


El binomio emociones-música. Conceptualización, taxonomías, evidencias científicas y problemas metodológicos

Lorenzo de Reizábal, Margarita

 **Margarita Lorenzo de Reizábal**
Musikene, España

Epistemus

Universidad Nacional de La Plata, Argentina

ISSN-e: 1853-0494

Periodicidad: Semestral

vol. 11, núm. 1, 2023

coordinacion@revistas.unlp.edu.ar

Recepción: 08/01/2023

Aprobación: 28 Abril 2023

URL: <http://portal.amelica.org/ameli/journal/727/7273817006/>

DOI: <https://doi.org/10.24215/18530494e053>



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional.

Resumen: Este estudio recoge el origen, la evolución histórica y los hallazgos y evidencias científicas de las investigaciones más relevantes de las últimas décadas sobre el binomio emociones-música. Se revisan las principales taxonomías de las emociones, previa aclaración y conceptualización del término emoción, matizando la diferencia con otros términos, como sentimiento y estado de ánimo. Este trabajo se focaliza específicamente en el análisis de las emociones inducidas a través de la música y las distintas teorías que históricamente subyacen a la atribución de significados a la música. También se da cuenta del debate, aún abierto, de si la música, efectivamente, evoca emociones o no, si son percibidas o sentidas, reales o atribuidas. Finalmente, se analizan los diversos problemas metodológicos que limitan la validez de muchas de las investigaciones realizadas y que han impedido que se puedan aplicar los hallazgos obtenidos a programas de intervención a través de la música en personas con disfunciones emocionales. A pesar de ser un campo de estudio de gran interés, especialmente para la psicología clínica y la cognición musical, y a pesar del gran avance en materia de neurociencia, todavía queda mucho camino por recorrer.

Palabras clave: emoción, sentimiento, estado de ánimo, taxonomía de las emociones, binomio emociones-música.

Abstract: This study gathers the origin, the historical evolution and the findings and scientific evidence of the most relevant investigations of the last decades on the pairing emotions-music. The main taxonomies of emotions are reviewed, after clarification and conceptualization of the term emotion, qualifying the difference with other terms, such as feeling and state of mind. This work focuses specifically on the analysis of the emotions induced through music and the different theories that historically underlie the attribution of meanings to music. The debate, still open, about whether music does indeed evoke emotions, whether they are perceived or felt, real or attributed is also tackled. Finally, the various methodological problems that limit the validity of the research carried out until now and that have prevented the application of the findings obtained in intervention programs through music in people with emotional dysfunctions are analyzed. Despite being a field of study of great interest, especially for clinical psychology and musical cognition, and despite the great advances in neuroscience, there is still a long way to go.

Keywords: emotion, feeling, state of mind, emotions taxonomy, emotions-music binomial.

Conceptualizando las Emociones

Descartes postulaba que para penetrar en los secretos de la razón era necesario excluir antes la pasión, y este principio cartesiano ha sido el eje en torno al cual ha girado la articulación de los conceptos de emoción y cognición: se consideraba que mientras la emoción se debía a mecanismos incontrolables regidos por el sistema nervioso central, la cognición gestionaba los procesos conscientes de bajo y alto nivel. Sin embargo, las investigaciones de las últimas décadas y, más específicamente, a partir de los trabajos de Antonio Damasio (1994), nos han conducido a la consideración de que emoción y cognición están muy vinculadas y que las emociones tienen un papel medular en la generación del comportamiento y la toma de decisiones.

Las emociones no se han considerado una categoría psicológica conceptual hasta el siglo XIX, hace ya dos siglos atrás y, paralelamente, se han ido eliminando los conceptos de apetito, pasión y afectos. Tan relevante se ha hecho el estudio de las emociones que se han creado nuevos constructos a lo largo del tiempo, como el de cociente emocional, en analogía directa con el cociente intelectual o inteligencia emocional (Pérez y Castejón, 2006).

En la literatura anglosajona de psicología se experimentó hacia mediados del siglo XIX un cambio sustancial en la nomenclatura empleada para describir conceptos como el miedo, el amor, la alegría o la tristeza, por ejemplo. Hasta entonces se habían descrito como pasiones o afecciones del alma –afectos–, pero, tal y como señala Dixon (2003), cambia este estatus para describirse como emociones, fundamentalmente debido a la secularización de la psicología.

Ya en 1838, Charles Darwin (1809–1882) había considerado que las emociones, que entonces denominaba pasiones, eran signos inequívocos de un origen filogenético animal. Según Darwin, las emociones reflejan una serie de estados mentales, si bien no profundizó en sus mecanismos de generación o las posibles funciones que desempeñan en la adaptación evolutiva. La aportación más destacable de la teoría de Darwin a la expresión de las emociones es la asunción de que los patrones de respuesta expresiva emocional son innatos y que existen programas genéticos que determinan la forma de la respuesta de expresión emocional. Chóliz (1995) defiende que las aportaciones de Darwin no se limitan únicamente a un nivel conceptual, sino que trascienden incluso al plano metodológico. Fundamentalmente se ocupó de la conducta que se asociaba a dichas pasiones y los cambios fisiológicos que se operaban en presencia de ellas. Podemos convenir en que la lógica de la investigación en la expresión facial de las emociones sigue siendo la misma que la que inspiró a Darwin para proponer sus puntos de vista acerca de la expresión emocional.

Las emociones se han definido como “las alteraciones súbitas, rápidas e intuitivas de nuestro estado de ánimo que experimentamos casi sin darnos cuenta; provocados por ideas, recuerdos o sucesos que desencadenan sentimientos y éstos nos hacen actuar de forma rápida y poco reflexiva” (Paredes y Ribera, 2006, p. 163). Esta definición presenta ya en su planteamiento

algunas ambigüedades conceptuales que posteriormente se han ido aclarando en las sucesivas investigaciones llevadas a cabo: ¿es lo mismo una emoción, un sentimiento y un estado de ánimo?

En 1996, Goleman y Griesse habían asociado la emoción a la experimentación de cambios corporales conectados por la activación del sistema límbico cerebral, y esta misma idea es refrendada por estudios posteriores, como el de Damasio (2005). Este defiende que el sentimiento resulta de la continua verificación de lo que nuestro cuerpo hace como respuesta a una imagen mental que activa o desencadena una respuesta corporal. Se puede observar que también este neurobiólogo tiende a identificar emoción con sentimiento.

Por su parte, Zaccagnini (2004) define las emociones como:

[...] una compleja combinación de procesos corporales, perceptuales y motivacionales que producen en las personas un estado psicológico global, que puede ser positivo o negativo, de poca o mucha intensidad y de corta o larga duración, y que genera una expresión gestual que puede ser identificada por las demás personas (Zaccagnini, 2004, p. 61).

Esta explicación resulta completa y compleja, pero tampoco discrimina conceptualmente entre los términos emoción, sentimiento y estado de ánimo. Habrá que esperar a la segunda década del siglo XXI para que las investigaciones se orienten a diferenciar conceptualmente estas nociones entre sí. Sin embargo, tal y como subraya Gallardo-Vázquez (2009), sí existe acuerdo entre los investigadores en que las emociones son funciones cerebrales complejas con implicaciones cognitivas, fisiológicas y conductuales más o menos visibles y objetivables.

Cabrelles (2007) aclara más estos términos y propone una definición de emoción como “un estado afectivo intenso y transitorio producido por un estímulo del entorno o una situación interna del propio individuo que transforma el equilibrio psicofísico de una persona y suele ir acompañado de expresiones faciales, motoras, etc.” (s/p). La misma investigadora plantea la idea de que cuando una emoción perdura un cierto tiempo se habla de estado de ánimo. Los temperamentos, añade, serían la tendencia a evocar una determinada emoción o un estado de ánimo. Piqueras, Ramos y Martínez (2010) afirman, por su parte, que las emociones originan patrones personales “de conducta expresiva, cada una asociada a un patrón específico de activación fisiológica, a una experiencia cognitiva-subjetiva y con un substrato neuroanatómico específico” (p. 87).

Emociones, Sentimientos, Estados de Ánimo: Diferencias

En 2009, los investigadores Robbins y Judge, en el ámbito de la cultura organizacional publican una interesante descripción de emoción y estado de ánimo en los siguientes términos:

Las emociones son sentimientos intensos que se dirigen a alguien o algo. Los estados de ánimo son sentimientos que suelen ser menos intensos que las emociones y que con frecuencia (pero no siempre) carecen de un estímulo contextual. La mayoría de expertos creen que las emociones son más fugaces que los estados de ánimo. (p. 251)

Curiosamente, consideran tanto las emociones como los estados de ánimo tipos de sentimientos distintos. Además, relacionan las emociones con sentimientos hacia una persona o un evento, mientras que los estados de ánimo no se relacionan con un hecho concreto. Consideran, asimismo, que las emociones se convierten en estados de ánimo cuando se pierde la atención del evento u objeto que suscitó el sentimiento. En este contexto, el término afecto es un término paraguas en el que se cobijan distintos tipos de sentimientos, como las emociones o los estados de ánimo. Esta concepción parte de los estudios previos del psicólogo Philipp Lersch (2017), quien distinguió dos tipos de experiencias a las que atribuir el término sentimiento: las emociones y los estados de ánimo. Lo que diferenciaría a éstos sería la duración (permanencia) del sentimiento y la etiología, el origen de ambos. Del mismo modo, Lersch distingue también el término sentimiento de los de percepción y pensamiento. Si el sentimiento tiene su origen en el vocablo latino sentiré (percibir mediante los sentidos), el origen de los sentimientos estaría influenciado por el mundo interior que se genera al sentir, mientras que en el pensamiento y en la percepción incidiría el mundo exterior que provoca lo que percibimos y pensamos.

Con relación al término afecto, cabe añadir que Jung (1875-1961), definió la afectividad como la base de la personalidad de los seres humanos. El psicólogo André Sassenfeld (2011) define el afecto como una expresión de vínculos humanos tempranos y constituyen las bases del desarrollo posterior de otras facetas del self en la etapa adulta.

Centrándonos en la discriminación de los conceptos de emoción, sentimiento y estado de ánimo, la literatura más reciente apunta a diferencias relacionadas con la duración en el tiempo y el grado de intensidad de las mismas. Iglesias-Cortizas, Ríos-de Deus y Rodicio-García (2018) defienden que las emociones son reacciones instintivas y automáticas, no conscientes, que surgen y experimentamos de forma muy intensa provocando reacciones corporales inmediatas. Los sentimientos, explican estas investigadoras, no serían instintivos, sino que pasan por un filtro mental donde se evalúa de forma racional la experiencia vivida o sentida. Es por ello que los sentimientos tienen un lapso de manifestación más largo desde la experimentación del factor o causa desencadenante y pueden prolongarse más en el tiempo, mientras que las emociones generan respuestas inmediatas, rápidas, pero de menor duración en el tiempo. Según esta teoría, las emociones son más intensas que los sentimientos y nos motivan a la acción de manera inmediata.

Según este planteamiento conceptual, los sentimientos y las emociones son estados del sujeto caracterizados por la duración e intensidad afectiva que le causa una persona, animal, cosa, recuerdo o situación en general. Los sentimientos son el resultado de las emociones y suelen presentarse de manera inestable o difusa. La condición cultural, temporal (época del desarrollo humano) y educativa es esencial a la hora de expresarlas. Aunque su duración es mayor que la de las emociones, la intensidad con la que se perciben es menor.

El biólogo y filósofo chileno Humberto Maturana (2014), añade un detalle importante al concepto de sentimiento: una emoción se transforma en sentimiento en la medida que uno toma conciencia de ella. El sentimiento sería la suma de una emoción más un pensamiento relacionado con ella. Por tanto, el sentimiento involucra, además de la reacción fisiológica emanada de la emoción,

un componente cognitivo y subjetivo: para originar un sentimiento es preciso etiquetar la emoción y emitir un juicio acerca de ella, hacerla consciente. Los sentimientos suelen durar más tiempo que las emociones, tanto como el tiempo que pensemos en ellos. Los sentimientos se dan después de las emociones, no hay sentimiento sin emoción. Goleman y Griesse (1996) añaden que pensamiento y sentimiento van unidos y, por tanto, albergamos sentimientos sobre todo lo que hacemos, pensamos, imaginamos o recordamos.

Para el estado de ánimo, Thayer (1996) subraya que existe un consenso generalizado de los expertos al definirlo como una actitud, un estado, una forma de permanecer o de estar en el mundo. Los estados de ánimo suelen ser estables ya que su duración es prolongada en el tiempo. Afecta directamente a la visión que tiene la persona del mundo, es decir, explica el porqué de las conductas cotidianas. Lo que lo diferencia de las emociones es que es menos específico y menos intenso que estas, pero, en cambio, es más duradero. Según Cabanas (2016), una diferencia importante es que en el origen de un estado de ánimo no hay relación directa con un acontecimiento, estímulo o evento determinado, cosa que sí sucede cuando hablamos de emociones o sentimientos. Las emociones y los sentimientos, añade Cabanas, tienen en común que tienen siempre un carácter dinámico, activo, cambiante; al contrario de los estados de ánimo, que tienen un carácter más estático y no dependen siempre de las circunstancias exteriores sino de los procesos psicológicos subyacentes en cada individuo.

Clark, Watson, y Friston (2018) concluyen que estos tres términos se relacionan entre sí a menudo formando una cadena: lo que empezó como una emoción ligada a un determinado acontecimiento, puede desencadenar un sentimiento, el cual podría a su vez convertirse en un estado de ánimo si permanece con la persona el tiempo suficiente y se hace parte de su marco cognitivo y conductual.

Otra cuestión medular en la que coinciden los investigadores (Bradley y Lang, 2000; Cano-Vindel, 2003), es que los efectos de las emociones están gobernados por tres niveles o sistemas de respuesta (Lang, 1984): cognitivo, motor y fisiológico. El cognitivo es subjetivo y califica cualquier vivencia afectiva de agradable o desagradable, permitiendo la percepción de cambios corporales y la adecuación de la reacción emocional a la situación. El motor permite reacciones de acercamiento o huida, siendo el causante de las expresiones faciales, posturas, gestos, tonos de voz y movimientos en general. El fisiológico produce cambios en músculos y vísceras, en los sistemas endocrino, metabólico, inmunológico y nervioso central, independientemente de que esa respuesta interna sea percibida o no por el sujeto.

Lacey (1967), sin embargo, habla de discordancia al referirse al proceso de activación de los tres sistemas mencionados como respuesta a una emoción al constatar que no hay concordancia entre distintos índices de un mismo sistema (Cano-Vindel, 2003; Haynes & Wilson, 1979; Wilhelm, Roth y Gross, 2001). Así mismo, se ha reportado desincronía al observar que los tres tipos de respuesta no se activan al mismo tiempo (Fernández-Ballesteros y Staats, 1992; Haynes & Wilson, 1979; Hodgson y Rachman, 1974; Vermilyea, Bocie, & Barlow, 1984).

Para Damasio (1994) existe también una relación entre sentimiento y pensamiento. Afirmar que el hecho de “que los sentimientos sean acontecimientos mentales es relevante porque nos ayudan a resolver problemas no rutinarios que

implican creatividad, juicio y toma de decisiones que requieren la presentación y manipulación de enormes cantidades de conocimiento” (p. 171).

Se puede concluir que la emoción es el resultado de un estímulo (externo o interno) que origina una respuesta corporal a través de la activación de la amígdala cerebral, produciendo, asimismo, cambios mentales adicionales en el córtex prefrontal, responsable de respuestas en forma de pensamientos y relaciones experienciales con los estímulos recibidos.

Taxonomías de las Emociones

1- Teoría de las emociones básicas (Basic emotions theory-BET)

Para hablar de la Teoría de las Emociones Básicas, hay que acudir en primer lugar a Charles Darwin y a su trabajo *The Expression of the Emotions in Man and Animals* (1872/1965). Darwin planteó una reflexión según la cual la mayoría de nuestras expresiones faciales eran vestigios de comportamientos ancestrales que en algún momento fueron útiles a nuestra especie. Estos comportamientos no eran pasiones cartesianas, sino movimientos asociados con numerosos "estados de ánimo" (por ejemplo, horror, determinación, devoción, modestia, hambre, meditación) (Crivelli y Fridlund, 2018). El psicólogo social Floyd Allport (1924) aceptó la reflexología darwiniana pero añadió una superestructura ontogenética. Allport propuso que nuestro comportamiento facial constituía una especie de lenguaje de la cara en el que en sus diversas combinaciones y grados las expresiones manifiestas podían ascender a cientos. Estas expresiones pertenecían a seis categorías que solo se superponían parcialmente a las seis cartesianas. Mediante el empleo de dibujos y grabados anatómicos de varios pintores y fotógrafos, Allport tabuló los movimientos faciales exactos que representaban cada grupo. Allport no consideraba que los hábitos expresivos darwinianos estuvieran vinculados de forma innata a nuestros estados emocionales y mentales adultos. Esta fue una ruptura franca con la reflexología vestigial de Darwin (Crivelli y Fridlund, 2018).

La formulación de BET de emociones universales categóricas y sus expresiones se consolidó en los escritos de Silvan Tomkins (1962). Leys (2017) ha detallado el desarrollo de la teoría de Tomkins, que comenzaría en la década de 1950, y plantea que la aportación más significativa de Tomkins fue imaginar un conjunto de "afectos primarios" que se manifestaban de forma autónoma, independientes de la cognición y de modo no consciente. Para Tomkins, había ocho afectos primarios: interés, sorpresa, alegría, ira, miedo, angustia, asco y vergüenza. Más tarde agregó el desprecio (Leys, 2017).

Unos años más tarde, el psicólogo y antropólogo Paul Ekman publica en 1978, junto con su colega Wallace Friesen, el Facial Action Coding System, en base a los estudios realizados en distintas partes del mundo, postulando la existencia de seis emociones básicas en los seres humanos, independientes del entorno cultural, y cuya expresión se proyecta en el área facial. Ekman definió, a partir de los estudios realizados en Nueva Guinea Papúa en 1971, un listado de seis emociones básicas: ira, asco, miedo, alegría, tristeza y sorpresa. Les atribuyó el rango de emociones universales, ya que estaban presentes en culturas distintas, y estudió la conducta no verbal y las expresiones faciales asociadas a las emociones (también la capacidad para ocultarlas). Dedicó mucho tiempo a analizar las llamadas

micro-expresiones faciales para demostrar que, al igual que las emociones básicas, eran universales y se podían emplear para detectar mentiras. Abre así el campo inexplorado hasta entonces de la psicología de las emociones.

Ekman discrepó de otros antropólogos que realizaron estudios también transculturales, como Margaret Mead, y mantuvo que las expresiones faciales asociadas a las emociones básicas no están determinadas culturalmente sino que son involuntarias, inconscientes y universales, relacionándolas con un origen biológico, en línea con los planteamientos de Darwin. No obstante, tanto Ekman como Goleman y Griesse (1996) advierten de la conveniencia de concebir las emociones en términos de dimensiones o familias formadas por distintos matices o gradaciones de un tipo de emoción genérica. Las 4 emociones básicas iniciales originaron finalmente 8 emociones fundamentales: miedo, ira, tristeza, alegría, amor, sorpresa, aversión y vergüenza, cada una de ellas considerada una dimensión con emociones relacionadas o derivadas.

A este respecto, hay que reportar una investigación más reciente de la Universidad de Glasgow, llevada a cabo por Jack, Garrod y Schyns (2014), que concluye que la cara solo expresa cuatro emociones básicas. Mediante el empleo del sistema Generative Face Grammar, que utiliza cámaras para capturar una imagen tridimensional de las caras de personas especialmente entrenadas para activar los 42 músculos faciales individuales de manera independiente, los resultados del estudio apuntan a que no son seis, sino cuatro las emociones básicas. Estas emociones básicas serían la alegría, la tristeza, el miedo, y la sorpresa. En opinión de Jack et al., la teoría de las seis emociones básicas relata un estadio de emociones más complejo y en su opinión responden a la matización de las emociones que el ser humano fue experimentando en sus migraciones, desde las básicas biológicamente, destinadas a la supervivencia fundamentalmente, hasta las específicamente sociales surgidas de las necesidades de comunicación e interacción social adaptativa.

Estudios recientes, como la replicación llevada a cabo por Crivelli, Jarillo, Russell y Fernández-Dols (2016) en Nueva Guinea Papúa de los estudios de Ekman, sugieren la necesidad de revisar los resultados obtenidos por éste, fundamentalmente debido a la inclusión en los estudios de Crivelli y sus colaboradores del aspecto social. Los resultados del análisis de las expresiones faciales de Crivelli y su grupo apuntan hacia 3 tipos de emociones básicas (en orden de frecuencia: alegría, tristeza y miedo) y dos aspectos faciales relacionados con la invitación social o el rechazo social, es decir, la existencia de expresiones faciales distintas para expresar el inicio o el rechazo de una relación con otra persona.

2- La rueda de las emociones de Robert Plutchik: teoría general psicoevolutiva de las emociones

El psicólogo norteamericano Robert Plutchik definió en 1980 la rueda de las emociones, como una taxonomía basada en díadas o relaciones entre emociones contiguas a partir de ocho emociones básicas: la alegría, la confianza, el miedo, la sorpresa, la tristeza, la aversión, la ira y la anticipación. Estas emociones, como prevenía Plutchik, no se presentaban solas, sino que se manifestaban con distintos grados de intensidad. Este matiz es el que aportó a esta propuesta teórica una

amplia riqueza de emociones distintas, resultado de esas gradaciones. No sólo esto, además las emociones podían combinarse entre ellas, también en distintos grados de intensidad, originando emociones más complejas. Estos solapamientos entre emociones distintas las llamó díadas y según el grado de proximidad entre las díadas combinadas, podían ser primarias, secundarias o terciarias, en función del grado de parentesco entre ellas (de mayor a menor).

Plutchik (1980) clasifica las emociones en dos niveles. Por un lado, las básicas, que se refieren a las que considera que tienen una función y adaptativa. Para él son: la alegría, la confianza, el miedo, la sorpresa, la tristeza, la aversión y la ira. Las demás emociones las denomina secundarias. Además, Plutchik emplea otro indicador para establecer relaciones entre las emociones primarias y secundarias: el antagonismo. Concibe cuatro ejes de oposición, formados por el enfrentamiento entre alegría y tristeza, anticipación y sorpresa, asco y confianza, y miedo e ira. Por último, emplea descriptivamente en su rueda la intensidad de los ocho colores que usa: cuanto más intensa es la emoción, más se parece a la emoción básica y, por tanto, más cerca aparecerá del centro de la rueda de las emociones.

A su vez, la combinación de las emociones básicas da lugar a un total de veinticuatro emociones compuestas en la taxonomía de Plutchik. Son las que el psicólogo clasificó en tres diadas diferentes, que describen las emociones menos frecuentes.

3- Emociones primarias y secundarias: Damasio y el marcador somático

El neurobiólogo portugués Antonio Damasio publicó en 1994 su libro *El error de Descartes* donde expuso por vez primera la hipótesis del marcador somático (SMH), basada en la idea de que el ser humano actúa como respuesta a estímulos que pueden ser conscientes, si bien generalmente son inconscientes. Esta hipótesis propone que la toma de decisiones es un proceso guiado por señales emocionales relacionadas con la homeostasis, las emociones y los sentimientos. Según Márquez et al. (2013), este mecanismo emocional es una señal o marcador somático, “un componente específico de los sentimientos que se genera a partir de procesos de autorregulación y homeostasis, provocando modificaciones fisiológicas en el propio cuerpo o en regiones cerebrales implicadas en la representación de estados emocionales” (p. 19).

De acuerdo con este modelo, los marcadores somáticos pueden generarse a partir de dos tipos de eventos: inductores primarios e inductores secundarios. Los inductores primarios son estímulos que, de modo innato o a través del aprendizaje, han sido asociados con estados placenteros o aversivos (Márquez, et al., 2013). Cuando uno de estos estímulos está presente en el entorno cercano, se origina de forma automática una respuesta emocional. Por otro lado, los inductores secundarios son estímulos que se activan a partir de un recuerdo personal real o imaginado de una situación emocional (Bechara, Damasio y Damasio, 2003). Damasio (1994) explica que la construcción de marcadores somáticos se da especialmente en la infancia y en la juventud, sobre todo en los aspectos relacionados con la ética y las convenciones sociales; sin embargo, el proceso de adquisición de relaciones entre el cuerpo y su entorno es un aprendizaje continuo que dura toda la vida.

Morandín-Ahuerma (2019) señala que la hipótesis del marcador somático “es una teoría que rompió con el dualismo cerebro-cuerpo, esto es, terminó con la idea de que el cerebro es una parte diferente al resto del cuerpo, sino una unidad corporal” (p.20).

En opinión de Muñoz (2017) y Morandín-Ahuerma (2019), Damasio concibe la toma de decisiones como respuesta no sólo biológica, sino también en relación a las experiencias aprendidas del contexto, tanto de origen cultural como social. Así, Damasio propone una distinción entre las emociones que experimentamos en edades tempranas de la vida o por primera vez, de las que vivimos en la edad adulta y que ya hemos experimentado previamente. Las primeras, las denomina emociones primarias y las de la etapa adulta constituirían las emociones secundarias. No obstante, esta clasificación no es estanca: se pueden tener emociones primarias en la edad adulta, si se vivencian por vez primera; del mismo modo, se pueden experimentar emociones secundarias en edades más tempranas debido a haberlas experimentado en distintas ocasiones con anterioridad. Las emociones primarias se desencadenan después de un estímulo que activa la amígdala. Esta, a su vez, pone en marcha respuestas cerebrales, musculares, viscerales gestionadas por neurotransmisores y el hipotálamo; éste regula una serie de respuestas endocrinas y químicas que viajan por el torrente sanguíneo hasta llegar a los órganos diana para las respuestas corporales adecuadas a cada estímulo.

Las emociones primarias o básicas para Damasio son: miedo, ira, asco, sorpresa, tristeza y felicidad. Las emociones secundarias, es decir, las que se originan por el recuerdo de haberlas vivido o imaginado en etapas vitales anteriores, surgen de la experimentación previa de emociones primarias que han dado lugar a conexiones entre categorías de objetos o situaciones que han generado dichas emociones primarias y que han originado en el pasado pensamientos y actuaciones corporales subsiguientes. En las emociones secundarias el estímulo puede ser procesado directamente en la amígdala, como en las emociones primarias, pero la experiencia previa hace posible la activación de los procesos de pensamiento que tienen lugar en la corteza frontal cerebral. Es por ello que los pacientes con lesiones prefrontales del córtex cerebral no pueden generar emociones secundarias subsidiarias de imágenes evocadas por situaciones y estímulos pasados, pero pueden experimentar emociones primarias (Cabrelles, 2007).

Damasio describe también las emociones sociales, como una categoría distinta que incluye la simpatía, la turbación, la vergüenza, la culpabilidad, el orgullo, los celos, la envidia, la gratitud, la admiración, la indignación y el desdén.

4- Emociones positivas

La psicología positiva se define como “el estudio científico de las experiencias positivas, los rasgos individuales positivos, las instituciones que facilitan su desarrollo y los programas que ayudan a mejorar la calidad de vida de los individuos, mientras previene o reduce la incidencia de la psicopatología” (Contreras y Esguerra, 2006, s/p). Este término fue propuesto por Martin Seligman (1999) en el discurso de presentación como presidente de la APA. La psicología positiva señala la importancia de las fortalezas de carácter

que son individuales de cada persona y que suelen tener consecuencias positivas. Así, según Seligman (2003), emplear las propias fortalezas origina emociones positivas. Entre estas fortalezas, Seligman y Christopher (2000) identifican, entre otras, el optimismo, las habilidades interpersonales, la esperanza, la honestidad, la fe, la perseverancia o la capacidad para fluir (flow).

Desde la perspectiva de la psicología positiva, las emociones pueden hacer referencia al presente, al pasado o al futuro, entendiendo dentro de una amplia concepción el término emoción. Seligman (2003) para hablar de experiencias positivas y de bienestar, tanto el vocablo emoción, como sentimiento, en relación directa con una fortaleza o virtud. Así, explica que las emociones positivas ligadas al futuro son, por ejemplo, el optimismo, la esperanza, la fe, y la confianza; las relacionadas con el presente son la alegría, la tranquilidad, el entusiasmo, la euforia, el placer o el flow. Las emociones positivas relativas al pasado incluyen la satisfacción, la complacencia, la realización personal, el orgullo y la serenidad (Contreras y Esguerra, 2006).

Antes de emerger la psicología positiva, Diener, Smith y Fujita (1995) propusieron un abordaje sistemático y empírico que incluía aspectos cognitivos y biológicos, sugiriendo dos tipos de emociones positivas: alegría y amor. Por su parte, Barbara Fredrickson (1998) propone más tarde cuatro tipos de emociones positivas: la alegría, el interés, el amor y la satisfacción.

El estudio de las emociones positivas resulta complejo ya que integra aspectos biológicos, cognitivos y sociales del desarrollo humano (Vecina, 2006). Barragán Estrada y Morales Martínez (2014) consideran que las emociones positivas, aquellas en las que predomina la valencia del placer o bienestar, tienen una duración acotada en el tiempo y movilizan pocos recursos; son las que permiten cultivar fortalezas que conducen a la felicidad. Según Cabrelles (2007), las emociones positivas favorecen la manera de pensar, razonar y de actuar de las personas. También contribuyen a optimizar la salud, el bienestar subjetivo y la resiliencia psicológica, favoreciendo un razonamiento eficiente, flexible y creativo (Fredrickson, Arizmendi, y Van Cappellen, 2020). Siguiendo a Seligman, también Barragán Estrada y Morales Martínez (2014) postulan que estas emociones positivas pueden situarse en el pasado, presente o futuro y ponen como ejemplo de las relacionadas con el pasado: la gratitud, el orgullo, la satisfacción, la serenidad, la complacencia y la realización personal. Las emociones positivas centradas en el presente son, según estos mismos autores, el placer, la gratificación, la alegría, la tranquilidad, el entusiasmo, la euforia o el éxtasis. De las relacionadas con el futuro de la persona, citan el optimismo, la confianza y la esperanza, entre otras. Una de las principales ventajas del cultivo de las emociones positivas radica, según estos mismos investigadores, en que “ejercen una gran influencia sobre el procesamiento intelectual, el razonamiento, la resolución de problemas y las habilidades sociales” (p. 112).

5. Emociones negativas

Las emociones negativas son opuestas a las emociones positivas. Se conocen también como emociones tóxicas y suelen provocar el deseo de evitarlas o evadirlas. El miedo, la tristeza, la ira y el asco son las emociones negativas básicas, según la mayoría de taxonomías acuñadas por la psicología. No obstante, se

debe tener en cuenta que este tipo de emociones, en pequeñas cantidades y relativa baja intensidad, no son necesariamente perjudiciales, ya que forman parte del proceso de aprendizaje experiencial que nos permite construir nuestra memoria emocional recordando las consecuencias de ciertas conductas o ciertos contextos. Piqueras, Ramos y Martínez (2010) reflexionan sobre el hecho de que precisamente las emociones de valencia negativa, como el miedo y la ansiedad, son las que “han generado mayor cantidad de investigaciones y sobre las que se han desarrollado un arsenal de técnicas de intervención mayor desde todas las orientaciones teóricas psicológicas” (p. 90). Añaden que, a pesar del gran empuje de la psicología positiva, el estudio de las emociones negativas ha copado las investigaciones mayoritariamente durante el siglo XX y en la actualidad.

Las emociones negativas como el miedo, la tristeza y la ira pueden dar lugar a diferentes formas clínicas como la ansiedad, la depresión y la ira persistente. Esto explica que tradicionalmente “las teorías del estrés psicosocial se hayan centrado más en las emociones negativas como la ira, el temor, la ansiedad, la vergüenza, la culpabilidad, la tristeza, la envidia, los celos y el asco, que en las positivas” (p. 99). Así mismo, concluyen que las emociones negativas constituyen actualmente uno de los principales factores de riesgo para contraer enfermedades físicas y mentales.

6- Emociones ambiguas o neutras

Las emociones ambiguas se conocen también como emociones neutras, puesto que no provocan reacciones positivas ni negativas en el ser humano, pero comparten características de ambas; así, se asemejan a las negativas en la gran movilización de recursos que producen y a las positivas en su brevedad temporal. Por ejemplo, la sorpresa, la esperanza o la compasión se han clasificado como emociones neutras (Bisquerra, 2000; Lazarus, 1991). La existencia de estas emociones deja claro que somos animales complejos y que nuestras experiencias presentan muchos matices.

7. Clasificación psicopedagógica

Rafael Bisquerra (2009) presenta, en su libro *Psicopedagogía de las emociones*, una taxonomía que recoge clasificaciones previas de distintos autores, organizadas desde un punto de vista psicopedagógico, es decir, una clasificación pensada para ser empleada en la llamada educación emocional. El mismo autor define la educación emocional como “un proceso educativo continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitarle para la vida y con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social” (Bisquerra, 2009, p. 27).

En esta taxonomía desde la perspectiva de la educación emocional, Bisquerra recoge las emociones negativas de dos tipos: primarias y de orden social; las emociones positivas derivadas de las tres grandes (alegría, amor y felicidad); las emociones ambiguas o neutras y, finalmente, las emociones estéticas.

Las emociones negativas incluyen las tres básicas citadas por la mayoría de los autores: miedo, ira y tristeza. Incluye, asimismo, el asco, como emoción que,

cuando está referida a otras personas (no a los alimentos), converge hacia la ira. A su vez, el asco conlleva matices, como la aversión o la repugnancia. Bisquerra coloca en categorías diferentes el miedo y la ansiedad, al contrario que otros autores. Para él, el miedo “se experimenta ante un peligro real e inminente que puede ser arrollador, con grave peligro para la supervivencia. Mientras que la ansiedad es más difusa, de carácter existencial; es la suposición de un hipotético peligro, pero poco probable” (2000, p. 93). Izard (1977, 1997) y Emde (1980) también ponen miedo y ansiedad en categorías distintas.

Dentro de las emociones sociales, Bisquerra incluye una única categoría, la vergüenza, que incluye a su vez emociones como la culpabilidad, la timidez (en sentido negativo) o el cariño, la ternura, la simpatía, la cordialidad (con valencia positiva), aunque están incluidas en otras categorías también. Para Bisquerra, el amor es una de las categorías de emoción más compleja ya que abarca distintos tipos (erótico, filial, enamoramiento, paternal, maternal, etc.). En otras clasificaciones el amor se integra en la categoría de aceptación.

En esta taxonomía se incluyen las emociones estéticas, que no suelen estar en la mayoría de clasificaciones, debido a que se considera que desde la perspectiva educativa, es muy importante potenciar estas emociones, a las que dedica todo un capítulo completo de su libro.

8- Emociones estéticas

Diversos autores, como Bisquerra (2000), Calderón, Gustems-Carnicer, Martín-Piñol, Fuentes-Moreno y Portela-Fontán (2020), González (2020), García (2011), Maillard (2000) y Scheck (2022), entre otros, han hecho referencia a las emociones estéticas. Son la respuesta emocional ante la belleza. En primer lugar, ante distintas manifestaciones artísticas (música, pintura, danza, poesía, etc.) y, por extensión, a la belleza de la naturaleza o de objetos que nos conmueven (un paisaje, una puesta de sol, un cuerpo atractivo, etc.). Así, al escuchar una canción podemos sentirnos muy felices o muy tristes, pero esa sensación sería cualitativamente diferente a la felicidad o la tristeza que se experimenta ante cualquier otra experiencia, ya que se vive en un contexto artístico, mediado por símbolos y atribuciones sobre las intenciones del autor. Bisquerra (2000) añade que es posible sentir emociones estéticas ante hechos heroicos, experiencias religiosas, un descubrimiento científico, e incluso ante un trabajo bien hecho (existe una dimensión profesional de las emociones estéticas, según el autor).

Scherer (2005) sugirió distinguir entre emociones utilitarias y estéticas. Las emociones estéticas parecen compartir varias características con la categoría más amplia de emociones refinadas, como el desapego y la conciencia autorreflexiva.

9. Emociones sociales

Las emociones sociales no se refieren a las emociones culturalmente aprendidas, sino que es necesario que haya otra persona presente o de lo contrario no pueden aflorar. Por ejemplo, la venganza, la gratitud, el orgullo o la admiración son emociones que sentimos respecto a otros individuos.

10. Emociones instrumentales o útiles

Las emociones instrumentales son aquellas que tienen como fin u objetivo la manipulación o el propósito de lograr algo. Son complicadas de reconocer porque puede parecer que sean naturales. Sin embargo, son emociones forzadas y esconden una intención. En ocasiones, son fruto de la autosugestión: someterse a ciertos contextos voluntariamente para hacer que una parte de esa emoción tiña nuestra forma de comportarnos.

11- Emociones groseras y refinadas

La teoría del refinamiento de las emociones (Frijda y Sundararajan, 2007) proporciona un marco teórico prometedor para comprender dos tipos de emociones. Los autores distinguen entre emociones groseras y refinadas, señalando que las últimas se sienten más que se actúan. La teoría del refinamiento de la emoción sostiene que a medida que uno entra en un espacio mental que se separa de las preocupaciones pragmáticas y relacionadas con uno mismo, las emociones pierden su urgencia, pero conservan su estructura interna y sus tendencias de acción (Frijda y Sundararajan, 2007). Aunque son emociones auténticas, las emociones refinadas se expresarán más en acciones virtuales que en acciones abiertas, más en baja intensidad que en alta intensidad. Además, sus objetos de valoración se toman prestados de lo imaginario más que de lo real. Además, señalan que las teorías de las emociones comunes pueden ser más adecuadas para dar cuenta de las emociones groseras y no tanto de las emociones refinadas.

El Estudio del Binomio Emociones-Música: Evolución Histórica

La opinión de que la música evoca emociones no se acepta unánimemente. Desde que Hanslick (1854) expuso sus feroces puntos de vista antiemotivistas de la música, la noción de que la música no induce y, de hecho, no puede inducir emociones específicas nunca ha perdido cierto atractivo, especialmente dentro de la teoría y la filosofía musicales (Davies, 1994; Kivy, 1999; Meyer, 1956).

Es interesante observar que ya en la Antigua Grecia hace 2500 años, cuna de los grandes pensadores, Pitágoras predicaba el equilibrio mental favoreciéndolo a través ciertas escalas y acordes musicales. Al parecer, aconsejaba a sus discípulos determinadas melodías escritas en unos modos concretos que favorecían distintos estados de ánimo, especialmente los positivos, y contra las preocupaciones, la ira o la tristeza. La escala lidia con su IV grado elevado adquiría un especial significado en las canciones guerreras o marchas militares, ya que se creía que favorecía el valor y la predisposición a la lucha y a la victoria en la guerra.

Aristóteles también defendía que las melodías y los ritmos de la flauta fortalecían el cuerpo, la mente y el espíritu, mientras que Platón sostenía que la música era para el alma lo que la gimnasia para el cuerpo. Descartes consideraba que el sonido de la música tenía como fin el deleite y la provocación de diversas pasiones. Además, a través de las emociones que hace aflorar, la música se convierte en un vehículo de mejora del autoconocimiento y el de los demás

porque al escuchar una obra musical podemos identificar las emociones que nos provoca, etiquetarlas y regularlas.

La vinculación música-emociones ha sido estudiada por psicólogos, filósofos, teóricos del arte, músicos y pedagogos, y mientras unos argumentan que la emotividad se desprende de la misma esencia sonora de la música, otros defienden que la emotividad de la música se desprende del significado que cada individuo le otorgue a la misma. Esta última es la opinión, por ejemplo, de Hargreaves (1998), quien ha recogido los distintos significados de la música propuestos por los teóricos, agrupados en diferentes enfoques: a) Significado absoluto: depende del contenido intrínseco de la música; b) Significado formalista: depende del nivel de percepción y comprensión del oyente de los parámetros musicales; c) Significado expresionista: se desprende de las emociones suscitadas en el oyente por la música; y d) Significado referencialista: a partir de asociaciones entre la música, el contexto y experiencias previas.

La noción general de que las emociones generadas por la música pueden tener características especiales en comparación con las emociones del día a día, o con las emociones generadas por otras artes, se remonta al siglo XIX. En *El poder del sonido*, Gurney (1880) afirmó que “la principal característica de la música, el alfa y el omega de su efecto esencial [es] su perpetua producción en nosotros de una excitación de un tipo muy intenso, que aún no puede definirse bajo cualquier concepto de emoción conocida” (p. 120).

Uno de los primeros intentos de caracterizar empíricamente las emociones inducidas por la música se remonta a Weld (1912), quien señaló que “a partir de los datos disponibles parece imposible proporcionar una clasificación sistemática de los estados de ánimo que se experimentaron” (Weld, p. 283). Hevner (1936) desarrolló el reloj adjetivo (*adjective clock*), llamado así por su representación circular. Esta investigadora dispuso en este círculo ocho grupos o clusters de adjetivos que se emplearon como variables de las respuestas emitidas en sus pruebas experimentales. A partir de un fragmento musical tonal corto, Hevner fue creando variaciones del mismo en el modo, armonía, ritmo, tempo y afinación. Manteniendo constantes todas las variables y manipulando sólo una de ellas cada vez, los investigadores pudieron identificar en las respuestas de los participantes las diferencias entre la escucha de la versión original y de la manipulada, adscribiendo al parámetro modificado dicha diferencia. En las décadas siguientes, varios autores (Campbell, 1942; Farnsworth, 1954) elaboraron más esta taxonomía de adjetivos propuesta por Hevner. A principios de la década de 1970, Wedin (1972) propuso que las emociones hacia la música pueden ser explicadas por tres factores bipolares de emoción: alegría versus melancolía, tensión versus relajación y solemnidad versus trivialidad.

Previamente, el musicólogo norteamericano, Meyer (1956), había reconocido dos tendencias opuestas en referencia al significado de la música: por un lado, los teóricos absolutistas, para quienes el significado de la música depende exclusivamente de la obra musical y su contenido; por otro, los referencialistas, que proponen que los significados de la música no dependen exclusivamente de los inputs sonoros:

El significado no es, pues, una propiedad de las cosas. No se puede localizar sólo en el estímulo. Un mismo estímulo puede tener muchos significados diferentes. [...] Tampoco el significado puede ubicarse exclusivamente en los objetos, eventos o

experiencias que el estímulo indica, refiere o implica. (Meyer, 1956, p. 34; traducción de la autora).

A este respecto, Enrico Fubini, en el capítulo XIII ("El formalismo en el siglo XX") de su libro *La estética musical desde la Antigüedad hasta el siglo XX* (1988), considera que:

Meyer está de parte de los absolutistas, lo que no obsta para que la música, en determinadas condiciones naturales de audición, pueda asumir un significado referencial, aun cuando este último no represente la función más esencial de aquélla; hay hábitos de carácter histórico y cultural a los que se debe que ciertos procedimientos técnicos suelen referirse a conceptos y a estados de ánimo, pero se trata de asociaciones de carácter cultural precisamente, en modo alguno imprescindibles, sujetas, por consiguiente, a cambios. Todo esto forma parte de aquel poder que tiene la música para activar procesos imaginativos, afectivos o de cualquier otra índole extramusical, que pueden distraernos de los valores verdaderamente musicales. No es, pues, este aspecto secundario el que interesa a Meyer, quien, por el contrario, pone su mayor atención, sobre todo, en el significado, entendiéndolo éste como conjunto de relaciones internas de la estructura de la obra en conexión con la respuesta del oyente. (Fubini, 1988, p. 320)

Años después, Asmus (1980) compiló una lista de 41 términos afectivos relevantes para la música y, después de aplicar análisis factoriales de las calificaciones de tres extractos de música, concluyó que las emociones musicales podrían describirse en nueve dimensiones afectivas: identificadas como: maldad, sensual, potencia, humor, pastoral, anhelo, depresión, sedante y actividad (Evil, Sensual, Potency, Humor, Pastoral, Longing, Depression, Sedative, and Activity, en el original, p. 19).

Radford (1991), por su parte, explica tres enfoques distintos para explicar por qué la música evoca diferentes emociones. El enfoque cognitivo defiende que las emociones provocadas por la música dependen de las experiencias previas de las personas y las asociaciones que realiza entre el estímulo emocional y la situación contextual presente y/o pasada. El enfoque emotivo acude a las características intrínsecas de la música para explicar las emociones que produce. El tercer enfoque, Radford lo denomina moodist y hace converger las cualidades intrínsecas de la música con la influencia del estado de ánimo del oyente y algunos factores externos (contexto y asociaciones previas) para explicar el origen de las emociones que evoca la música.

La tesis de la intencionalidad emocional de la música ha sido muy debatida y propone que el significado intencional de la obra de un compositor es el mismo que transmite la propia obra musical. Sin embargo, Carroll (1997) sugiere que, en todas las artes existe la denominada "falacia intencional", una teoría general sobre la interpretación del arte que no discrimina entre la intención del artista y lo que comunica la obra de arte. Carroll defiende que para asimilar la intencionalidad del autor hay que tener presente el contexto del autor en el momento de crear el trabajo. Sobre este particular, Dickie (1997) refuta la propuesta de Carroll argumentando que el único modo de conocer la intencionalidad emotiva de una obra sería a través de una explicación directa del propio autor.

Los filósofos formalistas más destacados son Peter Kivy y Nick Zangwill. Según su enfoque, Kivy (1999) propone que es la belleza intrínseca del contenido musical lo que persigue intencionalmente el autor y lo que determina las emociones que suscita. Para que estas emociones alcancen al oyente, concluye que

este debe disponer de una educación musical amplia que le permita “descifrar” esos códigos de belleza de la música e, incluso así, las emociones producidas pueden divergir. Por ello, Kivy considera que las personas con adiestramiento musical pueden acceder a emociones motivadas por la belleza de la pieza musical, pero no experimentan tristeza o alegría –supuestas emociones correspondientes– en función de las características de la música escuchada. Es decir, la emoción estética experimentada está por encima de las demás emociones que evocan a los oyentes no adiestrados musicalmente.

En la década siguiente, las investigaciones en el campo de la psicología se centraron en aspectos específicos de las respuestas emocionales a la música, como la emoción (Guhn, Hamm y Zentner, 2007; Konečni, Brown y Wanic, 2008 ; Panksepp y Miller 1996), fuertes experiencias suscitadas por la música (Gabrielsson, 2001-2002, 2006), usos de la música en la vida cotidiana (Juslin y Laukka, 2004; Laukka, 2007; Sloboda y O'Neill, 2001) o neuroimagen de la emoción en la música (Koelsch, Fritz, von Cramon, Müller, y Friederici, 2006). También se realizó una caracterización de las dimensiones básicas de las emociones musicales más allá de la valencia y la excitación, basada en las percepciones de los oyentes sobre las connotaciones emocionales de la música, no en nada que los oyentes sintieran ellos mismos (Collier, 2007). Al mismo tiempo, varios estudios han demostrado que las emociones sentidas y percibidas difieren sustancialmente. Sobre este particular, Zentner, Meylan y Scherer (2000) encontraron que la música puede despertar y percibir varios tipos de emociones positivas, pero que las emociones negativas tendían a ser mucho más percibidas que sentidas. Este hallazgo ha sido respaldado por un trabajo más reciente que muestra que la música clasificada como aterradora o triste todavía tiende a producir afecto positivo (Gabrielsson, 2001-2002; Kallinen y Ravaja, 2006).

Emociones Inducidas por la Música: Evidencias Científicas Relevantes

Según Poch (1999), la música puede clasificarse en estimulante y sedante. La música estimulante es aquella que incrementa el nivel energético corporal generando la activación del sistema musculoesquelético y dando lugar a emociones debido a la estimulación del área cerebral subcortical. La estimulación se provoca mediante ritmos muy percusivos, dinámicas de rango fuerte y articulaciones staccato. Por el contrario, la música sedante suele presentar una melodía lírica, cantabile y legato, con un perfil rítmico poco acusado y dinámicas sin estridencias generando de este modo la sedación física, intelectual y contemplativa, según los estudios de Poch.

Blood y Zatorre (2001), realizaron un estudio en Canadá observando la actividad cerebral de personas mientras escuchaban música que las emocionaba. Compararon los datos obtenidos con los resultados del mismo grupo experimental escuchando melodías sin carga emotiva aparente y hallaron diferencias sustanciales en las neuro-imágenes de varias zonas del sistema límbico (cuerpo estriado, amígdala e hipocampo, fundamentalmente). En opinión de Cabrelles (2007), “la implicación del hipocampo explica que una misma melodía pueda suscitar emociones diferentes según nuestras experiencias anteriores, y la

de la amígdala, la influencia de la situación personal en el momento en que se perciben” (s/p).

No cabe duda que las características de la propia música influyen en las emociones y significados que les atribuyen los oyentes. Así, según Schellenberg, Krysciak, y Campbell (2000) el tono y el ritmo afectan a la percepción emocional de las melodías cortas. También se han realizado estudios para determinar la relación existente entre las emociones suscitadas por la música y parámetros como el tempo o el modo (mayor o menor) y si el efecto de los mismos es independiente de otros factores personales (formación musical, sensibilidad musical, etc. Así, Bigand, Filipic, y Lalitte (2005) realizaron un ambicioso estudio en el que emplearon 27 extractos de música clásica, seleccionados para suscitar emociones básicas a un grupo integrado por músicos y por individuos sin formación musical. El estudio permitió a los autores demostrar que los juicios musicales de los oyentes, independientemente de su formación musical, son muy parecidos y estables a lo largo del tiempo, con la única condición de que los participantes pertenezcan a un mismo contexto cultural.

Como consecuencia de todas estas investigaciones, Cabrelles (2007) concluye que:

las respuestas emocionales a la música son reproducibles de unos momentos a otros en una misma persona y entre individuos, lo que es coherente con la idea de que las emociones musicales aseguran una función de coherencia social en una cultura determinada y, lo que es más, la utilización del lenguaje verbal podría ser la causa de las diferencias individuales observadas. (s/p)

Para estudiar las llamadas emociones musicales se recurre habitualmente a piezas que posibiliten el control de un pequeño número de parámetros sonoros considerados relevantes en la comunicación de emociones. Una de las principales teorías propuestas para explicar la génesis de las emociones, postula que vienen determinadas por los contrastes entre puntos de tensión y relajación sonora (refiriéndose a la música clásica occidental). Para precisar esta hipótesis, la Psicología Cognitiva ha realizado distintos estudios para determinar cuáles son los elementos morfológicos y sintácticos de la música que determinan la evocación de determinadas emociones. Así, los estudios tempranos llevados a cabo por Hevner (1936) probaron que los parámetros de modo y tempo son indicadores fundamentales para determinar si un pasaje musical evocará emociones tristes o alegres. Más recientemente, Peretz y Zatorre (2005) han concretado más la influencia de ambos parámetros en la respuesta emocional del oyente, concluyendo que los sujetos perciben, en general, las relaciones modo y tempo en cuatro categorías: 1. Modo menor y tempo lento inducen una emoción de valencia negativa. Si, además, la dinámica es suave, la música se percibe como triste; 2. Modo menor y tempo rápido suscita una emoción negativa con carga de ira o miedo; 3. Modo mayor y tempo rápido generan afectos positivos de alegría; y 4. Modo mayor y tempo lento se relacionan con emociones como tranquilidad y sosiego.

En opinión de Cabrelles (2007), el tempo constituye un parámetro musical más fácil de procesar que el modo, ya que éste implica el reconocimiento y percepción de otras cualidades sonoras más complejas, como las alturas interválicas o las funciones tonales armónicas. La misma investigadora añade que “cuando los dos parámetros son divergentes, los oyentes se suelen valer del tempo

para establecer su valoración emocional de las melodías” (s/p). Los estudios realizados en niños y niñas de 6 a 8 años, los resultados son coincidentes con los de los adultos; sin embargo, en edades inferiores, los juicios emocionales parecen fundamentarse exclusivamente en el factor tempo o en ninguno de ellos.

Sin embargo, también se debe considerar el elemento subjetivo de cada oyente, su historia personal y su estado de ánimo en el momento de la escucha, que hace que la música sea en sí misma un símbolo inacabado que permite que cada persona proyecte en ella sus anhelos, conflictos, carencias, recuerdos, tristezas y alegrías.

La neuropsicología, a través del estudio del impacto de las lesiones cerebrales, busca en la última década comprender los mecanismos de procesamiento cerebral de la cognición musical. Uno de los extremos que se han intentado clarificar es el motivo de la existencia de emociones musicales sin que curse un reconocimiento de la melodía. Así, por ejemplo, en el caso de la amusia, patología que no permite procesar la información musical, se ha comprobado que pacientes sin capacidad para reconocer músicas familiares antes del accidente cerebrovascular, pueden juzgar el carácter triste o alegre de las mismas, a pesar de no reconocerlas. El hecho de poder identificar emociones, a pesar de no poder percibir parámetros como el modo o el tempo, apunta a que la capacidad de realizar juicios emocionales es de distinta naturaleza y se origina de distinto modo y en distinto lugar cerebral que el reconocimiento de las características musicales (Cabrelles, 2007).

También existen evidencias científicas sobre los efectos de las disonancias en la generación de emociones negativas de desagrado, incluso en estudios realizados con bebés de hasta cuatro meses de edad, subrayando el hecho de que estas reacciones se producen independientemente de la procedencia cultural de los oyentes (Bigand, et. al. 2005).

Entre las muchas emociones experimentadas habitualmente en la vida cotidiana, varias se han informado muy raramente en respuesta a la música. Los estudios llevados a cabo por Juslin y Laukka (2004) y, posteriormente, Laukka (2007) apuntan a que, específicamente, la culpa, la vergüenza, los celos, el disgusto, el desprecio, la ira y el miedo (estas y otras emociones negativas) se experimentaron regularmente en la vida cotidiana, pero prácticamente nunca se despertaron con la música. Este hallazgo está de acuerdo con investigaciones recientes mostrando que las emociones negativas se experimentan muy raramente en respuesta a la música.

Por otro lado, Grandjean y Scherer (2008) concluyen que en su estudio de los estados emocionales relacionados con el asombro y la tranquilidad fueron informados con más frecuencia en respuesta a la música que a la vida cotidiana, pero solo por los oyentes de música clásica y jazz. A su vez, los estados emocionales relacionados con la activación fueron más prominentes en respuesta a la música en comparación con la experiencia cotidiana de los oyentes de música tecno y latinoamericana. Otro objetivo de este estudio fue examinar las diferencias entre las emociones sentidas y percibidas. En términos generales, las emociones se sintieron con menos frecuencia en respuesta a la música de lo que se percibieron como propiedades expresivas de la música. Por ejemplo, varias emociones negativas, aunque no se informó que se sintieran en respuesta a la música, se percibieron con bastante frecuencia como propiedades expresivas de la música. Sin embargo, las percepciones negativas, las características emocionales no se traducen fácilmente en una emoción negativa sentida porque el oyente en la

mayoría de los contextos de escucha de música está alejado de amenazas, peligros o la posibilidad de pérdidas. A medida que las personas pasan a un estado mental en el que el interés propio y las amenazas del mundo real ya no son relevantes, las emociones negativas pierden su alcance.

Las investigaciones más recientes han demostrado que la música es un medio efectivo de inducción del estado de ánimo en el laboratorio (Västfjäll, 2001-2002; Westermann, Spies, Stahl, y Hesse, 1996), un medio de manipulación del estado de ánimo para alterar el comportamiento del consumidor (Alpert y Alpert, 1990; Bruner, 1990), y también una herramienta para el tratamiento de trastornos emocionales (Gold, Voracek, y Wigram, 2004). Los investigadores también han demostrado que, en la vida cotidiana, la música se usa predominantemente para regular el estado de ánimo y las emociones (Laukka, 2007; Saarikallio y Erkkila, 2007), y también se han observado reacciones afectivas a la música en bebés desde los 4 meses de edad (Zentner y Kagan, 1998). Además, la evidencia sugiere que las regiones del cerebro activadas por la música emocional son similares a las que se activan con fuertes recompensas como el sexo, la comida y las drogas de abuso (Blood y Zatorre, 2001; Menon y Levitin, 2005).

Los Problemas Metodológicos en las Investigaciones sobre Emociones y Música

A pesar de la rápida expansión de la investigación sobre la música y las emociones, una comprensión más profunda de los estados emotivos evocados por la música se ve obstaculizada por ideas preconcebidas sobre los vínculos entre las emociones y la música (Konečni, Brown y Wanic, 2008), así como por la falta de una buena interpretación de los resultados. Por ejemplo, en la actualidad no existe una taxonomía sistemática derivada empíricamente de las emociones inducidas musicalmente. Como consecuencia, los investigadores aplican modelos y medidas de áreas no musicales de investigación de emociones al estudio de emociones inducidas musicalmente. Además, hay poco consenso con respecto a los procesos que llevan de un estímulo musical a una emoción experimentada, a pesar de la larga tradición de teorizar sobre tales procesos (Ellsworth, 1994; Juslin y Västfjäll, 2008).

¿Qué estados emotivos son más (y menos) frecuentemente inducidos por la música? ¿Son estados emocionales específicos? ¿Cómo podemos clasificarlos y medirlos adecuadamente? ¿Cómo se relacionan estas “emociones musicales” con la experiencia emocional extramusical? Y, finalmente, ¿las emociones inducidas por la música difieren lo suficiente de las emociones cotidianas como para justificar una clasificación de dominio específico?

Las investigaciones relatan niveles relativamente altos de concordancia a pesar de las sutiles diferencias entre las emociones musicales. Sin embargo, sus informes de emociones específicas se ven como el resultado de un error de atribución: los oyentes confunden la emoción que perciben en la música con una emoción excitada. Se ha especulado también sobre si es juicioso restringir el término emoción a aquellos estados afectivos que poseen un perfil conductual-expresivo y fisiológico (y minimizar el significado psicológico de estados afectivos sin tal perfil).

A la luz de las limitaciones de trabajos anteriores - incapacidad para distinguir la emoción sentida de la percibida, criterios vagos para la selección de términos afectivos, la falta de rigor metodológico y la ausencia de contextualización de las emociones musicales dentro del contexto más amplio de la investigación de las emociones- los investigadores han basado sus pesquisas en la teoría básica de la emoción o el circunflejo afectivo cuando estudian las respuestas afectivas a la música.

En el foco de atención de las investigaciones de la última década sobre las emociones elicítadas por la música, existe una cuestión difícil de responder: ¿los estados emotivos suscitados por la música son emociones “auténticas”? El primer obstáculo es la falta de un acuerdo claro sobre lo que es una emoción (Frijda, 2007; Kagan, 2007; Scherer, 2005). También se argumenta que muchas respuestas no emocionales a la música son posibles y que no todos los individuos reaccionan emocionalmente a la música.

Otro de los aspectos que impiden metodológicamente llegar a consensos entre investigadores que emplean idiomas distintos en sus estudios, es la falta de uniformidad a la hora de denominar y conceptualizar las emociones. Los cuestionarios empleados en un idioma son difícilmente replicables en otro porque la traducción de las emociones implica un consenso en el concepto y trasfondo de la emoción que se está manejando; no se trata de un problema de traducción exclusivamente, sino que los términos empleados en la denominación de las emociones llevan una gran carga conceptual, con matices muy sutiles. Del mismo modo, atendiendo al empleo del lenguaje a la hora de identificar las emociones, del manejo lingüístico y la identificación fina de las emociones por parte de los individuos de la muestra del estudio dependen, asimismo, los resultados obtenidos.

Idealmente, una investigación sistemática de las emociones evocadas musicalmente debería comenzar con una compilación de términos afectivos que representen todo el espectro de estados emocionales que se pueden experimentar en respuesta a la música. Desafortunadamente, la mayoría de los primeros informes de investigación omitieron información crítica sobre los criterios de selección de términos afectivos musicalmente relevantes.

Por último, y no por ello menos importante, está el asunto de la selección de los materiales musicales que se emplean en estas investigaciones. Generalmente, son piezas o fragmentos musicales a los que el propio investigador atribuye, apriorísticamente, el potencial de evocar determinadas emociones, en función de su propia experiencia afectiva con dicha música o con parámetros básicos de la misma (el tempo, el modo mayor o menor, fundamentalmente). Existen, asimismo, algunos estudios más recientes que indagan en distintos tipos de repertorios y estudian la relación emoción-música desde parámetros musicales más elaborados o complejos (Vieillard et al., 2008). Poder relacionar cada parámetro sonoro y sus múltiples combinaciones con la génesis de una emoción particular y distintiva es lo que podría conducirnos al empleo de música específicamente dirigida a provocar unas emociones concretas. Esto tendría gran importancia a nivel terapéutico para diseñar intervenciones musicales focalizadas a obtener los resultados que se persiguen. No obstante, este trabajo se percibe como titánico, aunque no imposible, y requerirá muchos estudios centrados en

discernir qué propiedades del sonido y de la música contribuyen a generar estados afectivos.

Mientras tanto, la música empleada en estas investigaciones a menudo no responde a criterios objetivos musicales, sino a las emociones percibidas (o, quizás, sentidas) por los investigadores, que pueden, o no, disponer de la formación musical necesaria para identificar los parámetros sonoros que están poniendo en juego, más allá de la velocidad y el modo mayor o menor de la pieza. Además, los resultados obtenidos en los estudios pueden variar en función del grado de experticia musical de los participantes, ya que los individuos con formación musical académica pueden percibir detalles sutiles que inciden en la vivencia o experiencia emocional del pasaje musical, que pasan desapercibidos para alguien ajeno al arte musical. Por ello es importante que estas investigaciones se aborden desde la multidisciplinariedad del equipo investigador en el que se cuente con expertos en música para el diseño de las herramientas metodológicas empleadas en los estudios. Asimismo, resulta muy relevante contrastar los resultados obtenidos en los estudios con sujetos músicos y no músicos para poder delimitar la incidencia de esta variable en los mismos, como ya se está haciendo en algunas investigaciones recientes.

Con todos estos inconvenientes, el foco de la investigación en este momento se centra, fundamentalmente, en las características de las emociones evocadas a través de la música, sin examinar el motivo por el que, en ocasiones, la misma música no evoca emoción alguna en los individuos.

Referencias

Referencias

- Allport, F. H. (1924). The group fallacy in relation to social science. *American Journal of Sociology*, 29(6), 688-706. <https://www.journals.uchicago.edu/doi/abs/10.1086/213647>
- Alpert, J. I., y Alpert, M. I. (1990). Music influences on mood and purchase intentions. *Psychology y Marketing*, 7(2), 109–133. <https://doi.org/10.1002/mar.4220070204>
- Asmus, E. P. (1980). Reducing the constraints of sample size and testing time through multiple matrix sampling. In: W. V. May (Ed.). *Proceedings of the Research Symposium on the Psychology and Acoustics of Music: 1979*. Lawrence, KS: University of Kansas.
- Barragán Estrada, A. R., y Morales Martínez, C. I. (2014). Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 103-118 <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614006>
- Bechara, A., Damasio, H. y Damasio, A.R. (2003). The role of the amygdala in decisionmaking. En P. Shinnick-Gallagher, A. Pitkanen, A. Shekhar y L. Cahill (Eds.), *The Amygdala in Brain Function: Basic and Clinical Approaches. Annals of the New York Academy of Sciences*, 985, 356-369.
- Bigand, E., Filipic, S., y Lalitte, P. (2005). The Time course of emotional responses to music. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1060, 429-437. <https://doi.org/10.1196/annals.1360.036>

- Bisquerra, R. (2009). *Educación emocional y bienestar*. [Madrid]: Praxis
- Blood, A. J., y Zatorre, R. J. (2001). Intensely pleasurable responses to music correlate with activity in brain regions implicated in reward and emotion. *Proceedings of the national academy of sciences*, 98(20), 11818-11823. <https://doi.org/10.1073/pnas.191355898>
- Bradley, M. M., y Lang, P. J. (2000). Measuring emotion: Behavior, feeling, and physiology. En R. D. Lane & L. Nadel (Eds.), *Cognitive neuroscience of emotion* (pp. 242–276). [Ciudad de edición]: Oxford University Press.
- Bruner, G. C. (1990). Music, mood, and marketing. *Journal of marketing*, 54(4), 94-104. <https://doi.org/10.1177/002224299005400408>
- Cabrelles, M. S. (2007). Las emociones y la música. *Revista de Folklore*, 27b, 324, 183-192. En <https://www.cervantesvirtual.com/nd/ark:/59851/bmccc2s5>
- Cano-Vindel, A. (2003). Desarrollos actuales en el estudio del control emocional. *Ansiedad y Estrés*, 9(2-3), 203–229.
- Chóliz, M. (1995). La expresión de las emociones en la obra de Darwin. En F. Tortosa, C. Civera y C. Calatayud (Comps): *Prácticas de Historia de la Psicología*. Valencia: Promolibro
- Cabanas, E. (2016). Rekindling individualism, consuming emotions: Constructing “psytizens” in the age of happiness. *Culture & Psychology*, 22(3), 467-480. <https://doi.org/10.1177/1354067X1665545>
- Carroll, N. (1997). *A philosophy of mass art*. [Oxford]: Clarendon Press
- Calderón, D., Gustems-Carnicer, J., Martín-Piñol, C., Fuentes-Moreno, C., y Portela-Fontán, A. (2020). Emociones en la experiencia artística: claves para el desarrollo educativo y social/Emotions in the artistic experience: keys to educational and social development. *Artseduca*, (25), 85-101. <https://www.erevistas.uji.es/index.php/artseduca/article/view/4253>
- Clark, J., Watson, S., y Friston, K. (2018). What is mood? A computational perspective. *Psychological Medicine*, 48(14), 2277-2284. doi:10.1017/S0033291718000430
- Collier, G. L. (2007). Beyond valence and activity in the emotional connotations of music. *Psychology of Music*, 35, 110-131. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735607068890>
- Contreras, F., y Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas*, 2(2), 311-319. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1794-99982006000200011&lng=pt&tlng=es
- Crivelli, C., y Fridlund, A. J. (2018). Facial displays are tools for social influence. *Trends in Cognitive Sciences*, 22(5), 388–399. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2018.02.006>
- Crivelli, C., Jarillo, S., Russell, J. A., y Fernández-Dols, J.-M. (2016). Reading emotions from faces in two indigenous societies. *Journal of Experimental Psychology: General*, 145(7), 830–843. <https://doi.org/10.1037/xge0000172>
- Damasio, A. R. (1994). Descartes' error and the future of human life. *Scientific American*, 271(4), 144-145. <https://doi.org/10.1038/scientificamerican1094-144>
- Damasio, A. (2005). The neurobiological grounding of human values. In *Neurobiology of human values* (pp. 47-56). Springer.
- Darwin, C. (1872). *La expresión de las emociones en el hombre y los animales*. Argentina: Sociedad de Ediciones Mundiales.
- Davies, S. (1994). *Musical Meaning and Expression*. Cornell University Press.

- Dickie, G. (1997). *Introduction to Aesthetics: An Analytic Approach*. Oxford University Press.
- Diener, E., Smith, H., y Fujita, F. (1995). The personality structure of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(1), 130–141. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.1.130>
- Dixon, T. (2003). *From passions to emotions. The creation of a secular psychological category*. Cambridge University Press.
- Ekman, P., y Friesen, W. V. (1978). *Facial Action Coding System (FACS)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t27734-000>
- Ellsworth, P. C. (1994). William James and emotion: Is a century of fame worth a century of misunderstanding? *Psychological Review*, 101(2), 222–229. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.101.2.222>
- Emde, R. N. (1980). Levels of meaning for infant emotions: A biosocial view. In W. A. Collins (Ed.), *Development of cognition, affect and social relations, Vol 13. Minnesota symposia on child psychology* (pp. 1–37). Lawrence Erlbaum.
- Farnsworth, P. R. (1954). A study of the Hevner Adjective List. *Journal of Aesthetics y Art Criticism*, 13, 97–103. <https://doi.org/10.2307/427021>
- Fernández-Ballesteros, R., y Staats, A. W. (1992). Paradigmatic behavioral assessment, treatment, and evaluation: Answering the crisis in behavioral assessment. *Advances in behaviour research and therapy*, 14(1), 1-27.
- Fishman, Ch. H. (1994). *Terapia estructural intensiva*. Amorrortu Editores.
- Fredrickson, B. L. (1998) Cultivated emotions: Parental socialization of positive emotions and self-conscious emotions. *Psychological Inquiry*, 9(4), 279-281. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0904_4
- Fredrickson, B. L., Arizmendi, C., y Van Cappellen, P. (2020). Same-day, cross-day, and upward spiral relations between positive affect and positive health behaviours. *Psychology y Health*, 36(4), 444-460. <https://doi.org/10.1080/08870446.2020.1778696>
- Frijda, N. H., y Sundararajan, L. (2007). Emotion refinement: A theory inspired by Chinese poetics. *Perspectives on Psychological Science*, 2(3), 227–241. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2007.00042.x>
- Frijda, N. H. (2007). *The laws of emotion*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Fubini, E. (1988). *La estética musical desde la Antigüedad hasta el siglo XX*. Alianza Editorial.
- Gabrielsson, A. (2006). Strong experiences elicited by music. What music? En P. Locher, C. Martindale, y L. Dorfman (Eds.), *New directions in aesthetics, creativity and the arts* (pp. 251–267). Baywood Publishing Co.
- Gabrielsson, A. (2001-2002). Emotion perceived and emotion felt: Same or different? *Musicae Scientiae, Spec Issue, 2001-2002*, 123–147. <https://doi.org/10.1177/10298649020050S105>
- Gallardo-Vázquez, P. (2009). El desarrollo emocional en la educación primaria (6-12 años). *Cuestiones Pedagógicas. Revista De Ciencias De La Educación*, 18, 413–159. En <https://revistascientificas.us.es/index.php/CuestionesPedagogicas/articulo/view/10044>
- García, J. T. (2011). *La respuesta aristotélica de las emociones estéticas en la obra de Apeles de Cos*. Art, Emotion and Value. 5th Mediterranean Congress of Aesthetics (pp. 45-62).
- Gold, C., Voracek, M., y Wigram, A. L. (2004). Effects of music therapy for children and adolescents with psychopathology: a meta-analysis. *Journal of Child Psychology*

- and Psychiatry and Allied Disciplines*, 45(6), 1054-1063. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2004.t01-1-00298.x>
- Goleman, D., y GRIESE, F. (1996). *Emotional intelligence* (p. 204 ff). Hanser.
- González, F. M. (2020). Emociones estéticas y epistémicas frente a arte visual: efecto del tipo de información acompañante. In *XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia*. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires.
- Grandjean, D., y Scherer, K. R. (2008). Unpacking the cognitive architecture of emotion processes. *Emotion*, 8(3), 341–351. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.8.3.341>
- Guhn, M., Hamm, A., y Zentner, M. (2007). Physiological and musico-acoustic correlates of the chill response. *Music Perception*, 24(5), 473–483. <https://doi.org/10.1525/mp.2007.24.5.473>
- Gurney, E. (1880). *The power of sound*. Smith, Elder, y Co.
- Hanslick, E. (1854). *De lo bello en la música*. Ricordi americana (ed. 1984).
- Hargreaves, A. (1998). The emotional practice of teaching. *Teaching and Teacher Education*, 14(8), 835–854. [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(98\)00025-0](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(98)00025-0)
- Haynes, S. N., y Wilson, C. L. (1979). *Behavioral assessment: Recent advances in methods, concepts and applications*. San Francisco: Jossey-Bass
- Hevner, K. (1936). Experimental studies of the elements of expression in music. *The American Journal of Psychology*, 48(2), 246–268. <https://doi.org/10.2307/1415746>
- Hodgson, R., y Rachman, S. (1974). II. Desynchrony in measures of fear. *Behaviour Research and Therapy*, 12(4), 319-326. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(74\)90006-0](https://doi.org/10.1016/0005-7967(74)90006-0)
- Iglesias-Cortizas, M. J., Ríos-de Deus, M. P., y Rodicio-García, M. L. (2018). Instrumento para identificar la percepción de los estudiantes universitarios sobre emociones que los perturban. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación*, 5(2), 133-141. <https://doi.org/10.17979/reipe.2018.5.2.3598>
- Izard, C. E. (1977). *Human emotions*. Plenum Press.
- Izard, C. E. (1997). Emotions and facial expressions: a perspective from differential emotions theory. En J.A. Russell y J. M. Fernández-Doll (Eds.). *The psychology of facial expression* (pp. 57-77). Cambridge University Press.
- Jack, R. E., Garrod, O. G., y Schyns, P. G. (2014). Dynamic facial expressions of emotion transmit an evolving hierarchy of signals over time. *Current biology*, 24(2), 187-192. <https://doi.org/10.1016/j.cub.2013.11.064>
- Juslin, P. N., y Laukka, P. (2004). Expression, perception, and induction of musical emotions: A review and a questionnaire study of everyday listening. *Journal of new music research*, 33(3), 217-238. <https://doi.org/10.1080/0929821042000317813>
- Juslin, P., y Västfjäll, D. (2008). Emotional responses to music: The need to consider underlying mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*, 31(5), 559-575. <https://doi.org/10.1017/S0140525X08005293>
- Juslin, P. N., y Zentner, M. R. (2001). Current trends in the study of music and emotion: Overture. *Musicae scientiae*, 5(1 suppl), 3-21. <https://doi.org/10.1177/10298649020050S101>
- Kagan, J. (2007). *What is emotion? History, measures, and meanings*. Yale University Press.

- Kallinen, K., y Ravaja, N. (2006). Emotion perceived and emotion felt: Same and different. *Musicae Scientiae*, 10(2), 191-213. <https://doi.org/10.1177/102986490601000203>
- Kivy, P. (1999). Feeling the musical emotions. *British Journal of Aesthetics*, 39(1), 1-13. <https://doi.org/10.1093/bjaesthetics/39.1.1>
- Koelsch, S., Fritz, T., Von Cramon, D. Y., Müller, K., y Friederici, A. D. (2006). Investigating emotion with music: an fMRI study. *Human Brain Mapp*, 27(3), 239-250. <https://doi.org/10.1002/hbm.20180>
- Konečni, V. J., Brown, A., y Wanic, R. A. (2008). Comparative effects of music and recalled life-events on emotional state. *Psychology of Music*, 36(3), 289-308. <https://doi.org/10.1177/0305735607082621>
- Lacey, J. I. (1967). Somatic response patterning and stress: Some revisions of activation theory. En M.H. Appley y R. Trumbull (eds.): *Psychological Stress: Issues in Research* (pp. 14-42). Nueva York: Appleton-Century-Crofts.
- Lang, P. J. (1984). Cognition in emotion: Concept and action. *Emotions, cognition, and behavior*, 191, 228.
- Laukka, P. (2007). Uses of music and psychological well-being among the elderly. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 8(2), 215-241. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9024-3>
- Lazarus, R. S. (1991). Cognition and motivation in emotion. *American Psychologist*, 46(4), 352-367. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.46.4.352>
- Lersch, Ph. (2017). *La estructura de la personalidad*. Scientia.
- Leys, R. (2017). *The Ascent of Affect: Genealogy and Critique*. Chicago: University of Chicago Press. <https://doi.org/10.7208/9780226488738>
- Maillard, Ch. (2000). Emociones estéticas. *Thémata: Revista de filosofía*, 25, 49-53.
- Márquez, M. R, Salguero, P., Paíno, S., y Alameda, J. R. (2013). La hipótesis del Marcador Somático y su nivel de incidencia en el proceso de toma de decisiones. *REMA Revista electrónica de metodología aplicada*, 18(1), 17-36. <https://doi.org/10.17811/rema.18.1.2013.17-36>
- Maturana, H. (2014). *Transformación en la convivencia*. Buenos Aires: Ed. Granica.
- Menon, V., y Levitin, D. J. (2005). The rewards of music listening: Response and physiological connectivity of the mesolimbic system. *Neuroimage*, 28(1), 175-184. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2005.05.053>
- Meyer, L. B. (1956). *Emotion and Meaning in Music*. University of Chicago Press.
- Morandín-Ahuerma, F. (2019). La hipótesis del marcador somático y la neurobiología de las decisiones. *Escritos De Psicología - Psychological Writings*, 12(1), 20-29. <https://dx.doi.org/10.5231/psy.writ.2019.1909>
- Muñoz, J. M. (2017). Somatic markers, rhetoric, and post-truth. *Front. Psychol.*, 1273. <https://dx.doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01273>
- Panksepp, J., & Miller, A. (1996). Emotions and the aging brain: Regrets and remedies. In C. Magai & S. H. McFadden (Eds.), *Handbook of emotion, adult development, and aging* (pp. 3-26). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012464995-8/50002-9>
- Paredes, E. y Ribera, D. (2006). *Educación en valores*. Tibidabo.
- Peretz, I., y Zatorre, R. J. (2005). Brain organization for music processing. *Annu Rev Psychol*, 56, 89-114. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070225>

- Pérez, N., y Castejón, J. L. (2006). Relaciones entre la inteligencia emocional y el cociente intelectual con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista electrónica de motivación y emoción*, 9(22).
- Piqueras, J. A., Ramos, V., y Martínez, A. E. (2010). Emociones negativas y salud. *Avances En Psicología*, 18(1), 33–57. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2010.n.18.1919>
- Plutchik, R. (1980). *Emotion: A psychoevolutionary synthesis*. New York: Harper and Row.
- Poch, S. (1999). *Compendio de Musicoterapia (I y II)*. Biblioteca de Psicología. Textos Universitarios. Barcelona: Herder.
- Radford, J. (1991). *A textbook of psychology*. Londres: Routledge.
- Robbins, S., y Judge, T. (2009). *Comportamiento organizacional*. Prentice Hall Iberia.
- Saarikallio, S., y Erkkilä, J. (2007). The role of music in adolescents' mood regulation. *Psychology of music*, 35(1), 88-109. <https://doi.org/10.1177/0305735607068889>
- Sassenfeld, A. (2011). Afecto, vínculo y desarrollo del self. *Clínica e Investigación Relacional*, 5(2), 261-294.
- Schellenberg, E. G., Krysciak, A. M., y Campbell, R. J. (2000). Perceiving emotion in melody: Interactive effects of pitch and rhythm. *Music Perception*, 18(2), 155-171. <https://doi.org/10.2307/40285907>
- Scherer, K. R., y Zentner, M. R. (2001). Emotional effects of music: Production rules. En P. N. Juslin y J. A. Sloboda (Eds.), *Music and emotion: Theory and research* (pp. 361–392). Oxford University Press.
- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? And how can they be measured? *Social science information*, 44(4), 695-729. <https://doi.org/10.1177/0539018405058216>
- Seligman, M.E.P. (1999). The president's address. APA.1998. Annual Report. *American Psychologist*, 54, 559-562.
- Seligman, M.E.P. (2003). *La auténtica felicidad*. Barcelona, España: Vergara
- Seligman, M.E.P. & Christopher, P. (2000). Positive Clinical Psychology. En <http://www.ppc.sas.upenn.edu/posclinpsychchap.htm>
- Scheck, D. (2022). Experiencia estética y placer trágico: sobre la frustración de una paradoja clásica. *Tópicos*, 44. <https://doi.org/10.14409/topicos.2022.44.e0010>
- Sloboda, J. A., y O'Neill, S. A. (2001). Emotions in everyday listening to music. En P. N. Juslin y J. A. Sloboda (Eds.), *Music and emotion: Theory and research* (pp. 415–429). Oxford University Press.
- Thayer, R. E. (1996). *The origin of everyday moods: Managing energy, tension and stress*. Oxford University Press.
- Tomkins, S. (1962). *Affect imagery consciousness: Volume I: The positive affects*. Nueva York: Springer publishing company.
- Västfjäll, D. (2001-2002). Emotion induction through music: A review of the musical mood induction procedure. *Musicae Scientiae, Spec Issue, 2001-2002*, 173–211. <https://doi.org/10.1177/10298649020050S107>
- Vecina, M. L. (2006). Emociones positivas. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 9-17. En <https://www.papelesdelpsicologo.es/resumen?pii=1280>
- Vermilyea, J. A., Boice, R., y Barlow, D. H. (1984). Rachman and Hodgson (1974) a decade later: How do desynchronous response systems relate to the treatment of agoraphobia?. *Behaviour Research and Therapy*, 22(6), 615-621. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(84\)90124-4](https://doi.org/10.1016/0005-7967(84)90124-4)

- Vieillard, S., Peretz, I., Gosselin, N., Khalfa, E., Gagnon, L., y Bouchard, B. (2008). Happy, sad, scary and peaceful musical excerpts for research on emotions. *Cognition and Emotion*, 22(4), 720-752, doi: 10.1080/02699930701503567
- Wedin, L. (1972). A multidimensional study of perceptual-emotional qualities in music. *Scandinavian Journal of Psychology*, 13(1), 241-257. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.1972.tb00072.x>
- Weld, H. P. (1912). An experimental study of musical enjoyment. *The American Journal of Psychology*, 23(2), 245-308. <https://doi.org/10.2307/1412844>
- Westermann, R., Spies, K., Stahl, G., y Hesse, F. W. (1996). Relative effectiveness and validity of mood induction procedures: A meta - analysis. *European Journal of Social Psychology*, 26(4), 557-580. [https://doi.org/10.1002/\(SICI\)1099-0992\(199607\)26:4<557::AID-EJSP769>3.0.CO;2-4](https://doi.org/10.1002/(SICI)1099-0992(199607)26:4<557::AID-EJSP769>3.0.CO;2-4)
- Wilhelm, F. H., Kochar, A. S., Roth, W. T., y Gross, J. J. (2001). Social anxiety and response to touch: incongruence between self-evaluative and physiological reactions. *Biological psychology*, 58(3), 181-202.
- Wilson, B. A. (1997). Cognitive rehabilitation: How it is and how it might be. *Journal of the International Neuropsychological Society*, 3(5), 487-496. <https://doi.org/10.1017/S1355617797004876>
- Zaccagnini, J. L. (2004). *Inteligencia emocional. La relación entre pensamientos y sentimientos en la vida cotidiana*. Biblioteca Nueva.
- Zentner, M. R., y Kagan, J. (1998). Infants' perception of consonance and dissonance in music. *Infant Behavior and Development*, 21(3), 483-492. [https://doi.org/10.1016/S0163-6383\(98\)90021-2](https://doi.org/10.1016/S0163-6383(98)90021-2)
- Zentner, M. R., Meylan, S., y Scherer, K. R. (2000). Exploring musical emotions across five genres of music. *Sixth Conference of the International Society for Music Perception and Cognition (IMPC)*, Keele, England.