

INFLUENCIA DE LA MUSICOTERAPIA EN LA MEJORA DE HABILIDADES DE TRABAJO EN EQUIPO

Alessia Cresseri

Musicoterapeuta y Coach Educativa

<https://orcid.org/0000-0001-8761-6120>

José Fernando Fernández Company

Profesor Adjunto de la Facultad de Humanidades de UNIR

<https://orcid.org/0000-0001-5412-1957>

Correspondencia: cresal.work@gmail.com

INFLUENCE OF MUSIC THERAPY ON THE IMPROVEMENT OF TEAMWORK SKILLS



Resumen

Este estudio tiene como propósito investigar la correlación existente entre el desarrollo de habilidades y valores propios de la organización del trabajo en equipo y los mecanismos internos que conforman la mejora de las competencias en las agrupaciones corales. Por cuanto derivado de una observación de tipo teórico, comparando los resultados obtenidos por diferentes investigaciones anteriores, se han hallado evidencias de la utilidad del coro terapéutico como herramienta para la reducción de los estados de ansiedad, estrés, incremento de defensas inmunológicas, desarrollo de la inteligencia emocional, aumento de las capacidades comunicativas y, más en general, el progreso del aprendizaje relacionado con las habilidades socio-afectivas. Desde el enfoque musicoterapéutico, una agrupación coral terapéutica es considerada como un instrumento imprescindible para el restablecimiento de las condiciones de vida adecuadas al entorno laboral ya que, como demuestran los estudios científicos citados, los dos ámbitos presentan el mismo funcionamiento intrínseco.

Palabras clave

Musicoterapia, trabajo en equipo, voz cantada, inteligencia emocional, habilidades socio-afectivas.

Abstract

The aim of this study is to investigate the correlation between the establishment of skills and values of the teamwork's organization and the internal mechanisms that set up the development of competencies in choral groups. As derived from a theoretical observation, comparing the results obtained by previous investigations, evidence has been found of the usefulness of the therapeutic choir as an instrument for the reduction of anxiety, stress, increase of immunological defences, development of emotional intelligence, increased communication abilities and, more generally, learning progress related to social and affective skills. From the music therapy approach, a therapeutic choral group is considered an essential instrument for the restoration of the work-life quality level because, as the cited scientific studies show, the two areas present the same intrinsic functioning.

Keywords

Music therapy, teamwork, sung voice, emotional intelligence, social-emotional skills.

INTRODUCCIÓN

El trabajo en equipo, hoy en día, es uno de los elementos más importantes en las organizaciones empresariales de todo el mundo. Desde esta perspectiva, el éxito de los proyectos elaborados de esta forma depende tanto de las aptitudes, talentos y capacidades individuales de los componentes, como de la habilidad de hacer confluir toda la información en un único propósito final. No obstante, no resulta suficiente tener una estrategia y organización, sino que se vuelven imprescindibles capacidades como la de respetar los roles establecidos, asumir responsabilidades y riesgos, resolución de posibles conflictos,

flexibilidad, colaboración, compromiso y empatía entre otras. Siguiendo esta línea de análisis, Katzenbach (2000) define el término equipo como un grupo reducido de personas que comparten el compromiso hacia un objetivo común, y la responsabilidad que eso conlleva, haciendo uso de las competencias individuales para lograrlo. Vinculado al mismo concepto, Bunk (1994) profundiza y establece cuatro diferentes clasificaciones multidimensionales de las competencias necesarias: técnicas (dominar los contenidos), metodológicas (saber adaptar los contenidos al contexto), sociales (saber colaborar), y participativas (saber asumir responsabilidades organizativas).

Sobre esta particularidad, Katzenbach (2000) destaca la funcionalidad del trabajo en equipo especificando que, aparte de los logros individuales, permite alcanzar también resultados colectivos, definiendo éstos como el fruto de la cooperación de dos o más miembros en el cual, “el producto de trabajo colectivo refleja el aporte auténtico y conjunto de los integrantes del equipo” (p.83). A este respecto, se considera que este es el componente que hace posible superar los niveles de rendimiento habituales: considerar al equipo como un valor adjunto al total de los talentos particulares de sus componentes.

De igual forma, saber trabajar en equipo está considerado ya de por sí como una competencia básica necesaria para desarrollar de manera apropiada la tarea asignada, llevando a la práctica las habilidades y conocimientos alcanzados (Torrelles et al., 2011). Para lograr este objetivo los equipos son llamados a desarrollar un conjunto de habilidades y aptitudes complementarias necesarias para el correcto cumplimiento de la misión común. A este respecto, Katzenbach (1995) resume estas habilidades en tres categorías fundamentales: conocimiento especializado, habilidades organizativas y comunicativas.

Desde otra perspectiva, el modelo holístico de salud exige incluir las emociones en las estrategias de prevención y promoción, poniéndose de manifiesto la necesidad de implementación de un modelo de formación para la salud en el que se incluya la educación emocional como componente fundamental de la misma, en sintonía con los recientes avances científicos. (Pérez-González et al., 2020). A este respecto, Peñalver (2009), sostiene que un gran porcentaje del rendimiento de un equipo (en el entorno social como en el profesional y familiar) está directamente relacionado con la capacidad de experimentar y/o expresar las emociones y sentimientos por parte de sus integrantes.

El canto y la actividad coral, estructura y terapia

La música es un recurso en el que frecuentemente se apoyan las personas para mejorar su estado de ánimo (Fernández-Company et al., 2020). Asimismo, la música es una excelente herramienta desde la cual se puede sistematizar el trabajo tanto del reconocimiento y regulación emocional (García-Rodríguez, et al., 2020) como el desarrollo de habilidades sociales (García-Rodríguez, et al., 2021).

Desde esta perspectiva, la música y el canto, conforme se ha demostrado, son parte de las necesidades fundamentales para el desarrollo del ser humano, tanto a nivel físico como biológico. La actividad coral, en particular, es un espacio idóneo para esta finalidad y para trabajar de manera transversal determinadas habilidades sociales. Durante el siglo XVIII e inicios del siglo XIX las agrupaciones corales, y otras formas de agrupación de afiliación voluntaria, han ido surgiendo tanto en Europa como en América, contribuyendo a la constitución de un marco social determinado, definido por los individuos implicados (Fernández Herranz, 2013).

La capacidad intrínseca de los seres humanos de producir sonidos a través de la voz les ha permitido utilizarla tanto de forma individual, cuanto de manera colectiva. Según explica Fernández Herranz (2013), (como se citó en Viamontes y Oliva, 2015), el acto de agruparse para cantar es habitual en todas

las culturas, independientemente del tipo de música, de la época, del contexto y de la tipología de la producción. Más concretamente, Ariel (2013), (como se citó en Martínez, 2019), afirma que la actividad coral representa una dimensión óptima para la realización de actividades musicales; una pequeña “sociedad ideal” en la que cada integrante desempeña una función para el crecimiento personal y grupal, desarrollando habilidades sociales como la autoestima, autoconfianza y la estructuración de la identidad, coincidiendo en este ámbito con Delgado-Medina y Fernández-Company, (2021).

Así, la capacidad de articulación fonética es la característica principal que diferencia la voz de los otros instrumentos musicales y permite la producción de un número infinito de sonidos simples y complejos. Asimismo, la voz, desde una perspectiva holística, es un elemento del conjunto corporal del cantante, hecho que implica la importancia determinante del estado de salud psíquica y física del individuo (Alessandroni, 2011). Además, un coro se define como un colectivo de personas que interpretan conjuntamente una composición musical y, como explican Viamontes y Oliva (2015), existen varios modelos de agrupación coral y éstos dependen del número y tipología de voz de los participantes y de su disposición dentro de la estructura coral. En general se pueden observar tres modelos principales: coro infantil (voces blancas), coro masculino o femenino y coro mixto (referido a voces femeninas y masculinas) (Alzate, 2011). De este modo, las cualidades terapéuticas del coro se centran en las esferas físicas, psicológicas, emocionales y sociales de los individuos, permitiendo canalizar estos estados hasta el nivel de catarsis. Estos efectos se deben a la acción de estimulación del organismo producida por la práctica constante de los tres elementos musicales: el ritmo (estimulación de la vitalidad de órganos/células y fortalecimiento del sistema inmune), la melodía (profundo trabajo a nivel emocional para desarrollar la capacidad afectiva) y la armonía (activación de las funciones mentales y trascendencia del campo de resonancia) (Quevedo, 2014).

Siguiendo esta línea continuista, Jauset (2013) precisa que cantar en una agrupación coral favorece la construcción de la relación de confianza, de los vínculos afectivos internos al grupo e, inclusive, de la amabilidad, además de ser una actividad útil para lidiar con el estrés y la depresión. Se determina, de este modo, que las concentraciones de inmunoglobulina A y de cortisol aumentan con la actividad vocal y que cantar fortalece el sistema inmunológico. Siguiendo la misma línea de investigación, varios estudios han constatado que el canto grupal estimula la producción de endorfinas y la sincronización del ritmo cardíaco. Sobre este asunto, se ha demostrado que la sincronización empieza desde el nervio neumogástrico (o nervio vago), que se extiende desde el bulbo raquídeo (en el encéfalo) y tiene especial interacción con los órganos laringe, diafragma, corazón, pulmones y estómago.

Sobre Musicoterapia y biomúsica

Bruscia (1997) analiza la Musicoterapia como un concepto dual: la música, como la habilidad de estructurar los sonidos en relación al tiempo, con el propósito de la creación y representación de la expresividad humana y la terapia, del griego «*therapeia*», que en origen expresa el concepto de atender, ayudar y tratar. En este sentido, para poder considerar un proceso

como terapéutico, se tienen en cuenta como referencia cuatro aspectos implicados: “el cliente, el terapeuta, los objetivos y el proceso” (p. 31), considerándose fundamental la alianza terapéutica entre paciente y terapeuta para que se puedan alcanzar de forma idónea los objetivos planteados a lo largo del proceso terapéutico (Majul-Villarreal y Fernández-Company, 2020). Atendiendo a estas consideraciones, Palomares-Cobo (2014), expone el concepto de biomúsica basándose en los diferentes tipos de Musicoterapia existentes:

1. Musicoterapia activa: el paciente participa en la producción del sonido (canta, baila, toca un instrumento, etc.).
2. Musicoterapia receptiva: el paciente no participa activamente en la producción del sonido (solamente escucha).
3. Musicoterapia integrada: usa un poco de las dos técnicas anteriores y/o agrega otras disciplinas (juego, expresión corporal, teatro, etc.)

Por tanto, la biomúsica, también llamada musicoterapia evolutiva, es una nueva rama de la musicoterapia que propone explorar un campo más allá del tradicional. El objetivo es equilibrar y mantener el buen funcionamiento de toda la estructura psicofísica, buscando la armonía interior. Al equilibrar el manejo de las emociones es posible iniciar un proceso de desarrollo personal que permitirá expresar la inteligencia emocional partiendo del estado interior del individuo. Esta disciplina, que utiliza conocimientos sobre la influencia del sonido en los individuos, actúa sobre los aspectos fisiológico, energético y emocional del ser humano a través de técnicas lúdicas, ejercicios de relajación, respiración, emisión y escucha de sonidos y movimientos, para elaborar y/o complementar procesos terapéuticos (p.11). En las teorías de biomúsica destacan dos aspectos, pilares teóricos de esta especialidad, que son: el carácter «evolutivo» y el carácter «integrativo» (Corradini, 2011).

Se determina entonces que la biomúsica, como terapia innovadora, es el resultado de la elaboración de distintas metodologías musicoterapéuticas con el valor añadido de una visión desarrollada de los términos de tratamiento y salud (Palomares-Cobo, 2014). Becker (1962), (como se citó en Betés de Toro, 2000) fue de los primeros en utilizar el término biomúsica como “los efectos fisiológicos que produce la música en las personas” (p. 209) desde una perspectiva holística del estado de salud.

Investigaciones en este ámbito como la de Martínez (2019) sobre la efectividad del canto coral en el establecimiento de las habilidades socio-afectivas demuestra que los encuestados valoran positivamente la sensación de bienestar general que experimentan al cantar, además de beneficiarse de un fortalecimiento del estado anímico y cognitivo, de un incremento del sentido del compromiso, de la motivación, de la autorrealización y de la diversión. Formar parte de un proyecto comunitario ayuda a establecer y mantener lazos afectivos, a reforzar el sentido de identidad grupal e influye directamente en el índice de capacidad de colaboración. Las conclusiones de este estudio no han revelado evidencias sobre el condicionamiento de los beneficios basados en las variables de género y edad de los participantes. Otra forma de contribuir a corroborar la efectividad de la actividad coral en el marco del desarrollo de compe-

tencias fundamentales para el trabajo en equipo es presentada en el análisis de Viamontes y Oliva (2015). Los resultados de la investigación, referente a la percepción de los encuestados sobre la influencia que la actividad coral había tenido en relación a su propio desarrollo en las tareas de trabajo en equipo, demuestra que los individuos apreciaron un relevante incremento de sus capacidades, conocimientos y desempeños en el campo laboral, debido a la participación activa en la actividad coral. Finalmente se ha constatado que el funcionamiento interno de los grupos de trabajo presenta las mismas características que la conformación de los grupos corales.

En definitiva, el objetivo primordial de esta investigación es el de conocer la correlación existente entre el desarrollo de habilidades y valores propios de la organización del trabajo en equipo y los mecanismos internos que conforman la mejora de las competencias en las agrupaciones corales. Para ello, se plantea crear una propuesta de intervención que permita incrementar y estructurar la propia inteligencia emocional potenciando las aptitudes sociales útiles en el entorno laboral a través de dinámicas vocales motivadoras que permitan promover la colaboración en el marco del trabajo en equipo, facilitar la ampliación del vocabulario emocional utilizando tanto técnicas de songwriting con la finalidad de crear canciones a través de las que las personas participantes puedan canalizar sus emociones y sentimientos como mediante actividades de reconocimiento emocional propio y ajeno que permitan fomentar el aprendizaje ante el reconocimiento de diferentes tipologías de conflicto, y las relativas metodologías de resolución, a través de la práctica de actividades musicales de grupo y el análisis posterior de las mismas, favorecer la toma de conciencia personal en relación con el grupo y con la autoridad (líder o jefe de cuerda), ayudar a establecer roles y vínculos afectivos por medio de la actividad coral y el análisis posterior de los diferentes estados de ánimo e incentivar la reducción de los niveles de ansiedad proporcionando herramientas vocales personalizadas para esta finalidad y a través de la creación de conciencia colectiva, vínculos sociales empáticos y pertenencia al grupo a través de dinámicas musicales que impliquen la expresión verbal.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Participantes

La población a la que se dirige esta propuesta es de adultos, de edades comprendidas entre 25 y 60 años, y se ve afectada por altos niveles de ansiedad, estrés, desmotivación, síndrome de desgaste profesional (burnout) y/o falta de recursos y habilidades socio-emocionales para desarrollar un eficiente trabajo de equipo en el entorno laboral.

Sesiones de Musicoterapia

Se propone una duración total del proceso de intervención de un año. Asimismo, el proyecto será estructurado y dividido en tres fases: introducción, desarrollo y cierre. Estas fases tendrán una duración de tres meses cada una y serán dirigidas al cumplimiento de los objetivos terapéuticos planteados.

La actividad principal quedará constituida por el canto coral, aunque todas las sesiones incluirán ejercicios de calentamiento físico básico adaptado a las posibilidades de los integrantes del grupo. El repertorio del coro será escogido por el grupo (en conjunto con el musicoterapeuta) y adaptado a las

necesidades terapéuticas; aun así en cada sesión habrá una propuesta de continuación de la actividad fundamental, un ejercicio nuevo y una actividad de improvisación grupal. En todas las sesiones se abrirá un espacio de reflexión grupal y puesta en común, donde los participantes serán invitados a:

- Compartir su propio estado emocional
- Analizar la evolución del aprendizaje de habilidades socio-afectivas
- Examinar los conflictos surgidos internamente o externamente al coro (entorno laboral)
- Cooperar activamente a la búsqueda de metodología de resolución de conflictos

El/la musicoterapeuta se encargará de dirigir estos momentos para fomentar experiencias emocionalmente significativas con la finalidad de facilitar la expresión, el reconocimiento y manejo de las emociones. La fase final de las sesiones será dedicada a la relajación mediante la técnica del storysong o audición musical.

Recursos

Los requisitos necesarios para el correcto funcionamiento de la propuesta de intervención planteada son los siguientes:

- Salón amplio iluminado naturalmente
- Un piano o teclado
- Un reproductor de música amplificado
- Conexión a internet
- Un proyector con pantalla
- Una cámara de video
- Cinco colchonetas para la actividad de relajación
- Una/un profesional de Musicoterapia
- Un/a co-terapeuta o persona de apoyo

Recogida y análisis de datos

Las evidencias presentadas en este trabajo son el fruto de las encuestas realizadas en los diferentes estudios e investigaciones. Proponemos aquí dos instrumentos que nos facilitarán la recopilación de datos de esta propuesta de intervención musicoterapéutica: una adaptación de la Escala de Percepción de las Aportaciones del Canto Coral (EPACC), (Fernández Herranz, 2013), realizada por la autora de este estudio, que omite de la misma los ítems relacionados con la esfera religiosa, y el Cuestionario de Viamontes y Oliva (2015).

La Escala EPACC (Fernández Herranz, 2013) es una herramienta calibrada de 58 ítems, subdivididos por áreas específicas de interés en este campo y capaz de aportar información relevante para este estudio. Del mismo modo, se optó por emplear el Cuestionario de Viamontes y Oliva (2015). Este cuestionario se compone de 11 ítems y está fundamentado en la teoría de las siete dimensiones de las competencias del trabajo en equipo de Torrelles (2011).

Para facilitar la fase de recopilación y análisis de datos, se propone que los encuestados responderán a los ítems de la escala EPACC utilizando una escala de Likert del 1 al 5, siendo 1 “totalmente en desacuerdo” y 5 “totalmente de acuerdo”. Concretamente, los miembros del coro serán invitados a responder a esta encuesta al final de cada fase (3 meses) con ex-

cepción de la última área de interés, la Escala de Satisfacción con la Vida (Diener et al., 1985), que se responderá también a lo largo de la primera semana de proyecto.

Por otra parte, el cuestionario de Viamontes y Oliva (2015) ofrece 5 categorías de respuesta que se resumen en: mucho, bastante, regular, poco y nada. Esta segunda encuesta se aplicará, en el presente estudio, a los beneficiarios de la propuesta de intervención, solamente una vez finalizado el proceso y los datos recopilados por la misma serán determinantes para formular las conclusiones del proyecto. Para finalizar se procederá a la fase de análisis estadístico de los datos con el fin de conocer los resultados cualitativos y cuantitativos, así como de su utilidad para la investigación.

Objetivos

Desde esta perspectiva, se considera que un proceso de Musicoterapia desarrollado a través de una actividad coral puede constituir una ayuda importante para generar competencias indispensables para el correcto y sano desarrollo del trabajo en equipo en el entorno laboral. Asimismo, se considera que puede beneficiar física y psicológicamente a personas que participen en este tipo de propuestas de intervención, principalmente en el desarrollo de su autoestima y habilidades sociales, en su relajación y en la mejora de aspectos relacionados con su bienestar y calidad de vida.

CONCLUSIONES

Una vez finalizada la elaboración de esta propuesta de intervención basada en los fundamentos teóricos y prácticos de estudios previos relacionados con el tema en cuestión: se considera que el utilizzo de actividades corales como herramienta terapéutica para alcanzar una mejora de las competencias requeridas para trabajar en equipo en el entorno laboral. De igual forma, al comparar las evidencias alcanzadas por los expertos de cada apartado tratado, se concluye que el canto colectivo posee un valor añadido que está más vinculado al concepto de desarrollo de la propia identidad dentro del grupo, que a los aspectos musicales utilizados para esta finalidad (Martínez, 2019).

Si se considera el uso de la música con una función terapéutica, el uso del canto puede ser una herramienta valiosa para el desarrollo de habilidades sociales y colaborativas (Knight, et al, 2021). De igual modo, puede contribuir positivamente en el ajuste de los niveles de excitación (González-Huertas y Fernández-Company, 2019). Asimismo, se han podido observar y evaluar la influencia en la mejora de la ansiedad, del estrés y de habilidades como la escucha activa o la empatía (Cabrera, 2012).

Conforme se plantea en esta propuesta de intervención, el canto coral es una herramienta musical que tiene beneficios demostrados en múltiples ámbitos y tipología de personas. En definitiva, a través de la Musicoterapia es posible tomar conciencia de una manera colectiva y empática de circunstancias relacionadas con la ansiedad, expresión emocional, autoestima y compromiso. Finalmente, los aspectos específicos tratados en la encuesta realizada por Viamontes y Oliva (2015), manifiestan la relevancia que cobra la sensación de pertenencia que tiende a generarse en un coro y la evidente influencia sobre el

desarrollo de competencias, conocimientos y desempeño propios del trabajo en equipo.

Según esta línea de investigación teórico-práctica, el funcionamiento interno de los equipos de trabajo presenta características análogas al funcionamiento de una agrupación coral y, en efectos, esta última puede considerarse un instrumento útil y una estrategia de potenciamiento de la gestión del talento personal en el entorno laboral en general. Como colofón a esta exposición, siendo consciente de su naturaleza conceptual e hipotética, se procede a concluir finalmente resaltando la importancia de los estudios analizados en este texto y de los resultados derivados de los mismos. Si bien es cierto que las investigaciones en esta dirección no abundan en las revistas científicas actuales, los prometedores resultados expuestos se considerarán suficientemente satisfactorios como punto de partida para establecer futuras líneas de investigación tanto en población clínica como no clínica y más concretamente en colectivos en riesgo de exclusión social.

Financiación

Este trabajo no cuenta con ningún tipo de financiación institucional.

Conflicto de intereses

Los autores/as de este artículo declaran no tener ningún conflicto de intereses

Contribuciones por autor

Alessia Cresseri se encargó de la recopilación de materiales y selección de los mismos, de la redacción de parte del documento y del diseño de esta propuesta de intervención. José Fernando Fernández Company fue responsable del diseño de esta propuesta de intervención, de parte de la redacción del trabajo y de la revisión final del manuscrito, declarando que ambos han contribuido equitativamente en la elaboración de este artículo.

Citación

Cresseri, A. y Fernández-Company, J.F. (2021). Influencia de la musicoterapia en la mejora de habilidades de trabajo en equipo. *Revista Misostenido*, 1, 29.35

Recibido: 2 de diciembre de 2020

Aceptado: 22 de febrero de 2021

Publicado: 10 de marzo de 2021

REFERENCIAS

- Alessandroni, N. y Etcheverry, E. (2011). Dirección Coral y Técnica Vocal, ¿un diálogo posible? Reflexiones metodológicas para un trabajo vocal eficiente. *European review of artistic studies*, 3(2), 1-11.
<https://doi.org/10.37334/eras.v3i2.46>
- Alzate, J.B.G. (2011). Gestualidad y música coral. *Revista Trilogía*, 3(5), 141-147.
<https://doi.org/10.22430/21457778.460>
- Ariel, H. (2013). Conferencia especial. En A. Scarpetta, 1º Congreso Coral Argentino. Conferencia llevada a cabo en el congreso Organización Federada Argentinas de Actividades Corales (OFADAC), Mar del Plata, Argentina.
- Becker, E. (1962). *The birth and death of meaning*. Nueva York: Free Press.
- Betés de Toro, M. (Ed.). (2000). *Fundamentos de musicoterapia*. Morata.
- Bruscia, K.E. (1997). *Definiendo musicoterapia*. Amarú.
- Bunk, G. (1994). La transmisión de las competencias en la formación y perfeccionamiento profesionales de la RFA. *Revista europea de formación profesional*, 1, 8-14.
- Cabrera Padilla, R. (2012). *El canto como herramienta terapéutica para mejorar la salud emocional de la mujer* (Tesis doctoral). Universidad de San Carlos, Guatemala.
- Corradini, M. (2018). Biomúsica, entrevista a Mario Corradini – su ideador [Mensaje en un blog]. Recuperado de <https://www.ayp.org.ar/project/biomusica/>
- Corradini, M. (2011). *Biomúsica, la musicoterapia evolutiva*. Suárez.
- Delgado-Medina, C. y Fernández-Company, J.F. (2021). Musicoterapia gestáltica y su repercusión sobre los niveles de dependencia emocional en mujeres. En M. del M. Simón, et al. (Comps.) *Investigación y práctica en salud. Nuevos retos en el contexto sanitario* (pp. 63-70). ASUNIVEP.
- Diener, E.D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Federación Internacional para la Música Coral. (1990). Proclama del Día Internacional del Canto Coral [Mensaje en un blog]. Recuperado de <http://mariaguinand.blogspot.com/2012/11/el-dia-mundial-del-canto-coral.html>
- Fernández-Company, J.F., García-Rodríguez, M., Alvarado, J.M. y Jiménez, V. (2020). Adolescencia y música, una realidad positiva. En M. del C. Pérez et al. (Comps.), *La Convivencia Escolar: Un acercamiento Multidisciplinar a las nuevas necesidades* (pp. 47-59). Dykinson.
- Fernández Herranz, N.S. (2013). *Las agrupaciones corales y su contribución al bienestar de las personas: percepción de las aportaciones del canto coral a través de una muestra de cantores* (Tesis doctoral). Universidad Carlos III de Madrid, España.

https://e-archivo.uc3m.es/bitstream/handle/10016/18185/tesis_fernandez_herrera_nz.pdf?sequence=1

- García-Rodríguez, M., Fernández-Company, J.F., Jiménez, V. y Alvarado, J.M. (2020). Sensibilidad musical y su relación con la inteligencia emocional y la alexitimia en la adolescencia. En M. del M. Molero et al. (Comps.), *Variables Psicológicas y Educativas para la Intervención en el ámbito escolar. Nuevas realidades de análisis* (pp. 115-126). Dykinson.
- García-Rodríguez, M., Fernández-Company, J.F., Alvarado, J.M., Jiménez, V. e Ivanova-Iotova, A. (2021). Pleasure in music and its relationship with social anhedonia. *Studies in Psychology*.
<https://doi.org/10.1080/02109395.2020.1857632>
- González-Huertas, C. y Fernández-Company, J. F. (2019). Una propuesta de intervención a través de la musicoterapia para optimizar el nivel de arousal en niños con TEA. *Revista De Investigación En Musicoterapia*, 2, 47 - 65. <https://doi.org/10.15366/rim2018.2.004>
- Jauset, J.A. (2013). *Cerebro y música, una pareja saludable*. Círculo Rojo.
- Katzenbach, J.R. (2000). *El trabajo en equipo: ventajas y dificultades*. Granica.
- Knight, J., Fernández-Company, J.F. y García-Rodríguez, M. (2021). Songs of sisterhood: Una propuesta de intervención de musicoterapia. En M del M. Molero et al. (Comps.). *Intervención para la mejora de la salud desde una perspectiva integradora. Nuevos contextos y necesidades* (pp-289-295). ASUNIVEP.
- Majul-Villarreal, J. y Fernández-Company, J.F. (2020). Análisis del desarrollo de la alianza terapéutica en Musicoterapia a través del discurso musical. *Revista De Investigación En Musicoterapia*, 3, 72-85.
<https://doi.org/10.15366/rim2019.3.005>
- Martínez, R.C.B. (2019). *La práctica del canto colectivo: beneficios desde las perspectivas socioafectiva y emocional* (Tesis doctoral). Universidad de Córdoba, España.
- Palomares-Cobo, I. (2014). *El equilibrio del cuerpo, la energía y las emociones a través del sonido: Biomúsica*. (TFG). Universidad de Jaén, España.
- Peñalver, O. (2009). *Emociones colectivas: la inteligencia emocional de los equipos*. Alienta.
- Pérez-González, J.C., Yáñez, S., Ortega-Navas, M. y Piqueras, J. A. (2020). Educación emocional en la educación para la salud: cuestión de Salud Pública. *Clínica y Salud*, 31(3), 127-136. <http://dx.doi.org/10.5093/clysa2020a7>
- Quevedo Castillo, Y.M. (2014). *Coro terapéutico en la atención de pacientes que asisten al Centro de Atención Integral de Salud Mental (CAISM) del Programa de Hospital de Día del IGSS* (Tesis doctoral). Universidad de San Carlos, Guatemala.
- Torrelles, C., Coiduras, J. L., Isus, S., Carrera, X., París Mañas, G. y Cella, J. M. (2011). Competencia de trabajo en equipo: definición y categorización. *Profesorado: revista de currículum y formación del profesorado*, 15(3), 329-344.
- Viamontes, M.O.R. y Oliva, E.J.D. (2015). Las agrupaciones corales como estrategia de formación de competencias para trabajo en equipo en las organizaciones: una perspectiva comparativa. *Suma de Negocios*, 6(13), 92-97.
<https://doi.org/10.1016/j.sumneg.2015.08.008>



LA MÚSICA PASÓ POR AQUÍ