



**PERCEPCIÓN DEL FLOW
SEGÚN LAS ACTIVIDADES
DESARROLLADAS EN LA
ASIGNATURA DE MÚSICA EN
SECUNDARIA OBLIGATORIA:
BASES PARA UNA OPTIMIZACIÓN
METODOLÓGICA.**

M^a ÁNGELES AGUINAGA RUIZ

**FACULTAD DE EDUCACIÓN: DEPARTAMENTO DE
DIDÁCTICA, ORGANIZACIÓN Y DD. ESPECIALES**



**PERCEPCIÓN DEL FLOW
SEGÚN LAS ACTIVIDADES
DESARROLLADAS EN LA
ASIGNATURA DE MÚSICA EN
SECUNDARIA OBLIGATORIA:
BASES PARA UNA OPTIMIZACIÓN
METODOLÓGICA.**

**FACULTAD DE EDUCACIÓN: DEPARTAMENTO DE
DIDÁCTICA, ORGANIZACIÓN Y DD. ESPECIALES**

Primera edición, 2017

Autora: M^a Ángeles Aguinaga Ruiz

Maquetación: Raquel Garzón Montagut

Edita: Educàlia Editorial

Imprime: Grupo Digital 82, S.L.

ISBN: 978-84-947281-9-8

Depósito legal: V-1887-2017

Printed in Spain/Impreso en España.

Todos los derechos reservados. No está permitida la reimpresión de ninguna parte de este libro, ni de imágenes ni de texto, ni tampoco su reproducción, ni utilización, en cualquier forma o por cualquier medio, bien sea electrónico, mecánico o de otro modo, tanto conocida como los que puedan inventarse, incluyendo el fotocopiado o grabación, ni está permitido almacenarlo en un sistema de información y recuperación, sin el permiso anticipado y por escrito del editor.

Alguna de las imágenes que incluye este libro son reproducciones que se han realizado acogándose al derecho de cita que aparece en el artículo 32 de la Ley 22/18987, del 11 de noviembre, de la Propiedad intelectual. Educàlia Editorial agradece a todas las instituciones, tanto públicas como privadas, citadas en estas páginas, su colaboración y pide disculpas por la posible omisión involuntaria de algunas de ellas.

Educàlia Editorial

Avda. de las Jacarandas 2 loft 327 46100 Burjassot-València

Tel. 960 624 309 - 963 768 542 - 610 900 111

Email: educaliaeditorial@e-ducalia.com

www.e-ducalia.com

ÍNDICE GENERAL

1. RESUMEN	5
2. INTRODUCCIÓN	7
3. MARCO TEÓRICO	9
3.1 MARCO CONCEPTUAL.....	9
3.2 MARCO CONCEPTUAL: MODELO Y DIMENSIONES	12
3.3 ESTADO DE LA CUESTIÓN.....	14
4. OBJETIVOS	20
5. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	21
5.1 PROCESO Y MUESTRA.....	21
5.2 INSTRUMENTO	23
5.3 DESARROLLO	23
5.4 DESCRIPCIÓN DE LAS VARIABLES A INVESTIGAR	24
6. RESULTADOS	29
6.1 ANÁLISIS ESTADÍSTICO.....	29
6.1.1 ANÁLISIS DESCRIPTIVO.....	30
6.1.2 ANÁLISIS CORRELACIONAL.....	32
6.1.3 ANÁLISIS DE LA DIFERENCIA DE MEDIAS SEGÚN GÉNE- RO, CONOCIMIENTOS PREVIOS Y CURSO.....	39
6.2 RESULTADOS	46
6.2.1 SEGÚN GÉNERO	46
6.2.2 SEGÚN NIVEL EDUCATIVO.....	46
6.2.3 SEGÚN CONOCIMIENTOS PREVIOS.....	47
7. DISCUSIÓN	48
8. CONCLUSIONES	51
8.1 CONCLUSIONES.....	51
8.2 LIMITACIONES Y SUGERENCIAS FUTURAS	52
9. BIBLIOGRAFÍA	54

1. RESUMEN

El flow o flujo positivo es una teoría que tiene su origen en las corrientes humanistas de psicología positiva y fue formulada por el psicólogo Csikszentmihalyi quien, ya en 1975, lo definió como un estado psicológico donde el sujeto se encuentra inmerso en la tarea que realiza, experimentando una gran satisfacción y disfrute con el trabajo desarrollado (Csikszentmihalyi, 1989).

Esta teoría ha tenido desarrollo en campos de acción diferentes y uno de ellos es la educación. Csikszentmihalyi (1990) sostiene que es posible experimentar este flujo positivo incluso cuando estamos realizando aprendizajes escolares, que pueden en ocasiones resultar arduos y complejos.

Este trabajo de investigación se propone comprobar si las diferentes actividades que trabajamos en el aula de música de secundaria invitan al alumnado a experimentar estos estados mentales, sosteniendo la tesis que en la medida en que los estudiantes experimentan este flujo más profundamente, mejor será el aprendizaje, la motivación hacia el estudio y la atención prestada en el aula. De esa forma podremos proponer una metodología eficaz basada en una investigación científica.

Para su estudio se ha procedido a aplicar el cuestionario de las Subescalas de Flujo (SF) (Rodríguez, Schaufeli, Salanova y Cifre, 2008), en una muestra representativa del total sobre 111 alumnos. Queremos estudiar las variaciones probables que pudiera haber según el género, el curso y los conocimientos previos de música del alumnado.

Los resultados sugieren caminos a explorar. Comprobamos que ciertas actividades disponen a los estudiantes en un estado más óptimo que otro. Estas actividades son de índole más competencial y práctica que las que causan menor índice de flujo. No evidenciamos diferencias sustanciales entre conocimientos previos, pero sí entre cursos y género, por lo que llegamos a la conclusión de que en el aula debemos fomentar una metodología más eficaz en este sentido, modificando, programando actividades más específicas y esforzándonos en el diseño de las mismas según estos factores (curso y género).

Palabras clave: flow, metodología, atención, flujo positivo, locus de control, motivación intrínseca, autodeterminación.

Abstract:

The flow theory was originated in the humanistic currents of positive psychology and was developed by the psychologist Csikszentmihalyi in 1975, who defined the flow as a psychological state in which the subject is immersed in the task while experiencing and enjoying great satisfaction with the executed work.

This theory has evolved in different fields of action and one of them is education. Csikszentmihalyi argues that it is possible to experience this positive flow even when we are making school learning, which can sometimes be difficult and complex.

This research is intended to test whether different activities in the high school music classes invite students to experience these mental states. This research is aimed to support the thesis that as students experience this deep flow, the learning improves, as well as motivation to study and attention in the classroom. Thus, we can propose an effective methodology based on a scientific study.

In this investigation the questionnaire subscales Flow (SF) (Rodríguez, Schaufeli, Salanova y Cifre, 2008) have been applied in a representative sample of 111 students. We study the likely variations that could happen regarding gender, the course, and the background of the students.

The results suggest paths to explore. We found that certain activities motivate students more than others. These activities are featured to be more practical and competenced that the ones which cause reduced flow rate. No evidences differences between previous knowledge are found, but between courses and gender, so we conclude that in the classroom we can implement a more effective methodology by modifying and scheduling more specific activities and increasing our effort to design them according to these factors, both course and gender.

2. INTRODUCCIÓN

La investigación que presentamos en este trabajo gira en torno al concepto de “flow”. El “flow” o experiencia óptima es una teoría desarrollada por el psicólogo Csikszentmihalyi quien, ya en 1975, postuló el flujo como el estado mental operativo en el cual una persona está completamente inmersa en la actividad que ejecuta. Se caracteriza por un sentimiento de enfocar la energía, de total implicación con la tarea, y de éxito en la realización de la actividad. Según Csikszentmihalyi los componentes de una experiencia de flujo son los siguientes:

1. Objetivos claros: las expectativas y normas se pueden percibir y los objetivos son alcanzables apropiadamente con el conjunto de habilidades y destrezas.
2. Concentración y enfoque: un alto grado de concentración en un limitado campo de atención (una persona relacionada con una única actividad tendrá la oportunidad para enfocar y profundizar en el asunto).
3. Retroalimentación directa e inmediata: los éxitos y fallos en el curso de la actividad son obvios, así el comportamiento puede ser ajustado como se necesite.
4. Equilibrio entre el nivel de habilidad y el desafío: la actividad no es ni demasiado fácil ni demasiado complicada.
5. La actividad es intrínsecamente gratificante, no se nota el esfuerzo cuando se ejecuta.

Cuando estamos realizando una actividad bajo el flujo sentiremos:

1. Una pérdida del sentimiento de autoconocimiento, la fusión entre acción y conciencia.
2. Distorsión del sentido del tiempo, se altera la percepción subjetiva de la experiencia temporal.
3. Un sentimiento de control personal sobre la situación o actividad.

Según la definición de Csikszentmihalyi, las personas en estado de “flujo” llegan a estar absorbidas en sus actividades, y el foco de conciencia se reduce a la actividad misma; acción y conciencia se fusionan (Csikszentmihalyi, 1975), condiciones internas y externas se combinan para alcanzar este estado.

Bajo estos postulados muchos pedagogos han profundizado en la forma de poner en funcionamiento este flujo, desde cómo mejorar el ambiente físico del aula y los edificios, hasta cómo adecuar las metodologías y actividades para que nuestro alumnado experimente este estado mental que le permite un aprendizaje óptimo con un mínimo esfuerzo.

3. MARCO TEÓRICO

3.1 MARCO CONCEPTUAL

El constructo “flujo psicológico” se puede enmarcar dentro de la moderna corriente llamada psicología positiva. Nace al amparo de las teorías humanistas de Maslow y Rogers formuladas en 1945 y 1961 respectivamente, y de la teoría de la motivación humana de Deci (1975), Deci y Dyan (1980). Csikszentmihalyi será quien teorice el modelo, desarrollando los primeros instrumentos de medición.

Csikszentmihalyi (2000) define que la conciencia es la encargada en el cerebro de interpretar los fenómenos y eventos que pasan alrededor y que se pueden controlar. Del mismo modo, define la intensidad como la energía que se traduce en fuerza que mantiene de forma ordenada la información adquirida por la conciencia. La atención selecciona las señales de información para ser procesadas por la conciencia. De acuerdo con estos constructos, el flow se da si la atención selecciona la información de tal manera que la intensidad puede utilizarla para ser procesada por la conciencia, que a la vez dará un sentido a las acciones que realiza el ser humano.

Tres factores determinarán el flow principalmente: la motivación intrínseca, el locus de control y la autodeterminación. Cuando hablamos de motivación centralizamos nuestra atención en la motivación intrínseca, definida por la necesidad de explorar por curiosidad y placer el entorno, sentimientos de competencia y autorrealización que no esperan gratificación externa (Vallerand, 1997, citado en Ryan, y Deci, 2000). No nos referimos a la motivación externa que necesita aprobación social y causa tensión, en general, ni a la amotivación, incompetencia y baja controlabilidad.

El locus de control se refiere a la guía de un individuo para la realización de una actividad según considera que la ejecución se relaciona directamente con él mismo, es la localización del dominio y eficacia percibida para su realización. La autodeterminación viene definida por la teoría de la motivación de la personalidad y basa su fundamento en la conciencia que cada ser tiene de sí mismo, de su motivación intrínseca, de su competencia y autonomía para la realización de la tarea.

Para experimentar el flow necesitamos una adecuada retroalimentación positiva que permita generar percepciones de competencia y autoconfianza que aumenten los niveles de autodeterminación y motivación intrínseca, poseer metas dirigidas al proceso, partir de objetivos moderados y realistas de carácter progresivo, generando una percepción de autonomía sin olvidar relacionarse socialmente.

El modelo postula que si bien la experiencia óptima es un constructo complejo formado por varias características, éstas pueden agruparse en tres principales: percepción de logro, activación cognitiva y calidad afectiva. La sensación de que las propias habilidades son adecuadas para enfrentarse con los desafíos que se nos presentan, y la actividad dirigida hacia unas metas y regulada por normas que, además, nos ofrecen unas pistas claras para saber si lo estamos haciendo bien, serán las premisas necesarias para experimentar el flow. Cuando esto ocurre, la concentración es tan intensa que no se puede prestar atención a cosas irrelevantes. La conciencia de sí mismo desaparece, y el sentido del tiempo. La percepción subjetiva de los que lo experimentan les hace permanecer absortos de una forma intensa y agradable en la actividad que realizan, experimentando una pérdida de conciencia donde es fundamental el equilibrio entre cualidades y desafíos, entre retos y habilidades. El control de la experiencia conlleva el control sobre el pensamiento, la emoción y la voluntad, no importando para nada la recompensa externa (Csikszentmihaly, 1990).

Csikszentmihalyi (2000) afirma que es posible que los estudiantes disfruten e incluso entren en un estado de experiencia óptima durante su estudio, “...es un error pensar que solo las actividades recreativas pueden generar flow” (1990).

Cuando se logra un estado de flow, los discípulos experimentan niveles de desafío y entusiasmo superiores a los experimentados durante la realización de sus actividades favoritas. Los estudios indican que el flow es un mejor predictor del rendimiento escolar que la medición de las habilidades académicas. Los estudiantes que reportan mayor flow durante las clases, también logran mejores resultados escolares (Whalen, 1998).

Otros estudios sobre el flow añaden nuevas profundizaciones: Yair (2000, citado en Shernoff, Csikszentmihalyi, Shneider, y Shernoff, 2003) indica que cuando los alumnos presentan mayor “humor activo” (sentimientos positivos y de apertura durante el aprendizaje) es mayor también la percepción de habilidad y desafío de la tarea. Al mismo tiempo, la elección de la tarea elegida voluntariamente es percibida como importante por ellos mismos para la consecución de sus objetivos a corto y a largo plazo. Del mismo modo, las situaciones de aprendizaje que demandan mayor habilidad en los alumnos generan mayor motivación intrínseca. La percepción de habilidad, de desafío, la posibilidad de elegir y la importancia de la tarea para los objetivos (próximos y futuros) de los alumnos, afectan el sentido de éxito en el aprendizaje, satisfacen sus expectativas, posibilitan mayor percepción de control y generan bienestar en el proceso de aprendizaje.

Investigaciones realizadas por Wong (2000, citado en Mesurado, 2010) demostraron que la orientación a la autonomía del alumnado talentoso estaba relacionada positivamente con la experiencia de flow durante la realización de tareas escolares. Es decir, los estudiantes con un alto grado de autonomía, frecuentemente estaban más concentrados que los que tenían baja autonomía, sentían que tenían control sobre la tarea, creían que eran más competentes, y percibían que, aunque la tarea escolar era desafiante, tenían la habilidad para superarla.

Comprender el concepto de flow en el ámbito académico ayuda a clarificar la máxima experiencia de aprendizaje (Neumann, 2006, citado en Camacho, Arias, Castiblanco, y Riveros, 2011). De acuerdo con la teoría de Csikszentmihalyi, el aprendizaje óptimo se facilita cuando las oportunidades educacionales no solamente responden a los intereses de los individuos, a las habilidades y a las diferencias individuales, sino cuando amplían su conocimiento previo (Hoekman, McCormick y Gross, 1999).

Estudios recientes confirman que el interés y el compromiso de los estudiantes por la tarea escolar está relacionado con más apoyo de los profesores, más relaciones positivas con sus iguales, y más trabajo en grupo y discusión, como opuesto a las prácticas de enseñanza estándar como dar clases magistrales y ver películas (Rathunde y Csikszentmihalyi, 2005).

Whalen (1998), postula que el flow puede ser transmitido por los docentes a sus discípulos. Csikszentmihalyi (1990) afirma que si los educadores invirtieran mayor tiempo en intentar estimular a los estudiantes en el disfrute por el aprendizaje más que en la transmisión de conocimiento, lograrían mejores resultados.

3.2 MARCO CONCEPTUAL: MODELO Y DIMENSIONES

Uno de los primeros modelos fue teorizado por Csikszentmihalyi y se basó básicamente en la compensación de equilibrio entre desafío y habilidad.

Massimini y Carli (1988, citado en Camacho, Arias, Castiblanco, y Riveros, 2011) elaboraron un nuevo modelo explicativo del flow compuesto por cuatro ratios: El primero define que si el desafío y la habilidad son altos se produce el flow; el segundo promulga que si el desafío y la habilidad están en equilibrio pero por debajo de la media dan lugar a la apatía; El tercero define que si el desafío es alto y la habilidad alta se produce aburrimiento; y finalmente si la habilidad es baja y el desafío alto se producirá ansiedad.

Más tarde Hill (2001, citado en Camacho, Arias, Castiblanco, y Riveros, 2011) revisó e interpretó las dimensiones del flow propuestas por Csikszentmihalyi, elaborando dos modelos teóricos donde hay una relación más intensa con la diversión durante la experiencia que se relaciona, con el disfrute que produce, y el carácter autotélico de la actividad. Hay una relación directa con la pérdida de sentido del tiempo y del ego, la orientación a la meta y tener una motivación intrínseca.

Posteriormente Jackson y Csikszentmihalyi (2002) profundizaron en las 9 dimensiones organizadas por Hill.

La experiencia óptima o flow, según Csikszentmihalyi (1990), se compone de nueve dimensiones que la caracterizan:

1. Equilibrio entre la habilidad percibida y el desafío que plantea la actividad.

Ocurre cuando la habilidad percibida está al nivel adecuado para enfrentarse a las demandas de la situación, que están por encima del común-promedio de la persona.

2. Unión entre la acción y la conciencia.

Explica el compromiso y la absorción total en la actividad, la cual es tan profunda que las acciones se vuelven espontáneas o automáticas.

3. Metas claras

Permite a la persona una fuerte sensación de qué es lo que quiere conseguir con la tarea.

4. Retroalimentación clara y directa.

Le permite a la persona saber que se está logrando su objetivo.

5. Concentración en la tarea presente.

Permite que nada pueda distraer el foco de la persona de la tarea que está realizando.

6. Sentimiento o percepción de control sobre la tarea que se está realizando, aún cuando la tarea sea muy difícil.

7. Pérdida de la autoconciencia.

Es la desaparición de la preocupación por la propia imagen o la opinión de los demás en la medida que la persona se involucra en la actividad que está realizando.

8. Deformación en la percepción del tiempo.

Esto puede llevar a la sensación de que las acciones se dan como en cámara lenta o, al contrario, que se pasan rápidamente.

9. Experiencia autotélica.

La experiencia tiene una finalidad en sí misma, que es el elemento clave de una experiencia óptima, y se refiere a una actividad que se realiza no por conseguir algún beneficio.

Posteriormente a esta teorización, diferentes investigadores han tratado de factorizar estas dimensiones y simplificarlas para su operativización y estudio. Así Novak, Hoffman y Yung (2002) agrupa estas características en

tres etapas: claridad en la percepción de la meta y feedback inmediato de lo bien se está realizando la acción, concentración y control. Rodríguez, Aguilar y Salanova (2003, citado en Camacho, Arias, Castiblanco, y Riveros, 2011) operativizan en tres factores también: competencia percibida (placer), absorción y motivación intrínseca.

Otros modelos simplifican a dos factores: calidad afectiva (concentración y atención focalizada), y actuación cognitiva (Mesurado, 2008).

Por otro lado, Salanova, Martínez, Cifre y Schaufeli (2005) lo sintetizan en tres dimensiones: 1ª) Percepción de metas y retos claros, de feedback percibiendo capacidades y habilidades ajustadas para la acción. 2ª) Experiencia, caracterizada por la fusión entre conocimiento y acción, concentración y alto sentido de control. 3ª) Pérdida de conciencia de sí mismo y distorsión temporal. Chen, Wigand y Nilan (1999, citado en Camacho, Arias, Castiblanco, y Riveros, 2011) también lo habían sintetizado en tres aspectos: metas y retos, conocimiento y acción, y pérdida de conciencia y distorsión temporal.

Yair (2000, citado en Shernoff, Csikszentmihalyi, Shneider, y Shernoff, 2003), sin embargo, habla de cuatro factores: humor activo, control del humor, motivación intrínseca y sentido del logro.

Vemos pues que para experimentar el flow necesitamos herramientas suficientes y adecuadas para enfrentar el reto. Los nueve postulados de Csikszentmihalyi han sido factorizados y sintetizados en aspectos básicos. Para nuestro estudio vamos a considerar el modelo de Rodríguez, Schaufeli, Salanova y Cifre (2008) que basa la experiencia del flow en la experimentación de placer (percepción competencial), absorción e interés intrínseco, aspectos que nos interesa analizar en este estudio.

3.3 ESTADO DE LA CUESTIÓN

La medición de estados de flow, desde que el término fue descrito y postulado por Csikszentmihalyi (1975), se ha aplicado en diversos y diferentes ámbitos de la vida como la escuela, trabajo, tiempo libre y deportes (Jackson y Marsh, 1996) con el objetivo de conocer los factores que favorecen y

mejoran la percepción y disfrute de las actividades investigadas para incidir sobre ellos.

Nos centramos en este trabajo en el ámbito de la educación. Por un lado profundizaremos en la formación académica acotada a una asignatura componente del currículo de Enseñanza Secundaria Obligatoria en España, y, por otro lado, entramos dentro de ese ámbito tan etéreo que es la educación artística, centrada en la asignatura de música.

Referencias a este tipo concreto de investigación que presentamos en este trabajo, cuyo objetivo es la conformación de una metodología eficaz que reporte a través de diferentes actividades fuertes niveles de flow para las clases de música en la ESO, no han sido encontradas en nuestro país, ni siquiera trabajos paralelos en otras asignaturas, por ello nos ha parecido interesante ampliar nuestro punto de vista y centrarnos en tres ámbitos importantes que sí que tienen que ver y pueden proporcionarnos ciertos puntos de apoyo en esta investigación: flow y educación general; flow y experiencias musicales; flow y profesorado.

1- Flow y educación general:

Las investigaciones en este sentido definen que no todos los tipos de educación provocan los mismos niveles de flow. Rathunde y Csikszentmihalyi (2005) comparan el flujo de los estudiantes norteamericanos que asisten a escuelas de diferentes estilos educativos postulando que los estudiantes de escuelas Montessori reportan niveles más altos de afecto y potencia, motivación intrínseca y alcanzan mejores niveles de flow que los estilos de escuelas tradicionales. Esto corrobora el estudio de Mesurado (2010), quien refiere al estudio en la población estudiantil norteamericana de Whalen, (1998), donde se afirma que los estados de aburrimiento y ansiedad son más comunes en la vida de los estudiantes que los estados de flow. Aquí se define que el 50% del alumnado opina que las clases son muy aburridas y que se pasan el día sin hacer nada “con sus amigos”. Csikszentmihalyi y Lasso (1984) añadieron que cuando los alumnos y alumnas estaban en clase reportaban un promedio menor de afectos positivos, sintiéndose aburridos, irritables y tristes. Sin embargo, Whalen, (1998) refiere que, por lo general, los estudiantes no tie-

nen una tendencia a experimentar sensaciones negativas en el ámbito escolar. Según Mesurado (2008), la elección voluntaria a la realización de una determinada tarea afectaría positivamente la experiencia óptima ya que, cuanto más interés existe por la realización de esta tarea, y es acompañado por una percepción de la habilidad para desarrollarla y conseguir los objetivos a corto y largo plazo (desafío), es mayor la sensación de flow.

Investigaciones en torno al tipo de actividades: estructuradas o desestructuradas (Mesurado, 2008), concluyen que, cuanto más estructurada sea la actividad, se experimenta mayor percepción de dominio y control de la tarea, y si es en grupo mejor.

Csikszentmihalyi y Schneider (2001) identifican actividades de aula que potencien la competencia y el compromiso, encontrando que las buenas actividades son las que animan a participar y no impiden oportunidades para el aprendizaje. Analizan los tipos de actividades y concluyen que un 50% son de carácter intelectual (tareas, ejercicios); un 32% pasivas, donde el alumno recoge información transmitida por el profesor o un medio audio-visual; y sólo un 8% se reserva a actividades más interactivas y participativas (discusiones, proyectos por grupos...).

Según estos autores, en la medida en que el trabajo es para los propios estudiantes, éstos experimentan más control y mejor flow. La percepción de la importancia para la vida y las actividades competenciales reportan mejores experiencias que las actividades donde la información es simplemente transmitida. Entre las aportaciones que hacen, afirman que unas tareas reportan más flow que otras dependiendo de la educación familiar y expectativas, del nivel socio-económico, de la forma de ser, de las altas o bajas capacidades que presenten y del género, ya que las chicas refieren distinta percepción que los chicos, sobre todo en los objetivos, y por ello reportan más cantidad de flow. Así, actividades tediosas, simples y repetitivas promueven el antiflujo.

No debemos obviar que al margen de todas estas apreciaciones, la presencia de estados de flow va a depender también de ciertos condicionantes externos a la tarea (Whalen y Schooling, 1998, Lewis, 1996; Block, 1984, citados en Camacho, Arias, Castiblanco, y Riveros, 2011) pues como afirma Csikszent-

tmihalyi y Hunter (2003) el impacto del flow está mediatizado por el sistema de valores personales y la estructura interpretativa cognitiva.

2- Flow y experiencias musicales:

Muchas son las investigaciones que han dirigido sus expectativas en evidenciar cómo y porqué la interpretación y audición musical produce estados de flow. Antes de desarrollar la exposición queremos matizar que nuestra visión de la asignatura de música en ESO presenta un fuerte componente interpretativo pero no se olvida de la contribución a los objetivos generales básicos que marca la legislación, por lo que el compendio de tareas consta de un amplio abanico de actividades, algunas de las cuales van dirigidas a otros ámbitos como pueden ser la lectura comprensiva o la competencia matemática.

Muchos de los estudios en este campo examinan los factores motivacionales y sociales alrededor del aprendizaje de un instrumento musical. Refieren que este tipo de trabajo ayuda a integrar los procesos de aprendizaje, mejora la autoestima, y nos hacer sentirnos más felices. Experiencias sobre interpretación instrumental han tenido lugar en el desarrollo de muchos currículos de escuelas. Podemos mencionar Scarlatti Project (Sheridan, M., y Byrne, C. (2002), aplicado en escuelas de secundaria escocesas donde a través de la composición, ejecución, improvisación y audición en grupo proponen un currículo que fomente la creatividad, o el ambicioso proyecto de José Antonio Abreu quien en 1975 fundó el Sistema Nacional de Orquestas Juveniles, Infantiles y Pre-escolares de Venezuela (FESNOJIV).

Otros estudios profundizan en las metodologías que más favorecen el disfrute de la experiencia musical (Friskics y Warran, 2005, citado en Bernard, 2009) concluyendo que aspectos como la preparación del profesorado, el trato que se da al alumnado y la facilitación de oportunidades a los estudiantes para la plena conciencia son importantes. Custodero (1999) identifica tres importantes factores para lograr la experiencia óptima en la interpretación musical: retos apropiados, apoyo en el aprendizaje autónomo y crecimiento personal con la labor desarrollada.

Factores como la práctica diaria, inteligencia emocional de los individuos, estados de ansiedad, edad de inicio en la práctica instrumental y gusto

estético por lo que se está interpretando pueden determinar la percepción del flow, que incluso físicamente se objetiva en una menor actividad cardiaca y presión arterial, respiración y actividad muscular más profunda (De Manzano, Theorell, Harmat, y Ullén (2010).

3- Flow y profesorado:

Este es el aspecto menos investigado en la percepción del flow y, aunque nuestra investigación se centra en el estudio del poder de las actividades planteadas en el aula para experimentar flow, podría ser un objetivo de posteriores investigaciones.

Estudios en este campo defienden que el grado de implicación del alumnado es una variable mediatizada por la percepción que los estudiantes tienen del clima generado en el aula por su profesor. Cervelló, Martínez, Ferriz, Moreno y Moya (2011) en el artículo “El papel del clima motivacional, la relación con los demás, y la orientación de metas en la predicción del “flow» disposicional en educación física” llegan a la conclusión que la discriminación de los estudiantes en función del género en esta asignatura condiciona los procesos cognitivos que contribuyen a la mejora del rendimiento y se traduce en una menor experimentación de estados de flow. En un ambiente de trato de igualdad, el alumnado adecuará mejor los objetivos y las metas a conseguir, consiguiendo mayor control sobre la situación y experimentando mayor flow. Otros estudios sobre el contagio emocional entre profesor y alumno (Bakker, 2004) hipotizan que hay una relación entre la experiencia de flow del profesor y la que experimentarán los discípulos, es decir, la forma de trabajar que los profesores de música reportan contribuye a conformar en sus alumnos y alumnas una experiencia de flow.

Después de este desarrollo y como punto de partida para avanzar en nuestra investigación es razonable admitir estas premisas:

Parece claro señalar que en la percepción del flow influyen tanto factores externos: personalidad, nivel socio-económico, capacidades o formas de aprendizajes, como factores inherentes a las tareas que es preferible que sean estructuradas, participativas y grupales. Para su consecución, los pro-

cesos han de ser de tipo competencial, es decir, las tareas han de facilitar un aprendizaje a través del “hacer” más que a través de la escucha. Será positivo que presenten claros objetivos y que la opcionalidad en su desarrollo sea una elección, pues los estudiantes presentarán mayores niveles de logro y motivación. En general, podemos afirmar que los estudiantes experimentan pocas percepciones de flow en la escuela, pero tampoco de negación del mismo. Las asignaturas que mejor perciben son aquellas que tienen que ver con el desarrollo artístico, educación física e informática, y las que menos percepción repuntan son las que tienen que ver con aprendizajes repetitivos y memorísticos, ejercidos mediante exposiciones teóricas.

Otros aspectos como la preparación del profesor, el trato que dispensa a sus alumnos y el clima que es capaz de generar, también contribuirán a aumentar la percepción del flow.

De esta manera y en lo referente al tipo de actividades:

MÁS PERCEPCIÓN DE FLOW	MENOS PERCEPCIÓN DE FLOW
Actividades estructuradas	Actividades no estructuradas
Actividades participativas	Actividades no participativas
Actividades grupales	Actividades individuales
Actividades competenciales (acción)	Actividades de escucha pasiva
Actividades con claros objetivos	Actividades sin objetivos claros
Actividades opcionales	Actividades obligatorias