.
- Boletín Oficial del Estado, núm. 137 de 5 de junio de 2010, páginas 48480 a 48500 (21 págs.).
- Brodsky, W. (1996). Music performance anxiety reconceptualised: A critique of current research practice and findings. *Medical Problems of Performing Artist, 11*(3), 88-98.
- Brodsky, W. y Sloboda, J. A. (1997). Clinical trial of a music generated vibrotactile therapeutic environment for musicians: Main effects and outcome differences between therapy subgroups. *Journal of Music Therapy, 34*, 2-32.
- Brodsky, W., Sloboda, J. A. y Waterman, M. G. (1994). An exploratory investigation into auditory style as a correlate and predictor of music performance anxiety. *Medical Problems of Performing Artists, 9*, 101-112.
- Brown, T. A., O’Leary, T. A. y Barlow, D. H. (2001). Generalized anxiety disorder. En D. H. Barlow (Ed.), *Clinical handbook of psychological disorders: A step-by-step treatment manual* (3rd ed.). New York: Guilford Press.
- Buendía, L. (1998). *Métodos de Investigación en Psicopedagogía*. En Buendía, L. Colás, M. P. y Hernández, F. (Eds.) *La Investigación por Encuesta* (pp. 120-154). Aravaca: McGraw-Hill.
- Cambridge University Press (2003) *Cambridge Advanced Learner’s Dictionary*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Cannon, W. B. (1929). *Bodily changes in pain, hunger, fear and rage*. New York: Appleton Century-Crofts.
- Celina, H., Campo, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista Colombiana de Psiquiatría, XXXIV*, 572-580.
- Chang, J. C., Midlarsky, E. y Lin, P. (2003). The effects of meditation on music performance anxiety. *Medical Problems of Performing Artists, 18*(3), 126-130.
- Clark, D. B. y Agras, W. S. (1991). The erformance anxiety in musicians. *American Journal of Psychiatry, 148*(5), 598-605.
- Conde, E. (2004). La ansiedad en la educación musical. *Revista de Psicodidáctica, 17*, 101-107.
- Conklin, N. M. (2011). *Musical performance anxiety in virtual performances: A comparison of recorded and live performance contexts* (Tesis Doctoral). University of Ocklahoma, Norman, Oklahoma, Estados Unidos de América.

- Cooper, C. L. y Willis, G. I. D. (1989). Popular musicians under pressure. *Psychology of Music*, 17(1), 22-36.
- Cox, W. J. y Kenardy, J. (1993). Performance anxiety, social phobia, and setting effects in instrumental music students. *Journal of Anxiety Disorders*, 7(1), 49-60.
- Craske, M. G. (1999). *Anxiety disorders: Psychological approaches to theory and treatment*. Boulder, CO: Wetview Press.
- Craske, M. y Craig, K. (1984). Musical performance anxiety: The three-systems model and self-efficacy theory. *Behaviour Research and Therapy*, 22(3), 267-280.
- Creed, P. A. y Evans, B. M. (2002). Personality, well-being and deprivation theory. *Personality and Individual Differences*, 33(7), 1045-1054.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Aprender a fluir*. Barcelona: Editorial Kairós.
- Dalía, G. (2004). *Cómo superar la ansiedad escénica en músicos*. Madrid: Mundimúsicas S.L.
- Davey, G. C. L. (1994). Pathological worrying as exacerbated problema solving. En G.C.L. Davey & F. Tallis (Eds.), *Worrying: Perspectives on theory, assessment, and treatment*. New York: Wiley.
- Deen, D. R. (2000). *Awareness and breathing: Keys to the moderation of musical performance anxiety* (Tesis Doctoral). University of Kentucky, Kentucky, Estados Unidos de América.
- Dwyer, J. H. (1983). *Statistical models for the social and behavioral sciences*. New York: Oxford University Press.
- Ellis, A. y Abrahams, E. (1980). *Terapia Racional Emotiva. Mejor salud y superación personal afrontando nuestra realidad*. México: Pax México.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: W. W. Norton.
- Eysenck, H. J. (1988). Personality, stress and cáncer: Prediction and prophylaxis. *British Journal of Medical Psychology*, 61, 57-75.
- Eysenck, M. W. (1991). Anxiety and attention. En R. Schwarzer & R. A. Wicklund (Eds.), *Anxiety and self-focused attention*. Chur, Switzerland: Harwood Academic Publishers.
- Eysenck, M. W. (1997). *Anxiety and cognition: A unified theory*. Hove, UK: Psychology Press.
- Fehm, L. y Schmidt, K. (2005). Performance anxiety in gifted adolescent musicians. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(1), 98-109.

- Fishbein, M., Middlestadt, S. E., Ottati, V., Strauss, S. y Ellis, A. (1988). Medical problems among ICSOM musicians: Overview of a national survey. *Medical Problems of Performing Artist*, 3, 1-8.
- Flett, G. L. y Hewitt, P. L. (2005). The perils of perfectionism in sport and exercise. *Current Directions in Psychological Science*, 14(1), 14-18.
- Freud, S. (1957). On narcissism: An introduction. In J. Strachey (Ed. & Trans.): *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*, 14, (pp. 73-102). London: Hogarth Press and the Institute of Psychoanalysis.
- Frost, R. O., Lahart, C. M. y Rosenblate, R. (1991). The development of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 559-572.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. y Rosenblate, R. (1990). The dimensión of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Fubini, E. (1999). *La estética musical desde la Antigüedad hasta el siglo XX*. Madrid: Alianza Editorial. S. A.
- Garriga, M. (1990). *Estética de la Música (Temas básicos, anécdotas y fundamentos paleo-sociológicos)*. Barcelona: Tenora Edicions Musicals.
- Gingsberg, D. L. (2004). Women and anxiety disorders: Implications for diagnosis and treatment. *CNS Spectrums*, 9(9), 1-16.
- Gorges, S., Alpers, G. W. y Pauli, P. (2007). Musical performance anxiety as form of social anxiety? En A. Williamon y D. Coimbra (Eds.), *International Symposium on Performance Science* (Vol 1, pp. 67-72). Porto, Portugal: European Association of Conservatoires (AEC): Utrecht, The Netherlands.
- Gray, J.A. (1982). *The neuropsychology of anxiety*. New York: Oxford University Press.
- Gray, J. A. y McNaughton, N (1996). The neuropsychology of anxiety: reprise. En D. A. Hope (Eds.), *Nebraska Symposium on Motivation* (Vol. 43.) *Perspectives on anxiety, panic, and fear*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- Grishman, A. (1989). *Musicians' performance anxiety: The effectiveness of modified progressive muscle relaxation in reducing physiological, cognitive, and behavioral symptoms of anxiety* (Tesis Doctoral). University of Pittsburgh, Pittsburgh, Estados Unidos de América.
- Herrera, L. y Manjón, G. J. (2013). Ansiedad escénica musical en estudiantes de flauta travesera. *Eufonía: Didáctica de la música*, 57, 43-55.

- Hewitt, P. L. y Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 20(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, A. M., Parkin, M., Lam, R. W., et al. (2003). The interpersonal expression of perfectionism: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1303-1325.
- Hook, J. N. y Valentiner, D.P. (2002). Are specific and generalized social phobias qualitatively distinct? *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9(4), 379-395.
- Horney, K. (1937). *The Neurotic Personality of Our Time*. London: Kegan Paul, Trench, Truber.
- Insel, T. R. y Fenton, W. S. (2005). Psychiatric epidemiology: It's not just about counting anymore. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 590-595.
- James, I. (1997). *Federation Internationale des Musiciens 1997 Survey of 56 orchestras Worldwide*. London: British Association for Performing Arts Medicine.
- James, I. (1998). Western orchestral musicians are highly stressed. *Resonance: International Music Council*, 26, 19-21.
- Kashani, J. H., Orvaschel, H., Rosenberg, T. K y Reid, J. C. (1989). Psychopathology in a community sample of children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 28, 43-52.
- Kaspersen, M. y Gotestam, K. G. (2002). A survey of music performance anxiety among Norwegian music students. *European Journal of Psychiatry*, 16(2), 69-80.
- Kawamura, K. Y., Hunt, S. L., Frost, R. O. y DiBartolo, P. M. (2001). Perfectionism, anxiety, and depression: Are the relationships independent? *Cognitive Therapy and Research*, 25, 291-301.
- Kendrick, M. J., Craig, K. D., Lawson, D. M., y Davidson, P. O. (1982). Cognitive and behavioural therapy for musical-performance anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 50(3), 353-362.
- Kenny, D.T. (2009). *The factor structure of revised Kenny Music Performance Anxiety Inventory*. International Symposium on Performance Science. Auckland, New Zealand: AEC.
- Kenny, D. T. (2011). *The Psychology of Music Performance Anxiety*. New York: Oxford University Press.

- Kenny, D. T. y Ackermann, B. (2009). Optimizing physical and psychological health in performing musicians. En S. Hallam, I. Cross & M. Thaut (Eds.), *Oxford Handbook of Music psychology* (pp. 390-400). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Kenny, D.T., Davis, P. y Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongs opera chorus artista and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders*, 18(6), 757-777.
- Kenny, D. T., Fortune, J. y Ackermann, B. (2009). *What predicts performance excellence in tertiary level music students?* International Symposium on Performance Science. Auckland: New Zeland.
- Kenny, D. T. y Osbrone, M. S. (2006). Music performance anxiety. New insights from young musicians. *Advances in Cognitive Psychology*, 2(2-3), 103-112.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R. y Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593-602.
- Khalsa, S. B., Shorter, S. M., Cope, S., Wyshak, G. y Sklar, E. (2009). Yoga ameliorates performance anxiety and mood disturbance in young profesional musicians. *Applied Psychophysiology & Biofeedback*, 57(4), 279-289.
- Kivimaki, M. y Jokinen, M. (1994). Job perceptions and well-being among symphony orchestra musicians: A comparison with other occupational groups. *Medical Problems of Performing Artist*, 9, 73-76.
- Kokotsaki, D. y Davidson, J. W. (2003). Investigating musical performance anxiety among music college singing students: A quantitative analysis. *Music Education Research*, 5(1), 45-59
- Kovacs, M. (1992). *Children's Depression Inventory Manual*. Toronto, Canada: Multi-Health Systems.
- Kubzansky, L. D. y Stewart, A. J. (1999). At the intersection of anxiety, gender and performance. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(1), 76-97.
- Lang, P. J. (1968). Fear reduction and fear Behavior: Problems in treating a construct. En J. M. Shilien (Eds.) *Research in psychoterapy* (Vol. 3.) American Psychological Association. Washington DC.

- Lang, P. J. (1984). Cognition in emotion: Concept and action. En C. Izard, J. Kagan y R. Zajonc (Eds.) *Emotion, cognition, and behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Lang P. J. (1985). The cognitive psychophysiology of emotion: Fear and anxiety. En A. H. Tuma y J. D. Maser (Eds.) *Anxiety and the anxiety disorders*. Hillsdale, NJ: Elbaum.
- Lawson, C. y Stowell, R. (2005). *La interpretación histórica de la música*. Madrid: Alianza Música.
- Lazarus, R. S. y Abramovitz, A. A. (2004). A multimodal behavioral approach to performance anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 60(8), 831-840.
- Lehrer, P. M., Gildman, N. y Strommen, E. (1990). A principal components assessment of performance anxiety among musicians. *Medical Problems of performing Artists*, 5, 12-18.
- Levitin, D. J. (2008). *Tu cerebro y la música: el estudio científico de una obsesión humana*. Barcelona: RBA.
- Lin, P., Chang, J., Zemon, V. y Midlarsky, E. (2008). Silent illumination: A study on Chan (Zen) meditation, anxiety, and musical performance quality. *Psychology of Music*, 36(2), 139-155.
- Lockwood, A. H. (1989). Medical problems of musicians. *New England Journal of Medicine*, 320, 221-227.
- Mansberger, N. B. (1988). *The effects of performance anxiety management training on musicians' self-efficacy, state anxiety and musical performance quality* (Tesis de Master no publicada). Western Michigan University: Kalamazoo, Michigan, Estados Unidos de América.
- Marinovic, M. (2006). La ansiedad escénica en intérpretes musicales chilenos. *Revista Musical Chilena*. 60(205). 5-25.
- Maroon, M. T. J. (2003). *Potential contributors to performance anxiety among middle school students performing at solo and ensemble contest* (Tesis Doctoral). Kent State University: Kent, Estados Unidos de América.
- Martin, R. (2007). *The effect of a series of guided music imaging sessions on music performance anxiety* (Tesis de Master no publicada). University of Melbourne: Melbourne, Australia.

- Masten, A. S., Best, K. M. y Garmezy, N. (1991). Resilience and development: Contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychopathology*, 2, 425-444.
- Mathews, A. (1990) Why worry?: The cognitive function of anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 28, 455-468.
- McCauley, R. J., y Swisher, L. (1984). Psychometric review of language and articulation tests for preschool children. *Journal of Speech and Hearing Disorders*, 49, 34-42.
- Mor, S. Day, H. I., Flett, G. L. y Hewitt, P. L. (1995). Perfectionism, control, and components of performance anxiety in profesional artista. *Cognitive Therapy and research*, 19, 207-225.
- Morasky, R. L., Reynolds, C. y Sowell, L. E. (1983). Generalized of lowered EMG levels during musical performance following feedback training. *Biofeedback and Self-regulation*, 8, 207-216.
- Nagel, J. J., Mimle, D. P., y Papsdorf, J. D. (1989). Cognitive-behavioural treatment of musical performance anxiety. *Psychology of Music*, 17, 12-21.
- Neftel, K. A., Adler, R. H., Kappeli, L., Rossi, M., Dolder, M., Kaser, H. E. et al. (1982). Stage fright in musicians: a model illustrating the effect of beta blockers. *Psychosomatic Medicine*, 44(5), 461-469.
- Nubé, J. (1991). Beta-blockers: Effects on performing muscians. *Medical Problems of Performing Artists*, 6, 61-68.
- Oxford University Press (1998). *Diccionario Oxford Esencial*. New York: Oxford University Press.
- Organización Mundial de la Salud (1992). *CIE10 Trastornos mentales y del comportamiento: Descripciones clínicas y pautas para el diagnóstico*.
- Orlandini, L. (2012). La interpretación musical. *Revista Musical Chilena*, 218, 77-81.
- Osipow, S. (1998) *Occupational Stress Inventory: profesional manual* (Rev. Ed.) Columbus, OH: Psychological Assessment Resources.
- Osborne, M. S. y Franklin, J. (2002). Cognitive processes in music performance anxiety. *Australian Journal of Psychology*, 54(2), 86-93.
- Osborne, M. S. y Kenny, D. T. (2005). Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. *Journal of Anxiety Disorders*, 19(7), 725-751.

- Packer, C. D. y Packer, D. M. (2005). Beta-blockers, stage fright, and vibrato: A case report. *Medical Problems of Performing Artists*, 20(3), 126-130.
- Paul, G. L. (1966). *Insight vs. desensitization in psychotherapy: An experiment in anxiety reduction*. Stanford: Stanford University Press.
- Porges, S. W. (2001). The polyvagal theory: Phylogenetic substrates of social nervous system. *International Journal of Psychophysiology*, 42, 123-146.
- Porges, S. W. (2007) The polyvagal perspective. *Biological Psychology*, 74, 116-143.
- Pruzinsky, T., y Borkovec, T. D. (1983). Cognitive characteristics of chronic worriers. *17th Annual Convention of Association for Advancement of Behavior Therapy*. Washington, D.C.
- R.A.E. (2012). *Diccionario de la Lengua Española*. 22ª Edición.
- Raedburn, S. D. (2007). The ring of fire: Shame, fame, and rock `n´ roll (Johnny Cash's drug addiction). *Medical Problems of Performing Artist*, 22(1), 3-9.
- Redfield, J. (1961). *Musica: Ciencia y Arte*. Buenos Aires: Eudeba.
- Reitman, A. D. (2001). The effects of music-assisted coping systematic desensitization on music performance anxiety. *Medical Problems of Performing Artist*, 16(3), 115-125.
- Ryan, C. (1998). Exploring musical performance anxiety in children. *Medical Problems of Performing Artist*, 13, 83-88.
- Ryan, C. (2004). Gender differences in children's experience of musical performance anxiety. *Psychology of Music*, 32(1), 89-103.
- Ryan, C. (2005). Experience of musical performance anxiety in elementary school children. *International Journal of Stress Management*, 12(4), 331-342.
- Ryan, C. y Boucher, H. (2011). Performance stress and the very Young musician. *Journal of research in Music Education*, 58(4), 329-345.
- Salmon, P. (1990). A psychological perspective on musical performance anxiety: A review of the literatura. *Medical Problems of Performing Artist*, 5(1), 2-11.
- Salmon, P. J. y Meyer, R. G. (1992). *Notes from the Green room: coping with stress and anxiety in musical performance*. New York: Lexington Books.
- Schroeder, H. y Liebelt, P. (1999). Psychologische Phaenomen-und bedingungsanalysen zur Podiumsangst von Studierenden an Musikhochschulen. *Musikphysiologie und Musikermedizin*, 6(1), 1-6.

- Schuz, W. (1981). Analysis of a symphony orchestra. En M. Piperek (Ed.), *Stress and music: Medical, psychological, sociological, and legal strain factors in a symphony orchestra musician's profesión* (pp. 35-56). Vienna: Wilhelm Brannmuller.
- Schwartz, G. E., Davidson, R. J. y Goleman, D. J. (1978). Cognitive and somatic processes in anxiety. *Psychosomatic Medicine*, 40, 321-328.
- Seyle, H. (1955). Stress and disease. *Science*, 122, 625-631.
- Simon, J. A. y Martens, R. (1979). Children's activity in sport and nonsport evaluative activities. *Journal of Sport Psychology*, 1, 160-169.
- Sinden, L. M. (1999). *Music performance anxiety: Contributions of perfectionism, coping style, self-efficacy, and self-esteem* (Tesis Doctoral). Arizona State University, Arizona, Estados Unidos de América.
- Sowell, E. R., Thompson, P. M., Tessner, K. D. y Toga, A. W. (2001). Mapping continued brain growth and gray matter density reduction in dorsal frontal cortex: Inverse relationships during postadolescent brain maturation. *Journal of Neuroscience*, 21(22), 8819-8829
- Spahn, C., Nikolaus, E. y Seidenglanz, K. (2001). Psychosomatic findings in musician patients at a departamento of hand surgery. *Medical Problems of Performing Artists*, 16, 144-151.
- Spielberger, C. D. (1983). *State-Trait Anxiety Inventory STAI (Form Y)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc.
- Stanton, H. E. (1994). Reduction of performance anxiety in music students. *Australian Psychologist*, 29(2), 124-127.
- Sternbach, D. J. (1995). Musicians: A neglected working population in crisis. En S. L. Sauter & L. R. Murphy (Eds.), *Organizational risk factors for job stress* (pp. 283-302). Washington, DC: American Psychological Association.
- Stetpoe, A. (1989). Stress, coping and stage fright in professional musicians. *Psychology of Music*, 17(1), 3-11.
- Stetpoe, A. (2001). Negative emotions in music making: The problem of performance anxiety. En P. N. Juslin & J. A. Sloboda (Eds.), *Music and emotion: Theory and research* (pp. 291-307). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Stetpoe, A. y Fidler, H. (1987). Stage fright in orchestral musicians: A study of cognitive and behavioral strategies in performance anxiety. *British Journal of Psychology*, 78(2), 241-249.

- Stober, J. y Eismann, U. (2007). Perfectionism in Young musicians: Relations with motivation, effort, achievement, and distress. *Personality and Individual Differences*, 43(8), 2182-2192.
- Studer, R. K., Danuser, B., Hildebrand, H., Arial, M. y Gomez, P. (2011). Hyperventilation complaints in music performance anxiety among classical music students. *Journal of Psychosomatic Research*, 70, 557-564.
- Su, Y.-H., Luh, J.-J., Cheng, H.-I., Lin, C.-C., Liao, M.-J., y Cheng, H.-S. (2010). Effects of using relaxation breathing training to reduce music performance anxiety in 3rd to 6th graders. *Musical Problems of Performing Artists*, 25(1), 82-86.
- Sweeney, G. A. y Horan, J. J. (1982). Separate and combined effects of cue-controlled relaxation and cognitive restructuring in the treatment of music performance anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, 29(5), 486-497.
- Thurber, M. R. (2006). *Effects of heart-rate variability biofeedback training and emotional regulation on music performance anxiety in university students* (Tesis Doctoral). University of North Texas, Denton, Estados Unidos de América.
- Turner, S. M., Beidel, D. C., y Dancu, C. V. (1996). *SPAI: Social Phobia and Anxiety Inventory*. North Tonawanda, NY: Multi-Health Systems Inc.
- Turner, S. M., Johnson, M. R., Beidel, D. C., Heiser, N. A. y Lidiard, R. G. (2003). The social thoughts and beliefs scale: A new inventory for assessing cognitions in social phobia. *Psychological Assessment*, 15, 384-391.
- Valentine, E., Fitzgerald, D., Gorton, T., Hudson, J. y Symonds, E. (1995). The effect of lessons in Alexander technique on music performance in high and low stress situations. *Psychology of Music*, 23(2), 129-141.
- van Dixhoorn, J. y Duidenvoorden, H. J. (1985). Efficacy of Nijmegen questionnaire in recognition of the hyperventilation síndrome. *Journal of Psychosomatic Research*, 29, 199-206.
- van Kemenade, J. F. L. M., van Son, M. J. M. y van Heesch, N. C. A. (1995). Performance anxiety among profesional musicians in symphonic orchestras: a self-reporte study. *Psychological Reports*, 77, 555-562.
- Wang, J. C. (2001). A study of performance anxiety in talented music students. *Bulletin for Research in Elementary Education*, 7, 1-67.
- Wardle A. (1975). Behaviour modification by reciprocal inhibition of instrumental music performance anxiety. En C. K. Madsen, C. H. Madsen & R. D. Greer (Eds.), *Research*

- in music behavior: Modifying music behavior in the classroom* (pp. 191-205). New York, NY: Teachers College Press.
- Weinsberg, D. A., Schwartz, G. E. y Davidson, J. R. (1979). Low anxious, high anxious and repressive coping styles: Psychometric patterns and behavioral and physiological responses to stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 88, 369-380.
- Wesner, R. B., Noyes, R. y Davis, T. L. (1990). The occurrence of performance anxiety among musicians. *Journal of Affective Disorders*, 18(3), 177-185.
- Wills, G. y Cooper, C. L. (1988). *Pressure sensitive: popular musicians under stress*. London: Sage.
- Wilson, G. D. (2002). *Psychology for performing artists* (2nd ed.). London, UK: Whurr.
- Wolfe, M. L. (1989). Correlates of adaptive and maladaptive musical performance anxiety. *Medical Problems of Performing Artist*, 4(1), 49-56.
- Youngshing, K. (2008). The effect of improvisation-assisted desensitization, and music-assisted progressive muscle relaxation and imagery on reducing pianists' music performance anxiety. *Journal of Music Therapy*, 45, 165-191.
- Zarza, F. J. (2012). *La ansiedad escénica en músicos de grado superior y su relación con el optimismo disposicional* (Trabajo Fin de Master). Universidad de Zaragoza, Zaragoza, España.

ANEXOS

ANEXO A

Presentación en la versión definitiva del KMPAI-E para su aplicación

Inventario sobre Ansiedad en la Interpretación Escénica Musical de Kenny

K-MPAI

Completa los siguientes datos personales:

1. Nombre y Apellidos:
2. Edad:
3. Instrumentos musical practicado:
4. Años de estudio musical:
5. Centro de estudio musical:
6. Profesión de tu padre:
7. Profesión de tu madre

A Continuación te presentaremos unas afirmaciones sobre cómo te sientes generalmente y cómo te sientes antes y durante una actuación. Marca con una cruz un número para indicar cuánto estas en acuerdo o desacuerdo con cada afirmación, siendo:

- 0 = totalmente en desacuerdo**
- 1 = bastante desacuerdo**
- 2 = un poco en desacuerdo**
- 3 = ni de acuerdo ni en desacuerdo**
- 4 = un poco de acuerdo**
- 5 = bastante de acuerdo**
- 6 = totalmente de acuerdo**

Te presentamos un ejemplo con situaciones de la vida diaria
Cuestiones de prueba:

	Totalmente desacuerdo					Totalmente de acuerdo	
1. Me gusta comer chocolate	0	1	2	3	4	5	6
2. No me gusta pasar calor	0	1	2	3	4	5	6

El resultado de la primera afirmación, si tachas el 6, significa que estás totalmente de acuerdo con la misma, es decir, que siempre que puedes te gusta comer chocolate. Si tachas el 2, significa que estás un poco en desacuerdo, es decir, que no te gusta mucho comer chocolate, pero que a veces comes.

El resultado de la segunda afirmación, al tachar el 3, significa que no estás ni de acuerdo ni en desacuerdo, es decir que te es indiferente pasar calor. Si tachas el 5, significa que estas bastante de acuerdo, es decir, que no te gusta pasar calor.

Una vez comiences con el cuestionario intenta realizarlo sin pausas, de forma continua.

GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

Cuestionario:

Lo que pienso de la música y de la actuación	Totalmente desacuerdo					Totalmente de acuerdo	
1. Generalmente siento que controlo mi vida	0	1	2	3	4	5	6
2. Encuentro fácil confiar en los otros	0	1	2	3	4	5	6
3. Alguna vez me siento deprimido sin saber por qué	0	1	2	3	4	5	6
4. A menudo tengo dificultades para generar la energía necesaria para hacer cosas	0	1	2	3	4	5	6
5. La preocupación excesiva es una característica de mi familia	0	1	2	3	4	5	6
6. A menudo siento que la vida no tiene mucho que ofrecerme	0	1	2	3	4	5	6
7. Incluso si trabajo mucho en la preparación para la actuación, es probable que cometa errores	0	1	2	3	4	5	6
8. Encuentro difícil depender de los otros	0	1	2	3	4	5	6
9. Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades	0	1	2	3	4	5	6
10. Antes, o durante una actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico	0	1	2	3	4	5	6
11. Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena	0	1	2	3	4	5	6
12. Antes, o durante una actuación, siento la boca seca	0	1	2	3	4	5	6
13. A menudo siento que no valgo mucho como persona	0	1	2	3	4	5	6
14. Durante una actuación me encuentro a mí mismo pensando si conseguiré acabarla	0	1	2	3	4	5	6
15. Pensar en la evaluación o juicio puede tener interferencias en mi actuación	0	1	2	3	4	5	6

16. Antes o durante una actuación me siento enfermo, débil o con el estómago revuelto	0	1	2	3	4	5	6
17. Incluso en las situaciones en las que la actuación es más estresante estoy seguro de que actuaré bien	0	1	2	3	4	5	6
18. A menudo me siento preocupado por una reacción negativa del público	0	1	2	3	4	5	6
19. Algunas veces me siento ansioso sin razón alguna	0	1	2	3	4	5	6
20. Desde el inicio de mis estudios recuerdo estar ansioso por actuar en público	0	1	2	3	4	5	6
21. Me preocupa que una mala actuación pueda arruinar mi carrera	0	1	2	3	4	5	6
22. Antes o durante una actuación siento que el ritmo cardíaco de los latidos de mi corazón aumenta, como golpeando en mi pecho	0	1	2	3	4	5	6
23. Mis padres siempre me escuchaban	0	1	2	3	4	5	6
24. Dejo pasar oportunidades de actuar que merecen la pena, por culpa de la ansiedad	0	1	2	3	4	5	6
25. Después de un actuación me preocupo sobre si he tocado suficientemente bien	0	1	2	3	4	5	6
26. Mi preocupación y nerviosismo sobre la actuación interfiere en mi focalización y concentración	0	1	2	3	4	5	6
27. Cuando era un niño a menudo me sentía triste	0	1	2	3	4	5	6
28. A menudo me preparo para un concierto con la sensación de terror y de desastre inminente	0	1	2	3	4	5	6
29. Uno o ambos de mis padres eran demasiado ansiosos	0	1	2	3	4	5	6
30. Antes o durante una actuación tengo un aumento de la tensión muscular	0	1	2	3	4	5	6

31. A menudo siento que no tengo nada que esperar con ilusión	0	1	2	3	4	5	6
32. Después de la actuación la vuelvo a repasar en mi cabeza una y otra vez	0	1	2	3	4	5	6
33. Mis padres me animaban a intentar cosas nuevas	0	1	2	3	4	5	6
34. Me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir	0	1	2	3	4	5	6
35. Cuando actúo sin música mi memoria es fiable	0	1	2	3	4	5	6
36. Antes, o durante un actuación, experimento agitación, temblor o el pulso tembloroso	0	1	2	3	4	5	6
37. Me siento seguro tocando de memoria	0	1	2	3	4	5	6
38. Me siento preocupado de ser examinado por los otros	0	1	2	3	4	5	6
39. Me siento preocupado por mi propio juicio sobre cómo voy a actuar	0	1	2	3	4	5	6
40. Sigo comprometido para actuar incluso cuando me causa una ansiedad importante	0	1	2	3	4	5	6

GRACIAS por tu colaboración

ANEXO B

Carta de aplicación del KMPAI-E para los profesores participantes en la investigación.

Estimado Profesor:

En primer lugar gracias por poner en práctica el inventario.

Como los vas a aplicar tú, te dejo algún consejo de actuación para que se desarrolle de la manera más rápida y adecuada, entorpeciendo lo mínimo las clases.

1. Puedes realizarlo en el momento que consideres adecuado, es decir principio, final o en un descanso de la clase.
2. Les puedes explicar a los alumnos que se trata de un inventario diseñado por una profesora de la Universidad de Sidney y adaptado por un profesor de guitarra del Conservatorio Profesional de A Coruña. La finalidad es diagnosticar la ansiedad escénica en músicos y sus causas, para posteriormente diseñar planes de actuación que puedan contribuir a una mejor formación del intérprete.
3. Se debe pedir a los alumnos que antes de responder al inventario rellenen sus datos personales y lean con detenimiento la primera página. Se les pide que cuando comiencen a contestar al inventario lo hagan con sinceridad ya que se trata de averiguar el origen general de la ansiedad y establecer patrones.
4. Por último les puedes decir que tienen 10 minutos para completar el inventario, ya que es tiempo más que suficiente y que si tienen alguna duda, que intenten contestar lo que crean entender, ya que se trata de saber lo que ellos piensan y comprenden, pero que no pregunten nada.

Gracias de nuevo y un cordial saludo.

Mateo Arnáiz

Mateo Arnáiz

www.mateoarnaiz.com

arnaiz.mateo@gmail.com

ÍNDICE GENERAL DE TÉRMINOS

activación fisiológica 94, 95, 99, 100
actuación en público 19 y a lo largo del texto
afectividad negativa 61, 89, 115
agorafobia 69, 73, 74
alarmas falsas 80
angustia 49 y a lo largo del texto
ansiedad 1 y a lo largo del texto
ansiedad escénica 1 y a lo largo del texto
ansiedad escénica en la interpretación musical 11 y a lo largo del texto
ansiedad escénica generalizada 109
ansiedad generalizada 70, 72, 77, 83, 131, 170
ansiedad de estado 106, 108, 109
ansiedad de rasgo 59 y a lo largo del texto
ansiedad en la actuación musical 118
ansiedad escénica musical 19 y a lo largo del texto
ansiedad social 65 y a lo largo del texto
ansiedad somática 90 y a lo largo del texto
aprensión ansiosa 51, 56, 57, 176
ataque de ansiedad 55
auditor 19 y a lo largo del texto
auto-concepto 59
autoeficacia 59, 63
autoevaluación 59, 81, 95, 96, 100
Auto-informe 95, 97, 100,
autopercepción 96, 99
cognitivo 29 y a lo largo del texto
comportamental 55 y a lo largo del texto
confianza 98 y a lo largo del texto
Conservatorios Superiores de Música en España 11 y a lo largo del texto
control 59 y a lo largo del texto

contexto de actuación 113, 115
coping style 61
correlación 95 y a lo largo del texto
correlaciones de Pearson 114
crisis de angustia 71 y a lo largo del texto
cuestionarios 95 y a lo largo del texto
depresión 67 y a lo largo del texto
desesperanza 63 y a lo largo del texto
diagnóstico 1 y a lo largo del texto
egocentrismo adolescente 62
empatía 40 y a lo largo del texto
empatía parental 109 y a lo largo del texto
epidemiología 19 y a lo largo del texto
escrutinio 81 y a lo largo del texto
esfericidad de Barlett 143
estado afectivo negativo 59, 60
estados de ánimo 67
estrés 45 y a lo largo del texto
estrés ocupacional 58 y a lo largo del texto
estrés profesional 81
estrés situacional 112
estrés social 112
evaluación negativa 59, 61, 62, 80, 98
evaluación psicofisiológica 95
fight or flight 54
fisiológico 94 y a lo largo del texto
Flow 46, 90
fobia 23 y a lo largo del texto
fobia específica 23 y a lo largo del texto
fobia social 55 y a lo largo del texto
hiperventilación 96
indefensión 11 y a lo largo del texto
inhibición comportamental 60, 61

instrumentistas 90, 91, 125, 186, 189
instrumentos de diagnóstico 21 y a lo largo del texto
interpretación musical 1 y a lo largo del texto
interpretación en público 21 y a lo largo del texto
intérprete musical 36 y a lo largo del texto
intervención 46 y a lo largo del texto
introversión 59, 60
factores etiológicos 109, 128
memoria 41 y a lo largo del texto
miedo 50 y a lo largo del texto
miedo escénico 54
inventario 9 y a lo largo del texto
Musical performance anxiety 27 y a lo largo del texto
músicos 13 y a lo largo del texto
narcisismo 60, 65
neurosis 49, 59, 60
observación del comportamiento 95
pánico escénico 30 y a lo largo del texto
panic attack 71, 73
pensamientos negativos 98 y a lo largo del texto
pérdida de oportunidades 133, 170, 171
perfeccionismo 59 y a lo largo del texto
performance anxiety 19 y a lo largo del texto
pesimismo 89
planes de estudio 103, 207
preocupación 50 y a lo largo del texto
propiedades psicométricas 104 y a lo largo del texto
psicoanálisis 47
psicología 47 y a lo largo del texto
público 19 y a lo largo del texto
relación temprana con el contexto 109, 176, 196, 204
ritmo cardíaco 75 y a lo largo del texto
rotación varimax 143, 144, 160, 177

sensaciones somáticas y cognitivas 113
sintomatología 51 y a lo largo del texto
stage fright 28 y a lo largo del texto
solistas 107 y a lo largo del texto
temor 50 y a lo largo del texto
teoría polivagal 94
Trac 53
trasmisión generacional de la ansiedad 109 y a lo largo del texto
Trastornos de ansiedad 67 y a lo largo del texto
Trastornos de ansiedad generalizada 70, 77
Trastorno de ansiedad no especificado 70, 77
trastornos en la cognición 94
Trastornos neurótico 70
Trastornos somatomorfos 62, 71
trastorno obsesivo-compulsivo 70
valoración personal 59
variables pedagógicas, sociales e individuales 119
variables sociodemográficas 119, 206
vergüenza 60 y a lo largo del texto
vulnerabilidad biológica 105, 134, 176
vulnerabilidad psicológica 63 y a lo largo del texto