

**CARACTERIZACIÓN DE LOS PERFILES PSICOLÓGICOS
POSITIVOS DE LOS INTEGRANTES DE LA BANDA SINFÓNICA
DEPARTAMENTAL DEL HUILA Y BANDA SINFÓNICA DE IBAGÜE CON
POBLACIÓN NO MUSICAL**

**JONHER ACOSTA CEDEÑO
MARÍA PAULA CALDERÓN MELENDEZ
YHISELA GÓMEZ ESPINOSA
JORGE LEONARDO LÓPEZ ALARCÓN**

**UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
NEIVA – HUILA**

2014

**COMPARACION DE LOS PERFILES PSICOLOGICOS POSITIVOS
DE LOS INTEGRANTES DE LA BANDA SINFONICA DEPARTAMENTAL
DEL HUILA Y BANDA SINFONICA DE IBAGUE CON POBLACION NO
MUSICAL**

JONHER ACOSTA CEDEÑO

MARIA PAULA CALDERÓN MELENDEZ

YHISELA GÓMEZ ESPINOSA

JORGE LEONARDO LÓPEZ ALARCÓN

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de Psicólogo

Asesor

CARLOS ALFONSO FIERRO ALDANA

Psicólogo

**UNIVERSIDAD SURCOLOMBIANA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
NEIVA – HUILA**

2014

Nota de aceptación:

Firma del presidente del jurado

Firma del Jurado

Firma del Jurado

DEDICATORIA

Agradezco a dios por el día a día en mi formación como futuro psicólogo, a mi familia un especial reconocimiento por contar con ellos incondicionalmente, a mis compañeros de tesis por el trabajo en conjunto para la realización de ese documento.

JONIHHER ACOSTA CEDEÑO

Le agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera, por ser mi fortaleza en los momentos difíciles y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad

Le doy Gracias a mis padres José Lizardo y Marleny por apoyarme en todo momento, por los valores que me han inculcado y por darme fuerza y fortaleza para cumplir todos mis sueños. A mis hermanos por ser parte importante de mi vida a Johana Minerva, Edwin, Cindy Rosseth, por llenar mis días de alegrías y estar apoyándome incondicionalmente a pesar de la distancia.

Igualmente gracias a mi grupo y amigos de tesis: Joniher, Leonardo y Paula, por todos los momentos de risas, recochas, madrugadas, y lo más importante por apoyarnos mutuamente para culminar con éxito una etapa más de nuestras vidas.

YHISELA GÓMEZ ESPINOSA

Cuando se está a punto de culminar una de las etapas más importantes en mi vida, siento el deseo y el deber de agradecer a Dios por brindarme la sabiduría, paciencia y fuerzas necesarias para cumplir cada una de mis metas, a mis padres José Ignacio calderón y luz amparo Meléndez por ser ese apoyo emocional y económico que fueron

tan necesarios en este camino; en especial a mi madre por forjar en mi cada uno de esos valores y principios que me hacen ser lo que hoy soy, a mi hija María José y mi pareja Nelson Javier que son el motor de mi vida, y que soportaron con paciencia y amor cada uno de mis esfuerzos; a mis compañeros de tesis por su constante esfuerzo y dedicación en este proyecto, y a todas aquellas personas que de diferentes maneras colaboraron en mi proceso de formación e iluminaron cada uno de mis pasos...solo tengo para ustedes infinitas gracias.

MARIA PAULA CALDERÓN

Fue un largo camino el que tuve que recorrer para llegar al día de hoy, durante el mismo me pude encontrar con personas que de una u otra manera aportaron para terminar este proyecto de investigación. Pero nada, absolutamente nada hubiese sido posible sin el apoyo de mi mamá Cecilia Alarcón Flórez, ella ha sido mi apoyo durante toda mi vida, ella me ha ayudado a salir adelante a pesar de que yo no fuera el mejor hijo en algunas situaciones y me brindo todo lo necesario para que yo pudiera ser feliz. En Segundo lugar debo agradecer a mi hermana Alejandra López quien con su apoyo (y peleas) constantes me motivo a terminar con afán este proceso. También debo dar gracias a mis compañeros y amigos, Yhisela, Joniher y Paula con los que afortunadamente nunca tuve que pelear para desarrollar el proyecto y finalmente, gracias a algunos maestros que durante la carrera nos proporcionaron las herramientas necesarias para desarrollar nuestra investigación y nuestro camino hacia la vida profesional.

LEONARDO LOPEZ ALARCON

AGRADECIMIENTOS

Los autores de esta investigación expresan sus más sinceros agradecimientos a:

A dios por llenarnos de sabiduría, fortaleza y paciencia para la realización de esta investigación.

A la orquesta sinfónica departamental del Huila y la orquesta sinfónica de la ciudad de Ibagué; así como a cada uno de los músicos y personas no músicas que nos colaboraron con su participación y disposición durante el desarrollo de esta investigación.

Al semillero de investigación en psicología positiva y a su director Fabio Salazar Piñeros por su constante apoyo en este proceso formativo e investigativo.

A nuestro Asesor de trabajo de grado Carlos Alfonso Fierro, por aportes y su contribución teórica y científica en la elaboración de este proyecto.

A la docente Claudia Ivonne Gaitán por su valiosos aportes e incondicional colaboración.

Y a cada una de las personas que contribuyeron de una u otra forma en este proceso investigativo.

CONTENIDO

Contenido	1
RESUMEN.....	12
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.	14
JUSTIFICACIÓN	16
ANTECEDENTES.....	19
MARCO TEORICO.....	21
Salud mental.....	21
Normatividad de salud mental en Colombia.....	24
La Salud Mental desde una perspectiva Positiva/negativa	24
La Salud Mental desde una perspectiva de Normalidad.	25
La Salud Mental desde una perspectiva de Múltiples Criterios.....	27
Salud Mental Positiva (Desde La Perspectiva De Jahoda)	27
Salud Mental Y Psicología Positiva.....	28
Virtud: Sabiduría y Conocimiento	35
Curiosidad, interés por el mundo:	36
Juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta:	37
Ingenio, originalidad, inteligencia práctica:	38
Perspectiva:	38
Virtud: Coraje.....	39
Valentía:	40
Perseverancia y diligencia:.....	41
Integridad, honestidad, autenticidad:	41
Vitalidad y pasión por las cosas:	42
Virtud: Humanidad:	42
Amor, apego, capacidad de amar y ser amado:.....	43
Simpatía, amabilidad, generosidad:	44
Inteligencia emocional, personal y social:	44
Virtud: Justicia:	45
Ciudadanía, civismo, lealtad, trabajo en equipo:	46
Sentido de la justicia, equidad:.....	46
Liderazgo:	47
Virtud: Moderación:	47
Capacidad de perdonar, misericordia:.....	48
Modestia, humildad:	49
Prudencia, discreción, cautela:	49
Auto-control, auto-regulación:.....	49
Virtud: Trascendencia:	50
Apreciación de la belleza y la excelencia, capacidad de asombro:	51
Gratitud:	51

Esperanza, optimismo, proyección hacia el futuro:	52
Sentido del humor:	52
Espiritualidad, fe, sentido religioso:	52
Psicología Positiva Y Música.....	53
OBJETIVOS.	56
Objetivo general	56
Objetivos Específicos:.....	56
DISEÑO METODOLOGICO	57
Tipo De Estudio	57
Población y muestra	58
Criterios De Inclusión Y Exclusión De Los Músicos	58
Criterios De Inclusión Y Exclusión De Los No Músicos	59
Instrumento	59
Procedimiento	59
Fase I	60
Fase II.....	60
Fase III	61
Fase IV	61
Fase V	61
Fase VI	62
Variables	63
Operacionalización de la variable Músico – No músico.....	65
Operacionalización de la variable Salud mental, virtudes.	67
PLAN DE ANALISIS DE LOS RESULTADOS	76
.....	79
.....	81
DISCUSIÓN	101
RECOMENDACIONES	104
CONCLUSIONES	106
REFERENCIAS	107

LISTA DE TABLAS

Figura 1: Operacionalización de la variable Músico, No músico.....	pág. 65
Figura 2: Operacionalización de la variable Virtudes.....	pág. 67
Figura 3: Operacionalización de la variable Fortalezas.....	pág 70
Figura 4. Trascendencia.....	pág 76
Figura 5. Justicia.....	pág 77
Figura 6. Curiosidad e interés por el mundo.....	pág 77
Figura 7. Juicio, pensamiento, crítico y mente abierta.....	pág 78
Figura 8. Ingenio, originalidad, inteligencia y practica.....	pág 79
Figura 9. Perspectiva.....	pág 79
Figura 10. Valentia	pág 80
Figura 11. Perspectiva e inteligencia.....	pág 80
Figura 12. Integridad, honestidad y autenticidad.....	pág 81
Figura 13. Vitalidad y pasión por las cosas	pág 82
Figura 14. Amor, apego y capacidad de ser amado.....	pág 82
Figura 15. Simpatía, amabilidad y generosidad.....	pág 83
Figura 16. Inteligencia emocional	pág 83
Figura 17. Ciudadanía, civismo, lealtad y trabajo en equipo.....	pág 84
Figura 18. Sentido de justicia y equidad.....	pág 84
Figura 19. Liderazgo.....	pág 85
Figura 20. Capacidad de perdonar y misericordia.....	pág 85

Figura 21. Modestia y humildad.....	pág 86
Figura 22. Prudencia, discreción y cautela.....	pág 87
Figura 23. Autocontrol y autorregulación.....	pág 87
Figura 24. Apreciación de la belleza, excelencia y capacidad de asombro.....	pág 88
Figura 25 Esperanza, optimismo y proyección hacia el futuro.....	pág 92
Figura 26. Sentido del humor.....	pág 93
Figura 27. Espiritualidad, fe y sentido religioso.....	pág 93
Figura 28. Sabiduría y conocimiento.....	pág 94
Figura 29. Coraje.....	pág 94
Figura 30. Humanidad.....	pág 95
Figura 31. Moderación.....	pág 96
Figura 32. Perfil psicológico positivo, músicos y no músicos.....	pág 98
Figura 33. Perfil psicológico positivo músicos Neiva y Músicos Ibagué.....	pág 99
Figura 34. Perfil Psicológico positivo músicos Neiva, Músicos Ibagué y No músicos.....	pág 100

LISTA DE ANEXOS

Anexo A. Inventario de virtudes y fortalezas de carácter personales “Via” (Instrucciones).....	pág 109
Anexo B. Consentimiento informado	pág 110
Anexo C. Cuestionario.....	pág 112
Anexo D. Inventario de virtudes y fortalezas de carácter personales “Via”.....	pág 114

RESUMEN

La presente investigación elaboró tres perfiles psicológicos positivos: integrantes de la banda sinfónica del Huila, integrantes de la banda sinfónica de Ibagué y un perfil psicológico positivo de una muestra de la población no musical; con el objetivo de poder hacer una comparación entre los grupos estudiados mediante dichos perfiles. Para lograr este objetivo se aplicó inventario VIA de fortalezas y virtudes adaptado en el Departamento del Huila. Los análisis fueron sometidos mediante al paquete estadístico SPSS versión 15.00, Se obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.99. Los resultados evidenciaron que los músicos presentan más desarrollados las virtudes y las fortalezas comparado con la población no musical.

Palabras Claves: Psicología Positiva, Músicos, No músicos, Fortalezas, Virtudes

Resume

The present investigation produced three positive psychological profiles: members of the Concert Band Huila, members of the symphonic band Ibaguè and a positive psychological profile a sample of non-musician people; the goal of making a compared between groups using these profiles. To achieve this goal using the VIA inventory of strengths and virtues adapted in the Department of Huila Analyses were submitted by the SPSS version 15.00, Cronbach Alpha of 0.99 was obtained. The resulted showed that musicians have more developed virtues and strengths compared to non-musical people.

Keywords: Positive Psychology, Musicians, non-musicians, strengths, virtue.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.

Dentro de las investigaciones que se han podido revisar en el campo musical, se ha logrado evidenciar un vacío en el aspecto de la psicología positiva de los artísticas musicales, las investigaciones en esta área se han centrado en los aspectos neurológicos y cerebrales de los músicos, así como el desarrollo cognitivo que se da a partir de la estimulación musical en niños y jóvenes, pero ninguna de ellas trata específicamente de las potencialidades que se desarrollan exclusivamente en los músicos por su actividad y conocimiento. Por ejemplo, un estudio realizado por Sittiprapaporn (2012, págs. 367-375) concluye que las personas dedicadas a la música desarrollan mayor cantidad de conexiones sinápticas y potencian sus habilidades cognitivas (solución de problemas, razonamiento, atención y memoria entre otras).

De igual manera Salazar (2013) considera que los aspectos positivos son importantes en la población colombiana abordados en el campo de la psicología positiva como ciencia que da un valor a la experiencia subjetiva, en el cual el bienestar, la alegría, la satisfacción, la esperanza, el optimismo y felicidad son elementos primordiales en cada ser humano, pero que a su vez son experimentados por cada individuo de una manera única, es así como la psicología positiva ha enfocado sus investigaciones al estudio de perfiles de salud mental positiva como un medio para diferenciar culturalmente los factores positivos que poseen los diferentes ambientes donde se desarrollan los individuos.

Debido a que en la población musical se encuentran diversos estudios tales como; musical brain, (Sittiprapaporn, 2012, págs. 367-375), inteligencia emocional

rasgos de bailarines y músicos de ballet (Petrides, Niven , & Mouskounti , 2006) Emotion, engagement and meaning in strong experiences of music performance (Lamont, 2012), The Motivations of Exceptional Musicians, (Woody, 2004). Pero aun así se presenta una escases en el área de psicología positiva en cuanto estos. En la población colombiana no se encuentran estudios de perfil positivo psicológico en músicos que permitan identificar características propias de los músicos; este estudio dará a conocer una perspectiva más abierta respecto al potencial humano que éstas personas presentan, sus motivaciones y capacidades.

Ahora bien es importante mencionar que en Colombia existe un “Colectivo De Músicos Colombianos (2013)” donde refieren que en solo en Bogotá hay aproximadamente 6000 músicos registrados hasta el momento, sin contar con el resto de academias oficiales y no oficiales que existen en Colombia; adicional a esto hay 15 universidades del país que cuentan con programas de pregrado en el área.

Teniendo en cuenta los lineamientos anteriores se plantea el siguiente interrogante ¿Existen diferencias en las virtudes y fortalezas en los músicos y no músicos?

JUSTIFICACIÓN

La investigación musical desde la psicología positiva no ha sido explorada aun, razón por la cual se hace necesario abordar esta temática que hacer una descripción de las características específicas de los músicos desde una perspectiva positiva. En la actualidad no hay investigaciones en este campo ya que la población musical ha sido estudiada solo desde el campo neuropsicológico como se evidencia en estudios realizados por (Petrides.et.al., 2006) Así como (Sittiprapaporn, 2012)

Se encuentra también un estudio realizado por la Universidad de Oviedo en España, en el año 2006, concluyo que las personas que desarrollan habilidades musicales y las practican durante muchos años tienden a potenciar su inteligencia emocional, en especial en aspectos como “sensaciones de bienestar” donde los músicos participantes puntuaron más alto que los sujetos control. Incluso se han realizado investigaciones sobre las motivaciones de la práctica musical en artistas de alto rendimiento, por ejemplo Woody (2004, págs. 17-21) encontró que a lo largo de su desarrollo, los músicos están motivados por diversas fuentes internas y externas y que en ciertos puntos se inspiran en los aspectos intrínsecamente agradables de la participación musical. En otras ocasiones, sin embargo, dependen de otras personas que los apoyan a través de las rigurosas exigencias de lograr habilidades excepcionales de rendimiento.

Esto es tan solo una muestra de los tipos de estudios que se han realizado con población musical, que confirma como las investigaciones han girado en torno a estructuras cerebrales, desarrollo musical a través de la práctica o estimulación infantil,

pero ninguna sobre los aspectos psicológicos positivos de los músicos, así que este se vuelve uno de los argumentos más fuertes para realizar esta investigación.

El desarrollo teórico e investigativo que ha dominado a la psicología a lo largo del tiempo ha estado centrado en las emociones negativas, y en la debilidad humana en general, dando lugar a un marco disciplinar sesgado hacia lo patogénico, aspecto que ha incidido en que la psicología sea identificada como psicopatología o psicoterapia (Contreras & Esguerra, 2006, pág. 3).

Durante los últimos años las investigaciones psicológicas han dado un nuevo rumbo dejando de lado los aspectos negativos de las personas para descubrir sus fortalezas y cualidades que las hacen llevar mejores estilos de vida y con esto trabajar en la prevención temprana de psicopatologías.

Conteras & Esguerra (2006, pág. 3) sostienen que uno de los retos para la psicología en los próximos años será dedicar más trabajo intelectual al estudio de los aspectos positivos de la experiencia humana, entender y fortalecer aquellos factores que permiten prosperar a los individuos, comunidades y sociedades, para mejorar la calidad de vida y también prevenir las patologías que surgen de condiciones de vida adversas, en vez de la constante y clásica preocupación única de las experiencias patologizantes que solo muestran los aspectos negativos de las personas.

Debido a que los primeros métodos de investigación en psicología fueron los métodos basados en la patología y en la enfermedad como tal, se dejó de lado una psicología que investigara más desde los aspectos positivos del ser humano;

Seligman & Csikszentmihalyi (2006, pág. 1) postulan que este gran énfasis de la psicología clásica en la enfermedad ha hecho descuidar los aspectos positivos, tales como el bienestar, el contento, la satisfacción, la esperanza, el optimismo, el flujo y la felicidad que influyen en la sociedad, ignorándose los beneficios que estos presentan para las personas. En la esfera individual, influye porque indagan temas muy importantes como la capacidad para el amor y la vocación, el valor, las habilidades interpersonales, la sensibilidad estética, la perseverancia, el perdón, la originalidad, el talento y la sabiduría. En la esfera social, porque exploran las virtudes de los ciudadanos y de las instituciones que trabajan por y para las personas, modelando a los individuos para ser mejores personas y cómo comportarse en una comunidad definida.

Es por esto que la presente investigación busca conocer el perfil psicológico positivo de los músicos de la banda sinfónica del Huila y la banda sinfónica de Ibagué, que permitan identificar las características propias y exclusivas de los mismos y hacer una comparación con una población de no músicos. Ya que el campo musical no ha sido explorado desde la psicología positiva al identificar estos factores únicos en los músicos va a posibilitar ampliar este campo desconocido por el área musical y psicológica.

ANTECEDENTES

Socialmente se ha pensado que estar vinculado activamente en contextos musicales potencia las habilidades de los individuos, habilidades que en gran medida se encuentran relacionadas con la calidad y bienestar de vida, ya que al realizar una actividad con la cual se sienten completamente satisfechos (en este caso la música) promueven conductas y hábitos que llevan a tener una saludable vida mental (Díaz & Hiles, 2013). Por tal razón, es de vital importancia resaltar el papel que juega la Psicología Positiva en los diferentes roles y actividades profesionales con el fin de identificar y promover dichas habilidades. En tal caso la psicología positiva definida por Seligman, (Citado por Contreras, 2006, págs. 311-319) como “el estudio científico de las fortalezas y virtudes humanas, las cuales permiten adoptar una perspectiva más abierta respecto al potencial humano, sus motivaciones y capacidades” desde esta definición se puede encontrar la estrecha relación con este proyecto de investigación, ya que permite conocer con especificidad las habilidades que subyacen a las cualidades y emociones positivas del ser humano.

A partir de la psicología vinculada a los estudios musicales se puede demostrar que durante los últimos 25 años se presentó en todo el mundo un interés creciente por la investigación en educación musical, que abarca varias disciplinas y perspectivas. Aparte del interés de los investigadores por la naturaleza de los currículos y el comportamiento y el desarrollo musical, han surgido también nuevos cuerpos bibliográficos que vinculan a la educación musical con la etnomusicología (Anónimo, 2012), la psicología (incluyendo la neuropsicología, la psicología evolutiva y

cognitiva) como es el caso del estudio de Psychology of music (Bera, 2004, p. 3). Por su parte, en el campo de la psicología positiva hay poco desarrollo en investigaciones sobre este tema, los principales estudios se han realizado frente al flow, el cual sugiere que los músicos profesionales experimentan en algunas ocasiones esta fortaleza (Sinamon, Moran, & Connell, 2012, pp. 6-25), se encuentran otros estudios exploratorios sobre la motivación en el trabajo (Kothe, Teixeira, Pereira, & Diaz, 2009), y la motivación excepcional en músicos (Robert, 2004) en donde hay una vinculación en su proceso musical respecto al grado y fuente de motivación en su ejercicio musical.

Por lo tanto el interés científico de realizar esta investigación radica en el hecho de reconocer las características propias de los músicos, en especial las de los integrantes de la banda sinfónica departamental del Huila y la banda sinfónica de Ibagué. La importancia de realizar investigaciones en este campo permitirá conocer con más exactitud el potencial positivo de los músicos y por ende desarrollar y promover el desarrollo de dichos potenciales; para lo cual se utilizara el cuestionario de virtudes y fortalezas de carácter personal “VIA” (Seligman & Peterson, 2014), con el fin de conocer un perfil de salud mental positiva con los integrantes de dichas bandas musicales.

MARCO TEORICO

El marco teórico de la presente investigación pretende dar una visión global acerca de los contenidos temáticos necesarios para la comprensión de la misma. De acuerdo con el enunciado se hace referencia al termino salud mental positiva, guía fundamental de este estudio, iniciando por un contenido acerca de su definición tomando aspectos actuales en el desarrollo de la psicología como es la psicología positiva, igualmente se hará mención acerca de la teoría que habla sobre el concepto de salud mental positiva. (Lluch, 2002, pág. 42), adicionalmente se menciona una descripción de población objeto de esta investigación.

Salud mental

La filosofía que cobija el nacimiento del término salud mental surge a mediados del siglo XX, como una forma de romper con la definición de que la salud es la simple ausencia de enfermedad y en cambio propiciar un ambiente positivo de prevención y promoción, este concepto evoluciona a medida que lo hace el hombre entendido desde una visión Bio-Psico-Social. (Vázquez, 2006, pág. 2).

La salud mental comprende muchos campos de actuación de diversas ciencias que se conectan entre sí como lo son la psicología, la psiquiatría, sociología, enfermería, economía, entre otras. En cada una de estas áreas existen diversas orientaciones con sus propias conceptualizaciones y puntos de vista que son de uno u otro modo difíciles de abordar para unir en una sola definición acerca de lo que signifique el termino salud mental, y es por ello que el estudio de la psicología y la salud mental es muy compleja y difícil de sintetizar en una definición que a la vez se haga universal, aceptada por las

diferentes disciplinas y ciencias, y aunque se han generado muchos intentos por lograr una definición de este término, son más las divergencias que de ellas se dan en las distintas ciencias que la componen. (Vázquez, 2006, pág. 2).

María Teresa Lluch Canut (1999, pág. 16), encuentra en la definición del término salud mental muchas dificultades para su definición por ser un término tan complejo e interdisciplinario y comenta algunos problemas para dar una definición exacta de lo que es el concepto como tal:

Para intentar definir la salud mental se utilizan términos como "bienestar/malestar psíquico" "felicidad" o "satisfacción", que son, igualmente, abstractos o difíciles de operativizar. Además, el constructo salud mental tiene múltiples componentes pero, ¿cuáles son esos componentes? y ¿cuántos hay? ¿Salud o salud mental? Este último interrogante refleja la idea de que debe existir una concepción única de la salud o bien hay que diferenciar entre salud física y salud mental (vallejo, 1989) (citado por Lluch, 1999, pág. 22).

Se Señalan algunas razones que desaconsejan la dicotomía entre salud física y salud mental: cuando hay una enfermedad física, las capacidades psicológicas y las formas de relación se ven alteradas. Muchos problemas psicológicos se manifiestan, con frecuencia, a través de síntomas somáticos (insomnio, cefalea, taquicardia, etc.). Además, los estados emocionales y afectivos conllevan reacciones fisiológicas que pueden generar problemas psicósomáticos. Desde esta perspectiva, debe considerarse la salud como un concepto global y, por tanto, la salud mental se concibe como un componente de la salud general. (Tizon & et.al, 1996, pág. 16).

Sin embargo, también existen detractores de esta postura. Por ejemplo un estudio de Sánchez piensa que sería mucho más estratégico tratar la salud mental como

una entidad independiente. (Sanchez, 1991, pág. 17). Esto permitiría trabajar de forma más diferenciada y específica y reducir la preponderancia del modelo médico sobre el psicológico.

Es difícil establecer límites claros entre la salud y la enfermedad mental y generalmente se definen como polos opuestos de un continuo, en el que no existe una línea divisoria tajante. Bajo esta perspectiva, la enfermedad mental es el extremo opuesto de la salud mental. Sin embargo, la mayoría de personas se sitúan entre ambos polos; espacio en el que existen múltiples combinaciones de carácter cualitativo y cuantitativo (más o menos salud o más o menos enfermedad), esto significa que:

Las principales diferencias entre las reacciones normales al estrés y las conductas anormales, residen en que estas últimas son más persistentes, menos adecuadas en relación con las experiencias conocidas recientes de las personas, menos controladas, más severas y más incapacitantes para el propio individuo. (Mesa, 1986, pág. 69).

Sin embargo, dentro de la psiquiatría clásica, predomina la idea de diferenciar entre salud y enfermedad mental. Es decir, se aplican los criterios de la medicina general y se considera que las verdaderas enfermedades mentales son las que tienen una base fundamentalmente biológica y requieren tratamientos farmacológicos. El resto de problemas mentales tienen una etiología más psicosocial, precisan, en general, tratamientos psicológicos y pueden entenderse como variaciones del modo de ser psíquico (vallejo, 1989). (Citado por Lluch & et.al 1999, pag.17).

Otra dificultad importante que complica la definición del término salud mental es el concepto que cada cultura o sociedad tiene sobre la salud y la enfermedad mental. Lo que en una cultura puede ser considerado como normal y sano en otro contexto cultural o en otro momento social puede ser tomado por anormal o patológico. Es evidente que

este problema es menor cuando se habla de trastornos mentales severos o con una mayor base orgánica, pero se agudiza cuando se intentan establecer los límites de los trastornos psíquicos que tienen una fuerte influencia psicosocial. (vallejo, 1989, pág. 18)

Parece prácticamente imposible encontrar una definición universal y totalmente aceptada del término. Sin embargo, la bibliografía ofrece múltiples intentos de concretar el concepto.

De este modo se propone agrupar los múltiples enfoques en tres grandes perspectivas que reflejan las diversas concepciones de la salud mental, y para efectos de la esta investigación se adopta la perspectiva de salud mental desde una perspectiva de múltiples criterios.

Normatividad de salud mental en Colombia

De acuerdo a las demandas del estado colombiano y la actual LEY 1616 de 21 de enero del 2013 de salud mental define su artículo 34. Salud Mental Positiva.

El Ministerio de la Protección Social o la entidad que haga sus veces, priorizará en la Política Pública Nacional de Salud Mental, la salud mental positiva, promoviendo la relación entre salud mental, medio ambiente, actividad física, seguridad alimentaria, y nutricional como elementos determinantes en el desarrollo de la autonomía de las personas . Lo anterior nos brinda la posibilidad de profundizar en nuestra investigación gracias a los beneficios que nos brinda la ley. (Congreso de Colombia, 2013, pág. 13).

La Salud Mental desde una perspectiva Positiva/negativa

La perspectiva negativa define la salud mental tomando como referencia la enfermedad. Su postulado básico es: “salud es igual a ausencia de enfermedad y su

objetivo fundamental es la curación, es un enfoque reduccionista que omite los aspectos positivos inherentes al concepto de salud mental” (Lluch, 2000, pág. 23)

La perspectiva positiva intenta definir la salud mental a través de la salud. Su postulado básico es: “salud igual a algo más que ausencia de enfermedad y, al menos sobre el papel, permite trabajar en la curación, la prevención y la promoción”. (OMS, 1948), En esta línea se definió la Organización Mundial de la Salud cuando señaló que "la salud es el estado de bienestar físico, psíquico y social y no la mera ausencia de enfermedad o minusvalía" (vallejo, 1989, pág. 16).

La Salud Mental desde una perspectiva de Normalidad.

Lluch (2000) Afirma: “La definición del término salud mental desde esta perspectiva implica aceptar un paralelismo entre normal y sano y, lógicamente, establecer criterios que den contenido a la palabra normalidad. Las principales concepciones de normalidad son” (pág.90).

Normalidad como promedio: Esta concepción engloba fundamentalmente dos criterios, íntimamente relacionados: el criterio estadístico y el criterio sociocultural. El primero hace alusión a que lo normal (lo sano) es lo más frecuente; la salud mental es aquella forma de ser, estar y sentir de la mayoría de las personas. La normalidad como promedio implica la existencia de unas normas o estándares que la mayoría acepta y, por tanto, son las medidas de tendencia central (media, mediana y moda) las que definen la salud/enfermedad. (vallejo, 1998) (Citado por Lluch & et.al 1999, pag.21). El criterio sociocultural implica que lo normal viene determinado por las pautas sociales; el comportamiento sano

es el que se ajuste a los cánones establecidos en el contexto sociocultural y depende, por tanto, del momento y del lugar. Es lo que Vallejo denomina "normalidad adaptativa"

Normalidad clínica: La salud se define como la ausencia de sintomatología clínica. Esta concepción se corresponde con la perspectiva negativa y se basa en el modelo médico-tradicional (Lluch & et.al., 1999, pág. 25).

Normalidad utópica: la salud es entendida como un estado de equilibrio armónico entre las diferentes instancias del aparato psíquico y enfatiza el manejo adecuado de los procesos inconscientes. Es utópica por cuanto tiende a algo difícilmente alcanzable pero estimula el estudio de los procesos psicológicos que subyacen a la conducta meramente observable. (Lluch & et.al., 1999, pág. 25).

Normalidad como proceso: Es una perspectiva basada en la capacidad de adaptación de la persona y la madurez de sus sistemas de respuesta a lo largo del desarrollo. (Lluch & et.al., 1999, pág. 25).

Normalidad jurídico-legal: El criterio forense valora la conducta en función del nivel de imputabilidad del acto y de su responsabilidad jurídica (vallejo, 1989, pág. 25). El objetivo fundamental es el de determinar:

- Cuando una persona será considerada mentalmente incompetente cuando una persona es o no responsable de sus actos (por ejemplo ante casos de criminalidad). (Lluch & et.al., 1999, pág. 26).

- Cuando una persona puede o debe ser hospitalizada debido a un trastorno mental.

La Salud Mental desde una perspectiva de Múltiples Criterios

Desde esta perspectiva se pretende definir la salud mental a partir de múltiples criterios operativos. El objetivo central de esta perspectiva es el de intentar definir la salud mental a partir de múltiples criterios y, de ser posible, para grupos de poblaciones concretas en contextos definidos. Tal y como lo señala la autora "no hay ningún criterio que, por sí mismo o aisladamente, sea suficiente para definir un comportamiento, un sentimiento o una actividad mental como desviada, anormal y/o psicopatológica" (vallejo, 1989). (Citado por Lluich & et.al 1999, pag.21).

Es así como el abordaje de la salud mental a partir de múltiples criterios surge ante el fracaso para localizar una definición "universal" o "teóricamente irreprochable" de normalidad psíquica. Sin embargo, las definiciones multi-criteriales resultan menos operativas y concretas de lo que sus presupuestos teóricos pretenden. Es decir, continuamos encontrando términos abstractos y difíciles de operativizar y medir, como por ejemplo, adaptación, autonomía, independencia o relaciones satisfactorias. Asimismo, la mayoría de criterios son "universales" y no están planteados para poblaciones concretas ni contextos definidos. (Vallejo-Nagera, 1981, pág. 18)

Salud Mental Positiva (Desde La Perspectiva De Jahoda)

A mediados del siglo XX surge el concepto de salud mental para hacer referencia tanto a estados de salud como de enfermedad. La introducción del término ha ido en crecimiento a la medida que aumenta la concepción integral del ser humano desde una perspectiva bio-psicosocial. La filosofía en la cual está basado el concepto procura romper con el principio de que la salud mental es simplemente la ausencia de

enfermedad y, por tanto, auspiciar la vertiente positiva, es decir, la prevención y la promoción.

Marie Jahoda (1996) (Citado por Lluch & et.al 1999, pag.48) concibe la salud mental desde una perspectiva individual. Considera que no es correcto hablar de sociedades enfermas aunque el ambiente y la cultura incidan en la salud mental, pero también acepta la influencia mutua de aspectos tanto físicos como mentales del ser humano. Sin embargo, sugiere que tener una buena salud física es una condición necesaria pero no suficiente para tener una buena salud mental, así como también la ausencia de trastorno mental es un criterio necesario pero no suficiente para definir la salud mental positiva.

Salud Mental Y Psicología Positiva

Una de las ramas de la psicología es la llamada psicología positiva que nos proporciona nuevas fuentes de investigación para la identificación de interrelaciones positivas entre personas y personalidades, así como procesos inherentes a las cualidades y emociones positivas del ser humano, que anteriormente estuvieron ignorados durante algún tiempo por esta ciencia.

La psicología positiva da un valor importante a la experiencia subjetiva de los individuos como los son la Resiliencia, el optimismo, la felicidad, la satisfacción y tantas otras expresiones primordiales de cada ser humano, además designando a cada individuo como un ente único en la forma en como experimenta sus emociones, Casullo define la psicología positiva como:

Un campo nuevo, que empieza a sistematizarse a comienzos de los '90 en la Universidad de Pensilvania, con Martin Seligman a la cabeza; Lo interesante del enfoque es que, en vez de ver lo que le falta al sujeto, analiza qué capacidades tiene e introduce temas como la capacidad de perdonar o la sabiduría. Por ejemplo, no podemos seguir viendo a la tercera edad sólo en función de la demencia y el deterioro, porque también en la tercera edad se consigue la sabiduría. La propuesta es hablar de fortalezas yoicas, en vez de hablar de síntomas, sin negar la existencia de los síntomas. Porque el sujeto es al mismo tiempo sus síntomas y sus fortalezas (Casullo, 2008).

Es así como el campo de la psicología positiva como ciencia da un valor a la experiencia subjetiva, en el cual el bienestar, la alegría, la satisfacción, la esperanza, el optimismo y felicidad son elementos primordiales en cada ser humano, pero que a su vez son experimentados por cada individuo de una manera única, la psicología positiva ha enfocado sus investigaciones al estudio de perfiles de salud mental positiva como un medio para diferenciar culturalmente los factores positivos que poseen los diferentes ambientes donde se desarrollan los individuos.

La psicología positiva nace como la oportunidad de dar una nueva visión de los procesos mentales que suceden en los individuos. Por mucho tiempo la psicología se encargó de realizar observaciones a partir de las características negativas de los trastornos, pero desde la explicación psicológica positiva se replantean estas observaciones y parte ahora de las características positivas ausentes, se resume de la siguiente manera:

Así por ejemplo, los trastornos depresivos parecen encontrarse deficientemente explicados desde un modelo basado exclusivamente en emociones negativas. La

depresión no es sólo presencia de emociones negativas, sino ausencia de emociones positivas, algo fundamental, por ejemplo, a la hora de elaborar tratamientos. (Vera, 2006, pág. 3).

Se proponen seis ejes principales en el estudio de los perfiles de salud mental positivos, que se relacionan entre sí para hacer referencia a las distintas maneras de obtener la autonomía, la satisfacción personal, actitud pro-social, autocontrol, resolución de problemas y autorrealización y habilidades de relación interpersonal.

La satisfacción personal es un concepto utilizado generalmente para definir y evaluar el nivel de bienestar subjetivo y la calidad de vida percibida por las personas en las diferentes esferas de la vida.

La autonomía tal como la define Costa, está ligada a la libertad de la persona:

La actuación del individuo ha de estar bajo el control voluntario, se ha de poder modificar libremente y poseer autonomía personal para poder decidir, en todo momento, lo que hace falta hacer. Esta pérdida o reducción de la libertad es, para muchos autores, el aspecto crucial de la enfermedad psíquica. El enfermo se tiene que comportar de una manera determinada, a veces incluso en contra de los propósitos conscientes de el mismo (Costa, 1994, págs. 43-44).

Mientras tanto el criterio de actitud pro-social va íntimamente ligado con el criterio de habilidades sociales y puesto que la comunicación interpersonal es una parte esencial de la actividad humana, se debe tener en cuenta que durante el transcurso del día mantenemos muchas horas interactuando con otras personas, por este motivo tenemos en cuenta que el ser humano es un ser “social” por naturaleza que depende de

las habilidades sociales para alcanzar un adecuado desarrollo adecuado para desenvolverse en los diferentes ámbitos de la vida.

Por otro lado tenemos el factor denominado autocontrol que es una dimensión fundamental para mantener el equilibrio emocional, funciona como un soporte contra el estrés y un factor decisivo para la adaptación personal. Como indican Alvarez (1998, págs. 371-408), “la mayoría de comportamientos “sanos” reciben su recompensa a largo plazo y, por tanto, el autocontrol es una habilidad esencial para posponer o demorar la gratificación y conseguir objetivos que requieren un trabajo continuado”.

Las habilidades de relación interpersonal Tienen que ver retomando a Lluch (1999, pág. 243), con la habilidad de tomar decisiones, la actitud de crecimiento, el desarrollo personal continuo, la capacidad para adaptarse a los cambios, y la capacidad de análisis, este proceso incluye la generación de posibles soluciones alterativas y la toma de decisiones.

Por último se encuentra la resolución de problemas y autorrealización, haciendo referencia a la diferentes maneras que utilizan las personas para afrontar las diferentes situaciones conflictivas de la vida y que además implica la toma de decisiones. De esta manera, “Generalmente en el campo de la salud mental, las ideas preconcebidas acerca de cómo reaccionan las personas ante diferentes situaciones están basadas en estereotipos y prejuicios y no en datos y hechos comprobados” (Poseck, Baquero, & Jimenez, 2006, págs. 40-49).

La salud mental positiva se construye a partir del desarrollo de los 6 factores que Jahoda menciona en su escala. La interacción y el proceso en cada una de ellas permitirían lograr un equilibrio que le daría el individuo el control necesario en el

manejo de las situaciones de su diario vivir. La salud mental positiva es entendida por Jahoda como “el producto de la interacción de muchos factores; se sabe poco sobre los factores y mucho menos sobre sus interacciones” (vallejo, 1989) (Citado por Lluch & et.al 1999, pag.43)

Dentro de la psicología positiva se hace énfasis en las fortalezas, Seligman y Peterson (2000) consideran:

Que el carácter al que le da la connotación positiva de “buen carácter” es el resultado de la interacción de ciertos rasgos. Su hipótesis puede sintetizarse de la siguiente manera: la percepción subjetiva de una buena vida presenta correlación positiva con un buen carácter, el cual presenta también una alta correlación positiva con la presencia de rasgos positivos. A estos rasgos positivos Seligman y Peterson le da el nombre de *fortalezas de carácter (FC)*. Las fortalezas y virtudes actúan a modo de barreras contra la adversidad o los trastornos psicológicos y pueden ser la clave para aumentar la recuperación. La fortaleza asegura la firmeza en las dificultades y la constancia en la búsqueda del bien, a llegar incluso a la capacidad de aceptar el eventual sacrificio de la propia vida por una causa justa. (Seligman & Peterson, 2000).

Adicionalmente se encuentra que “Las fortalezas de carácter constituyen el principio fundamental de la condición humana, lo que hace que la vida tenga valor no es algo efímero, por lo que es necesario un análisis en términos de rasgos positivos del Carácter” (Seligman, 2005).

El estudio del carácter en esta clasificación parte de la psicología de la personalidad, más específicamente del rasgo, que reconoce la existencia de diferencias

individuales estables y generales que pueden ser moldeadas por el entorno. A pesar de lo determinante que puede ser el ambiente a la hora de dar forma a las características de una persona, ésta tiene la capacidad de añadirle o quitarle algo a la situación. Es aquí en este "algo" donde interviene el carácter, por el cual la psicología positiva se interesa y a quien considera un compendio de rasgos positivos.

Marcus Buckingham (2012, pág. 87) investigador que ha trabajado las fortalezas y la psicología positiva desde la perspectiva gerencial, en donde la psicología positiva es un marco o paradigma que encierra una aproximación a la psicología desde la perspectiva de un funcionamiento sano y exitoso en la vida; afirma que una fortaleza está inmersa en una relación con el descubrimiento, la creatividad y la posesión de determinadas características y no con el condicionamiento, aprender o formarse.

Las fortalezas como la integridad, el valor, la originalidad y la amabilidad, no son iguales a las capacidades como el tener buen oído, gran belleza facial o correr a la velocidad del rayo. Capacidades y fortalezas si bien comparten muchas similitudes, una de las diferencias claves es que las fortalezas son rasgos morales, mientras las capacidades no lo son.

Algunos de los criterios que permiten saber cuándo una característica es una fortaleza son los siguientes: en primer lugar una fortaleza es un rasgo, una característica psicológica que se presenta en situaciones distintas y a lo largo del tiempo. Una única actitud amable no indica que la humanidad sea una virtud subyacente. En segundo lugar, una fortaleza es valorada por derecho propio. A menudo, por sus consecuencias positivas. El liderazgo bien ejercido, por ejemplo,

suele proporcionar prestigio, ascensos y aumentos de sueldo. Aunque las fortalezas y virtudes proporcionan tales resultados deseables, debemos valorar la fortaleza por sí misma, incluso cuando no existen beneficios obvios.

Las fortalezas también pueden vislumbrarse en las expectativas que los padres tienen respecto a sus hijos. Poner en práctica una fortaleza provoca emociones positivas auténticas en quien realiza la acción: orgullo, satisfacción, júbilo, realización personal o armonía. Por este motivo, las fortalezas y las virtudes suelen realizarse en situaciones de victoria – victoria. Todos pueden ser vencedores cuando actúan de acuerdo a las fortalezas y virtudes.

Otro aspecto que también se rescata dentro de la psicología positiva son las virtudes; que son las características centrales del carácter valoradas por filósofos morales y pensadores religiosos. El análisis realizado por (Seligman.et.al, 2012, pág. 1363) y su grupo de psicología positiva de las distintas sociedades, culturas y épocas históricas ha dado lugar a un consenso, que considera como virtudes fundamentales las de sabiduría, coraje, humanidad, justicia, templanza y trascendencia. Se trata de valores universales; para considerar que un individuo las posee deben estar por encima de un cierto valor. Las fortalezas son los aspectos psicológicos que definen las virtudes, aquellas formas distinguibles en las que se manifiesta una virtud.

A continuación se realizara un abordaje sobre cada una de las fortalezas y virtudes que están contempladas dentro de la prueba (VIA), utilizada para la presente investigación, y la definición de cada una de ellas, ofrecidas por (Seligman.et.al, 2012, págs. 13-56)

Virtud: Sabiduría y Conocimiento

Para poder realizar una conceptualización sobre los diferentes aspectos de la sabiduría, fortalezas y virtudes que se encuentran desde la presente página, hasta la página 47. Se tienen en cuenta diversos autores citados por Polania, Cerquera, Cortes, Riascos (2010).

La virtud hace parte de las fortalezas cognitivas que implican la adquisición y el uso del conocimiento. Dentro de las que se incluyen creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, amor por el conocimiento y perspectiva.

¿Qué distingue la sabiduría? Esto es un tipo de inteligencia, pero no un sinónimo del CI, (la inteligencia general), u honores académicos. Esto es el conocimiento, pero no es reducible a la mera suma de libros leídos, o conferencias asistidas, o hechos adquiridos. Quizás esto tiene algo que ver con la sobrevivencia de la dificultad, la aparición de una mejor persona capaz de compartir lo que ha sido aprendido con otros.

“La sabiduría, "escribió a Kramer (2000)"implica la anchura excepcional y la profundidad de conocimiento sobre las condiciones de vida y asuntos humanos y el juicio reflexivo sobre el uso de este conocimiento". Según los investigadores en Berlín el Instituto de Max Planck, la sabiduría es "el buen juicio y el consejo sobre los asuntos importantes pero inciertos de la vida" (Baltes y Smith, 1990, pág. 87). Erickson (1963), considera la sabiduría para ser el resultado durable de una resolución favorable de la última etapa psicosocial de integridad de ego en la vida adulta (la aceptación de los triunfos y las decepciones de la vida) contra la desesperación (la creencia última de

que la vida de alguien ha sido gastada). Y Sternberg (1998), argumentó aquella sabiduría:

Cuando la inteligencia práctica es aplicada al maximizar no solamente el interés propio y de los otros, pero más bien un equilibrio de varios intereses propios (intrapersonal) con los intereses de otros (interpersonales) y de otros aspectos del contexto en el cual se vive (extrapersonal), como la ciudad de alguien o el país o el ambiente o aún Dios

Por lo tanto, definir esta virtud como el conocimiento básico luchado, que luego se utilizará para el bien. La sabiduría es una forma noble de la inteligencia en la presencia de los que no es un resentido y todo el mundo aprecia. Los puntos fuertes que son los que abarca la sabiduría que conlleva la adquisición y utilización del conocimiento en los asuntos humanos, como la creatividad, la curiosidad, la sentencia, y la perspectiva. Entre esta categoría se encuentran las siguientes fortalezas:

Curiosidad, interés por el mundo:

Tener interés por lo que sucede en el mundo, encontrar temas fascinantes, explorar y descubrir nuevas cosas.

- Apertura a distintas experiencias.
- Flexibilidad ante temas que no se encuadran con nuestras propias ideas previas.
- Las personas curiosas no se limitan a tolerar la ambigüedad, sino que les gusta y los intriga.

- la curiosidad implica participar de forma activa. No pasar viendo televisión.
- el extremo opuesto de la dimensión es aburrirse con facilidad.

Amor por el conocimiento y el aprendizaje:

Llegar a dominar nuevas materias y conocimientos, tendencia continua a adquirir nuevos aprendizajes.

- Le encanta aprender cosas nuevas por formación académica o por sí mismo(a).
- Le gusta estudiar, leer, visitar museos y siempre existe la oportunidad de aprender.
- Pregunta: ¿Le gusta aprender o aumentar conocimientos incluso ante la falta de incentivos?

Juicio, pensamiento crítico, mentalidad abierta:

Pensar sobre las cosas y examinar todos sus significados y matices. No sacar conclusiones al azar, sino tras evaluar cada posibilidad. Estar dispuesto a cambiar las propias ideas en base a la evidencia.

- Pensar las cosas con detenimiento y analizarlas desde todos los puntos de vista.
- No se precipita a extraer conclusiones y se basa en pruebas fehacientes para tomar decisiones.
- Es capaz de cambiar de opiniones.
- El juicio es sinónimo de pensamiento crítico.

- Lo contrario de esta fortaleza: pensar de maneras que favorezcan y confirmen ideas previas.

Ingenio, originalidad, inteligencia práctica:

Pensar en nuevos y productivos caminos y formas de hacer las cosas. Incluye la creación artística pero no se limita exclusivamente a ella.

- Implica creatividad pero no limitada a las bellas artes.
- No le satisface realizar tareas de modo convencional: encuentra el comportamiento nuevo y lo adecua para alcanzar su objetivo.

Perspectiva:

Ser capaz de dar consejos sabios y adecuados a los demás, al encontrar caminos no sólo para comprender el mundo sino para ayudar a comprenderlo a los demás.

- La más cercana a la sabiduría.
- Otras personas recurren a usted para aprovechar su experiencia para solucionar problemas y obtener perspectivas diferentes.
- Posee una visión del mundo que tiene sentido para otros y usted mismo (a).
- Las personas sabias son las expertas en lo más importante: la vida.

Virtud: Coraje.

Dentro de esta virtud, (polania. Et.al., 2010), cita a diversos autores para poder dar una mejor comprensión de estos elementos.

Fortalezas emocionales que implican la consecución de metas ante situaciones de dificultad, externa o interna. Comprende valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad

El filósofo francés Comte-Sponville (2001), con el argumento por la universalidad del coraje, recordó que los miedos y los actos para que sean derrotarlos varían de sociedad a sociedad, la capacidad para vencer el miedo "siempre es más valorada que la cobardía o el temor" (p. 44). D. Putnam (1997), ofreció una cuenta global de coraje al delinear tres tipos: físico, moral, y psicológico. El coraje físico es el vencimiento del miedo de una herida física o muerte, para salvar a uno mismo y a otros. El coraje moral implica el mantenimiento de la integridad ética o la autenticidad en el riesgo de perder amigos, el empleo, la intimidad, o el prestigio. El coraje psicológico incluye aquella clase requerida para enfrentar una enfermedad debilitante o el hábito destructivo de una situación; esto es el valor inherente en el revestimiento de demonios interiores de alguien.

Putnam (1997), a la cabeza, incluyó tres caracterizaciones principales de la virtud de coraje. Asimismo, no se limitan solo a nuestra definición para singularizar actos asombrosos - cuenta crónicas valerosas también (Finfgeld, 1999), esto trae a una observación quizás obvia pero necesaria sobre el coraje: Tiene una vida interior, así

como una exterior. Esto es, el coraje está compuesto no sólo de observar los actos, sino también las cogniciones, las emociones, motivaciones, y las decisiones que les sobre. Así, al examinar la ubicuidad del coraje, aunque la mayoría de los ejemplos que siguen son de las características físicas o la variedades de soldados en batalla, lo que se quiere está más cerca de la definición de Cicerón (1949): El coraje es " el revestimiento deliberado de peligros y porte de red "(de inventione, II.LIV.163), Se refiere al coraje para incluir el valor físico, pero también la integridad y la perseverancia -cualquier acto de voluntad en la superación de lo que es tan fácil caer: la seguridad, la comodidad, la complacencia. Se refiere a hacer lo que es correcto, incluso cuando tiene mucho que perder, O, para volver a Comte - Sponville (2001), "Sin valor, no podemos resistir frente a la peor de nosotros mismos o los demás" (p. 50).

Valentía:

No dejarse intimidar ante la amenaza, el cambio, la dificultad o el dolor. Ser capaz de defender una postura que cree correcta aunque exista una fuerte oposición por parte de los No se amilana ante las amenazas, retos, el dolor o dificultades.

- Supera la defensa de la integridad física amenazada: hace referencia también a situaciones intelectuales, emocionales.
- Valor moral: adoptar posturas que se sabe no serán bien acogidas y que probablemente provoquen efectos adversos como denunciar prácticas corruptas dentro de la propia organización.

- Valor psicológico: postura estoica e incluso alegre, necesaria para enfrentarse a experiencias duras y a una enfermedad grave sin perder la dignidad.

Perseverancia y diligencia:

Terminar lo que se empieza. Persistir en una actividad aunque existan obstáculos.

Obtener satisfacción por las tareas emprendidas y que consiguen finalizarse con éxito.

- Acaba lo que comienza.
- Cumple su cometido con buen humor y con mínimas quejas.
- Hace lo que dice que hará e incluso más, nunca menos.
- La perseverancia no implica la búsqueda obsesiva de objetivos inalcanzables: la persona laboriosa es flexible, realista y no perfeccionista.

Integridad, honestidad, autenticidad: Ir siempre con la verdad por delante, no ser pretencioso y asumir la responsabilidad de los propios sentimientos y acciones emprendidas.

- Honesta no solo por la verdad sino porque vive su vida de manera genuina y auténtica:
- Presentarse ante los demás y ante uno mismo de forma sincera, mediante las palabras y actos. “se fiel a ti mismo (a) y no podrás ser falso (a) con ningún hombre (ser humano)”

Vitalidad y pasión por las cosas: Afrontar la vida con entusiasmo y energía. Hacer las cosas con convicción y así dar todo de uno mismo. Vivir la vida como una apasionante aventura, sintiéndose vivo y activo.

Virtud: Humanidad: Fortalezas interpersonales que implican cuidar y ofrecer amistad y cariño a los demás. En las que figuran amabilidad, inteligencia social y amor

Aunque ambos pueden implicar la mejora del bienestar del otro, se separa las virtudes de justicia y humanidad. Por la humanidad, se entiende a las virtudes que participan en relación a otro - las fuerzas interpersonales. Seguramente la justicia implica lo interpersonal (¿cómo no podría?), pero por lo general es virtuoso sólo cuando es impersonalmente (" para el bien de la imparcialidad "). Dicho de otra manera, mientras que la virtud de la justicia radica en la imparcialidad, la virtud de la humanidad se basa en hacer más de lo que es justo, mostrar generosidad; incluso cuando un intercambio equitativo sería suficiente; bondad, incluso si puede (o no) ser devuelto, y comprender incluso cuando el castigo está previsto.

Las virtudes de humanidad son dadas dentro de la psicología como el comportamiento altruista o prosocial. Muchas de las especies, no solamente los primates, parecen comportarse de los modos que reflejan el altruismo (de Waal, 2000; Krebs y Davies, 1993), si bien hay argumento de que todo el altruismo es el resultado de la protección de sus familiares (Dawkins, 1976; Taylor SE, Klein, Lewis, Gruenewald, Gurung, y Updegraff, 2000), intercambio social (Foa y Foa, 1975), la capitulación a las normas sociales (L. Berkowitz, 1972), o el egoísmo gardenvariety (Cialdini, 1991), otros teóricos han señalado que los seres humanos a veces muestran

altruismo como la posibilidad de que cualquier resultado sea bastante favorable a distancia, y sugieren que la empatía y la compasión subyacen en tales comportamientos admirables (Batson, 2001 ; Knight, Johnson, Carlo, & Eisenberg, 1994; Zahn-Waxler, Radke-Yarrow, & King, 1983) .

Además, la simpatía a veces puede llevar a violar los principios de equidad, el apoyo a la idea de que el altruismo y la justicia son independientes motivaciones prosociales (Batson, Klein, Highberger, & Shaw, 1995). Independientemente de las verdaderas razones de los comportamientos prosociales y el altruismo entre los seres humanos, el hecho es que son muy capaces y dispuestos a participar en actos de generosidad, bondad, benevolencia, reconocidos y valorados por consenso (Haidt, 2000; mirar también Fredrickson, 2001).

Amor, apego, capacidad de amar y ser amado: Tener importantes y valiosas relaciones con otras personas, en particular con aquellas en las que el afecto y el cuidado son mutuos. Sentirse cerca y apegado a otras personas.

- Valora las relaciones íntimas y profundas con los demás.
- Es más que la noción occidental de romanticismo.
- Es más habitual, sobre todo en los hombres, ser capaz de amar que dejarse amar, por lo menos en nuestra cultura.

Simpatía, amabilidad, generosidad: Hacer favores y buenas acciones para los demás, ayudar y cuidar a otras personas.

- Bondadoso (a) y generoso (a) con los demás y nunca estar demasiado (a) ocupado (a) para hacer un favor.
- Disfruta realizar buenas obras en beneficio de los demás, incluso aunque no los conozca bien.
- La empatía y la compasión son elementos útiles de esta fortaleza.
- Pregunta: ¿Se responsabiliza de otras personas, parientes, amigos, compañeros de trabajo o incluso desconocidos (as)?
- Todos los rasgos de esta fortaleza parten del principio de conceder valor a otra persona.

Inteligencia emocional, personal y social: Ser consciente de las emociones y sentimientos propios como de los demás, saber cómo comportarse en las diferentes situaciones sociales, saber qué cosas son importantes para otras personas, tener empatía.

- La inteligencia social y personal en el conocimiento propio y de los demás.
- La capacidad de observar diferencias en los demás: estado de ánimo, motivaciones, intenciones y actuar en consecuencia.
- Se demuestra en habilidades sociales no meramente reflexivo e introspectivo.
- Implica encontrar los “espacios” adecuados para sí mismo (a) para maximizar las habilidades e intereses personales (trabajo, relaciones íntimas, actividades de ocio).

- Pregunta GALLUP: Los trabajadores más satisfechos: Los que respondieron positivamente: ¿su trabajo le permite hacer lo que sabe hacer mejor todos los días?

Virtud: Justicia: Fortalezas cívicas que conllevan una vida en comunidad saludable.

Pertenece la capacidad de trabajar en equipo, equidad y liderazgo.

La virtud de justicia, como ya se ha dicho, se refiere generalmente a la que hace la vida más justa. Intuitivamente, quizás, lo que significa la igualdad de todos. Pero todos son conscientes de que la vida no es justa, y que "algunos animales son más iguales que otros", que es la razón por la que se necesita la versión más pragmática de la justicia, la de las leyes que dan un buen tiro a la equidad (véase Rawls, 2001).

En naciones Occidentales industrializadas, justicia generalmente traduce a la noción de equidad - la creencia que las recompensas deberían ser repartidas según contribuciones o mérito (Walster, Walster, y Bersheid, 1978), y aquella gente en última instancia consigue lo que ellos merecen (M. J. Lerner, 1980). Este concepto particular de justicia no es universal, las culturas colectivistas tienden a preferir la noción de igualdad o necesidad al tomar decisiones en base a la imparcialidad (Murphy-Berman y Berman, 2002; Murphy-Berman, Berman, Singh, Pachauri, y Kumar, 1984; Sampson, 1975). Sin embargo, si una cultura ve la justicia como la equidad ("cada uno conviene que la justicia en la distribución debe ser conforme a una especie de mérito"; Aristóteles, *Nicomachean Ética*, 2000, 1131a) o igualdad/necesidad ("de cada uno según sus capacidades, a cada uno según sus necesidades"; K. Marx, "Crítica de Gotha Programa," 1875/1977, p. 569), la noción compartida es que alguno debería ser

estándar en la práctica para proteger las nociones intuitivas de lo que es justo (mirar la N. J. Finkel, 1995, 2000). De ahí, los ejemplos de justicia son aquellos que son cívicos en la imparcialidad de naturaleza, el mando, la ciudadanía, y el trabajo en equipo.

Ciudadanía, civismo, lealtad, trabajo en equipo: Trabajar bien dentro de un equipo o grupo de personas, ser fiel al grupo y sentirse parte de él.

- Destaca como miembro de un grupo.
- Es un (a) compañero (a) leal y dedicado (a) siempre cumple con su parte y trabaja por el éxito conjunto.
- Capacidad de integración a situaciones grupales.
- ¿Colabora siempre? ¿Valora los objetivos y propósitos del grupo incluso cuando difieren de los suyos?
- No implica obediencia ciega y automática, pero si respeto a la autoridad (una fortaleza pasada de moda que muchos padres desean).

Sentido de la justicia, equidad: Tratar a todas las personas como iguales en consonancia con las nociones de equidad y justicia. No dejar que los sentimientos personales influyan en decisiones sobre los otros, al dar a todo el mundo las mismas oportunidades.

- No permite que sus sentimientos personales sesguen sus decisiones sobre otras personas.
- Le da oportunidad a todo el mundo.

- ¿Considera que casos similares deben tratarse de modo análogo?
- Le resulta fácil, dejar de lado los prejuicios personales.

Liderazgo: Animar al grupo del que se es miembro para hacer cosas, así como reforzar las relaciones entre las personas de dicho grupo. Organizar actividades grupales y llevarlas a buen término.

- Se le da bien organizar actividades y asegurar que se hagan.
- El (la) líder efectivo (a) es humano (a) en el trato de relaciones intergrupales.
- Con firmeza para lo correcto.
- Se encarga de que el trabajo de grupo se realice al tiempo que se mantienen buenas relaciones entre sus miembros

Virtud: Moderación: Fortalezas que protegen contra los excesos. Compuesta de la Autorregulación, la prudencia, el perdón y la modestia.

"Todo con moderación", o algo así dice el refrán. La templanza es la virtud de control sobre el exceso. Por lo general, el término se utiliza como un significante para la abstinencia, en particular de varios de los apetitos más agradables comer, beber, fumar, sexo. Se refiere a la expresión más general, a toda forma de auspiciosa moderación.

Por ejemplo, la templanza traducido en la terminología psicológica se convierte en auto-eficacia o autorregulación, que practica la capacidad para supervisar y gestionar las emociones, la motivación y el comportamiento en ausencia de ayuda externa (Bandura, 1997; Kopp y Wyer, 1994), el fracaso de cual conduce más bien

extraordinariamente a todos los tipos de problemas personales y sociales (Baumeister, Heatherton, y Tice, 1994; Bloque, Gjerde, y Bloque, 1991; Eisenberg, Fabes, Guthrie, y Reiser, 2000), Todo esto demuestra, sin embargo, que la intemperancia no es saludable, que la templanza no es todo lo que hay. En el lado positivo, Baumeister y Exline (2000), declaró: "Después de la fuerza de carácter significa tener la capacidad de hacer lo correcto y evitar lo que está mal. Control de sí mismo, cuando se aplica a los objetivos de adaptación o virtuosidad, que es esencialmente la capacidad"(p. 33). De hecho, los niños, niñas, adolescentes y adultos que constantemente hacen el ejercicio muscular de auto-control son individuos más felices, más productivos y más exitosos (Eisenberg et al., 2000; Mischel, Shoda, y Peake, 1988; Pintrich, 2000; Tsui y Ashford, 1994; Zimmerman, 2002), Además, debido a los beneficios individuales de la templanza, Heatherton y Vohs (1998), abogan por la selección natural de auto-control, señalan que "las inhibiciones son importantes para las interacciones sociales armoniosas, y la evolución ha favorecido, sin duda, el control de los impulsos indeseables "(pág. 212). Así pues, la templanza es una forma de abnegación generosa que es, en última instancia a sí mismo o a otros la prudencia y humildad.

Capacidad de perdonar, misericordia: Capacidad de perdonar a aquellas personas que han actuado mal, dándoles una segunda oportunidad, no siendo vengativo ni rencoroso.

- Perdona a quienes le han causado mal.
- Siempre da una segunda oportunidad a los demás.
- El principio que guía es la clemencia no la venganza.

- Cuando las personas perdonan se hacen benevolentes, amables o generosas y menos vengativas.

Modestia, humildad: Dejar que sean los demás los que hablen de uno mismo, no buscar ser el centro de atención y no creerse más especial que los demás.

- No intenta ser el centro de atención; prefiere que sus logros hablen por usted.
- No se considera especial y los demás reconocen y consideran su modestia.
- Es persona sencilla, sus aspiraciones, éxitos y derrotas personales, carecen de excesiva importancia.

Prudencia, discreción, cautela: Ser cauteloso a la hora de tomar decisiones, no asumiendo riesgos innecesarios ni diciendo o haciendo nada de lo que después se pueda arrepentir.

- Es una persona cuidadosa.
- No dice ni hace nada de los que luego podría arrepentirse.
- Las personas prudentes tienen visión de futuro y son dialogantes.
- Es un mundo riesgoso la cautela es una fortaleza que los padres desean en sus hijos: “tenga cuidado” ante cualquier actividad.

Auto-control, auto-regulación: Tener capacidad para regular los propios sentimientos y acciones. Tener disciplina y control sobre los impulsos y emociones.

- Contener sus deseos, necesidades e impulsos cuando la situación lo requiera.
- ¿Es capaz de regular sus emociones?

- ¿Puede neutralizar sus sentimientos negativos por sí mismo (a)?
- Es capaz de buen humor incluso en situaciones delicadas.

Virtud: Trascendencia: Fortalezas que forjan conexiones con la inmensidad del universo y proveen de significado la vida. Se encuentra apreciación de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.

No ha gozado de popularidad y se suele hablar de “espiritualidad”. Al hablar de trascendencia se plantean las fortalezas emocionales que van más allá de la persona y conectan con algo más elevado, amplio y permanente: con otras personas, con el futuro, la evolución, lo divino o el universo

La trascendencia, de acuerdo con Kant (1781/1998), es la que está más allá de los conocimientos humanos. Se define aquí en un sentido amplio, como la conexión con algo superior - la creencia de que hay un sentido o propósito más grande que nosotros mismos. Trascendencia, en otras palabras, es lo contrario del nihilismo, la afirmación de que la vida no tiene sentido. El hombre en la búsqueda de sentido, Frankl (1946/1984), describe lo que él denomina la auto-trascendencia de la existencia humana:

Ser humano siempre señala, y está dirigida a algo o alguien, distinto de uno mismo -ya sea para cumplir con un sentido propio u en otro ser humano. Cuanto más se olvida de sí mismo al dar servicio de una causa a otra persona para amar, al ser más humano y actualizándose a sí mismo. (pág. 133)

Se sigue este ejemplo y se separa la trascendencia de la religiosidad, o incluso la espiritualidad, aunque ambos de estos últimos conceptos son ejemplos de lo que

significa la trascendencia. Religiosidad implica la conexión a las instituciones formales y la espiritualidad no, ambos se refieren a las creencias y prácticas en relación con lo sagrado, que se define como un ser divino, el poder superior, o en última instancia la realidad (George LK, Larson, Koenig, y McCullough, 2000; véase también Gallup & Jones, 2000), , Se cree que lo trascendente no es necesario ser sagrado, pero no tiene que ser divino. Así pues, la trascendencia puede ser algo o alguien que inspira temor, esperanza, gratitud-o incluso todo lo que hace que las preocupaciones diarias parezcan insignificantes. Trascendencia, en otras palabras, es la que recuerda la forma en que somos diminutos, pero que al mismo tiempo levantan del sentido de la insignificancia completa.

Apreciación de la belleza y la excelencia, capacidad de asombro: Saber apreciar la belleza de las cosas, del día a día, o interesarse por aspectos de la vida como la naturaleza, el arte, la ciencia.

- Aprecia la belleza, la excelencia y la habilidad en todos los ámbitos: la naturaleza, el arte, la ciencia y las cosas cotidianas.
- Cuando es intensa se acompaña de sobreacogimiento y asombro.

Gratitud: Ser consciente y agradecer las cosas buenas que pasan. Saber dar las gracias.

- Siempre se toma tiempo para expresar su agradecimiento.
- La gratitud es apreciar la excelencia de otra persona respecto al valor moral.

- La gratitud puede dirigirse hacia elementos impersonales y no humanos (Dios, la naturaleza).
- No puede orientarse hacia sí mismo (a) en caso de duda la palabra deriva del latín gratia: “Gracias”.

Esperanza, optimismo, proyección hacia el futuro: Esperar lo mejor para el futuro y trabajar para conseguirlo. Creer que un buen futuro es algo que está en las propias manos conseguir.

- Espera lo mejor del futuro y planifica y trabaja para conseguirlo.
- La esperanza, el optimismo y la previsión son una familia que implican una actitud positiva hacia el futuro.
- Implican esfuerzo, planificar el futuro, el buen humor en el presente.

Sentido del humor: Gustar de reír y gastar bromas, sonreír con frecuencia, ver el lado positivo de la vida.

- Le gusta reír y hacer reír a otras personas.
- Ve el lado cómico de la vida fácilmente.
- ¿Es usted divertido, bromista?
- Combina el trabajo con la recreación.

Espiritualidad, fe, sentido religioso: Pensar que existe un propósito o un significado universal en las cosas que ocurren en el mundo y en la propia existencia. Creer

que existe algo superior que da forma a determinada conducta y protege a la persona.

- Posee creencias fuertes sobre la razón y el significado trascendente del universo.
- Sus creencias definen sus actividades y son fuente de consuelo.
- La vida posee un propósito, un significado en virtud de un vínculo con algo más elevado.

Psicología Positiva Y Música

En música, las investigaciones que se relacionan con la psicología positiva muestran un vacío de conocimiento; teniendo en cuenta la escasez de estudios relacionados con el tema, esto puede estar relacionado con la falsa idea de que la música se asocia sólo con el ocio y por lo tanto, rara vez se relaciona con la salud mental positiva. Estas consideraciones se reflejan en pérdidas para la profesión en relación con las cuestiones de la mejora de las condiciones de trabajo y la forma de desarrollar la actividad, por lo tanto:

La psicología de la música es un sub-campo de la psicología que se ocupa de cuestiones de cómo la mente responde, imagina, controla el funcionamiento de, y evalúa la música. A principios del siglo XX había una distinción hecha entre Tonpsychologie frecuente (el estudio de las vibraciones, el oído, y la sensación de sonido) y Musikpsychologie (el estudio de la música como una forma de conocimiento). Aunque la distinción parece menos clara hoy en día, la psicología de la música se encarga del segundo enunciado, propone dos principios tomados de la literatura psicológica: "sensación" y "percepción".

Leyes de la sensación son aplicables a los tonos en sí y fuera de un contexto musical particular. Leyes de la percepción dependen de aprendizaje y las expectativas. (Gjerdingen, 2002, págs. 956-978)

Como se evidencio; durante los últimos 25 años hubo en todo el mundo un interés creciente por la investigación en educación musical, que abarca varias disciplinas. Aparte del interés de los surgido también nuevos cuerpos bibliográficos que vinculan la educación musical con la etnomusicología, la psicología (incluyendo la neuropsicología y psicología cognitiva y evolutiva), la historia, la sociología, la filosofía, y también con las principales líneas de investigación en pedagogía (Moreno, 2003).

Aunque la investigación en educación musical data de la primera parte del siglo XX, esta parece haber madurado en las décadas de 1960 y 1970. El sello distintivo de la investigación en educación musical podrían ser las publicaciones de 1969, *A guide to Research in Music Education*, y el más especializado *Experimental Reseach in Music* (Welch & et.al, 2004).

En la década de los 1960 se fundaron otras cinco revistas enfocadas a la investigación en educación musical o estrechamente relacionadas con ella, incluyendo al *Bullentin of the Music Therapy* (1964). Durante la década de los 1970 se sumaron algunas publicaciones, incluyendo la *Psychology of Music*, que comenzó en 1972. Luego de este periodo relativamente tranquilo hubo un incremento significativo en las publicaciones de investigaciones en educación musical: en la década de 1980 se establecieron cinco nuevas publicaciones, y tres más en la década de 1990.

En este momento en los Estados Unidos parece haber por lo menos 15 revistas de investigación en educación musical y dos de musicoterapia, oscilando entre uno y cuatro números al año, con tiradas tan grandes como 4200 ejemplares. El volumen de trabajos producidos y publicados es tan grande que hemos visto el surgimiento de revistas especializadas que se basan en las metodologías subyacentes; la naturaleza de la investigación en educación musical garantiza que ésta conecte profundamente con la psicología, las ciencias sociales, las neurociencias, la musicología, la historia, y la filosofía de la educación y las teorías educativas. Esto ha producido muchos enfoques multidisciplinarios, especialmente en cuanto a aspectos psicológicos y neurobiológicos de la percepción y cognición musical. En este campo el desafío de los proyectos es la colaboración y dentro de equipos formados por diferentes expertos (Galera, Nuñez, & Pérez, 2008, pág. 43)

OBJETIVOS.

Objetivo general:

Caracterizar las virtudes y fortalezas en los músicos Banda Sinfónica Departamental del Huila y la banda sinfónica de Ibagué y no músicos por medio de la elaboración de un perfil psicológico positivo.

Objetivos Específicos:

- Identificar las fortalezas y virtudes propias de la población musical (banda sinfónica departamental del Huila y la banda sinfónica de Ibagué)
- Describir el perfil psicológico positivo que se va a realizar a la banda sinfónica departamental del Huila, la banda sinfónica de Ibagué y la población no musical.

DISEÑO METODOLOGICO

Tipo De Estudio

Esta investigación hace parte de un enfoque cuantitativo, definido de esta manera por Petergas Diaz (2007, p38). “La investigación cuantitativa trata de determinar la fuerza de asociación o correlación entre variables, la generalización y objetivación de los resultados a través de una muestra para hacer inferencias a una población de la cual toda la muestra procede”, este estudio pretende establecer el perfil psicológico positivo de los músicos de la banda sinfónica del Huila y banda sinfónica de Ibagué, cuyo único requisito es ser músico, y poder construir una comparación entre las dos variables y de esta manera poder identificar similitudes o diferencias en cuanto a cualidades, virtudes y fortalezas de la población de músicos y de no músicos.

Es un estudio, no experimental con un alcance descriptivo, cuyo diseño es transaccional descriptivo como lo menciona Hernández, Fernandez y Baptista (2010, pág. 187) Los diseños de investigación transaccional o trasversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede.

Por consiguiente los Transaccionales descriptivos tienen como objetivo indagar la incidencia y los valores en que se manifiestan una o más variables. El procedimiento consiste en medir un grupo de personas u objetos una o - generalmente- más variables y proporcionar su descripción. Son, por lo tanto, estudios puramente

descriptivos que cuando establecen hipótesis, éstas son también descriptivas. (Hernández et al, 2010, pág. 248)

Población y muestra

Los sujetos para esta investigación lo constituyen 35 músicos integrantes de la Banda Sinfónica del Huila que son la totalidad de la banda, de igual manera serán objeto de estudio 30 músicos que conforman la Banda Sinfónica de la ciudad de Ibagué (totalidad de la banda).

Según lo anterior hay un total de 65 músicos que hacen parte de investigación, junto con una muestra de no músicos conformada por 59 personas. Siendo ésta una muestra por conveniencia ya que su elección fue por métodos no aleatorios.

La muestra de la población musical se realizó igualmente por conveniencia por un método no aleatorio de habitantes de cercanías a los barrios de Timanco, La Magdalena y alrededores de la Universidad Cooperativa de Colombia y la Universidad Surcolombiana, con una cantidad de participantes similar a la de la muestra de los músicos

Criterios De Inclusión Y Exclusión De Los Músicos

- Mayor de edad (mayor de 18 años)
- Ser Pertenecientes y tocar un instrumento en la Banda sinfónica del Huila o la Banda sinfónica de Ibagué.
- Tener 2 años o más años de experiencia musical tocando un instrumento musical.

Criterios De Inclusión Y Exclusión De Los No Músicos

- Mayor de edad (mayor de 18 años)
- No tener conocimiento de interpretación y la ejecución de la música (instrumental, vocal, composición).

Instrumento

En esta investigación se utilizará la adaptación y validación del inventario de virtudes y fortalezas de carácter personales (VIA) que se le aplico a la población huilense entre un rango de edad de 18 a 30 años por Polania. et.al. (2010) en su tesis de grado presentado a la Universidad Surcolombiana – sede Neiva. Esta adaptación consta de 240 ítems tipo Likert con 5 posibles respuestas cada uno, donde mide 23 fortalezas y 6 virtudes.

La prueba original fue creada por Martin Seligman y Christopher Peterson es un cuestionario de 245 ítems tipo Likert con 5 posibles respuestas cada uno, que mide el grado en que un individuo posee cada una de las 24 fortalezas y virtudes que han sido desarrolladas por el Values in Action Institute (VIA). (Seligman.et.al.). En esta investigación se utilizo la adaptación colombiana (Polania et al, 2010).

Procedimiento

Para elaborar el perfil psicológico positivo de los músicos de la banda sinfónica del Huila, la banda sinfónica de Ibagué y el perfil de los no músicos, se realizaron los siguientes pasos

Fase I

Para el correcto desarrollo de este trabajo de investigación en primer lugar se seleccionó la temática musical para posteriormente hacer el planteamiento del problema, basados en los gustos particulares de los estudiantes que realizaron esta investigación. Luego de haber seleccionado el tema de la música se construyó una idea hipotética de lo que podría ser la posible pregunta de investigación a la par que se iba revisando el estado del arte en el campo musical, se consultaron los antecedentes de estudios hechos en el campo psicológico musical, encontrando resultados en el área de la neuropsicología (Petrides. Et.al. 2006) el psicodesarrollo, (Lamont, 2012) pero un vacío en el área de la psicología positiva.

Fase II

Posteriormente tras haber hecho una profunda revisión bibliográfica en el campo de la psicología y la música, se decide tomar como muestra para la investigación a la totalidad de los integrantes de la banda sinfónica de Neiva y la banda sinfónica de Ibagué por cuestiones de practicidad, cercanía y porque son los perfiles musicales que más se acomodan a los criterios de inclusión de la investigación; De igual manera se seleccionan 59 sujetos no músicos de forma aleatoria de la ciudad de Neiva para tener una cantidad equiparable con la cual comparar los resultados.

Fase III

Una vez realizados las fases anteriores, se plantea como proyecto de investigación la aplicación del inventario de fortalezas y virtudes de carácter personal “VIA”, a los integrantes de ambas bandas sinfónicas (36 de la ciudad de Neiva y 30 de la ciudad de Ibagué), un total de 66 músicos y 59 sujetos NO músicos a los que también se les aplicara el instrumento con el objetivo de poder comparar los resultados.

Fase IV

Se realizara la aplicación del inventario de fortalezas y virtudes de carácter personales “VIA” a los músicos de la banda sinfónica del Huila y banda sinfónica de Ibagué estableciendo como lugar de encuentro las respectivas instituciones; se estima un total de 65 sujetos para la aplicación de esta. De igual manera se aplicara el inventario a la población NO musical.

Fase V

Para la tabulación de los datos se tendrá en cuenta que el inventario del inventario de fortalezas y virtudes de carácter personal VIA, evalúa un total de 23 fortalezas y 6 virtudes del total de los 240 ítems. Para la calificación de cada uno de ellos se debe otorgar un punto si la respuesta fue Muy diferente a mí, 2 puntos si la respuesta fue Algo diferente a mí, 3 puntos si la respuesta fue Ni parecido, ni diferente a mí, 4 puntos si la respuesta fue Algo parecido a mí y 5 puntos si la respuesta fue Muy parecido a mí.

Para realizar el análisis de esta información se usó el programa SPSS en su versión 15 donde se trabajó con estadísticas descriptivas: frecuencias, percentiles, porcentajes, recodificaciones.

Para lo anterior se definieron los niveles de “Muy alto”, “Alto”, “Medio”, “Bajo” y “Muy bajo” a criterio de los investigadores a través de procesamiento percentilar.

Fase VI

En un primer momento se mostrara un análisis sobre cada una de las Fortalezas de cada la población musical y no musical, posteriormente se hará el análisis de las virtudes. Finalmente se creara el perfil psicológico positivo de los integrantes de ambas bandas sinfónicas con las fortalezas y virtudes en las que hayan logrado resaltar por encima de la población no musical.

Variables

Las variables serán medidas de acuerdo a los siguientes criterios definidos a criterio de los investigadores por medio de un procesamiento percentiles:

Muy alto: Las personas que se encuentren en este nivel tendrán la fortaleza o la virtud muy desarrollada y por ende sus comportamientos se guiaran bajo dichas fortalezas o virtudes. Este nivel se definió por criterio un rango de puntaje entre 81-100.

Alto: Las personas que se encuentren en este nivel tendrán la fortaleza o la virtud muy desarrollada pero no lo suficiente para ser “Muy alto” y de igual manera sus comportamientos se guiaran bajo dichas fortalezas o virtudes. Este nivel se definió por criterio un rango de puntaje entre 61-80.

Medio: Las personas que se encuentren en este nivel de clasificación no tendrán la fortaleza o virtud desarrollada de una forma equitativa, es decir, en ocasiones orientaran sus comportamientos bajo dichas fortalezas o virtudes y en otras no. Este nivel se definió por criterio un rango de puntaje entre 41-60.

Bajo: Quienes se encuentren en este rango tiene la fortaleza o la virtud pero se ha desarrollado muy poco en esa persona. Este nivel se definió por criterio un rango de puntaje entre 21-40

Muy Bajo: Las personas ubicadas en este nivel presentan la fortaleza o virtud pero no se ha desarrollado. Este nivel se definió por criterio un rango de puntaje entre 0-20

Operacionalización de la variable Música – No músico.

Figura 1. La siguiente figura muestra la operacionalización de cada una de las variables que se incluyeron en esta investigación de acuerdo a las definiciones aportadas por Polania et. Al. (2010)

Operacionalización	variable	Operacionalización	Categoría	Operacionalización	Ítems
Población objeto de estudio de esta investigación.	Músico	El diccionario de la real academia de la lengua española define al músico como la persona que conoce el arte de la música o lo ejerce, especialmente como instrumentista o compositor (Real Academia Española, 2011)			
	No Músico	Persona que nunca ha ejercido el arte de la música, esto incluye no haber tocado ni interpretado ningún tipo de instrumento (musical), tampoco tiene conocimiento			

		de técnica vocal, ni de composición musical y no ha desarrollado el oído musical. (Olave, 2013)			
--	--	---	--	--	--

Operacionalización de la variable Salud mental, virtudes.

Figura 2. Esta figura define las variables concernientes a la salud mental en cuanto a virtudes de acuerdo a los postulado en el trabajo de Polania et.al (2010)

Operacionalización	variable	Operacionalización	Categoría	Operacionalización	Ítems
se define como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales,	Virtudes	La virtud se define como capacidades que pueden adquirirse a través de la voluntad, los cuales representan rasgos positivos de la personalidad.	Sabiduría y conocimiento	Fortalezas cognitivas que implican la adquisición y el uso del conocimiento. Dentro de las que se incluyen creatividad, curiosidad, mentalidad abierta, amor por el conocimiento y perspectiva.	

cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad.			Coraje	Fortalezas emocionales que implican la consecución de metas ante situaciones de dificultad, externa o interna. Comprende valentía, perseverancia, vitalidad y autenticidad	
			Humanidad	Fortalezas interpersonales que implican cuidar y ofrecer amistad y cariño a los demás. En las que figuran amabilidad, inteligencia social y amor	
			Justicia	Fortalezas interpersonales que implican cuidar y ofrecer amistad y cariño a los demás. En las que figuran amabilidad, inteligencia social y amor.	
	Virtudes				

			Moderación	Fortalezas que protegen contra los excesos. Compuesta de la Autorregulación, la prudencia, el perdón y la modestia.	
			Trascendencia	Fortalezas que forjan conexiones con la inmensidad del universo y proveen de significado la vida. Se encuentra apreciación de la belleza y la excelencia, gratitud, esperanza, humor y espiritualidad.	

Operacionalización de la variable Salud Mental, Fortalezas

Figura 3. Esta figura define las variables concernientes a la salud mental en cuanto a fortalezas de acuerdo a los postulados en el trabajo de Polania et. al. (2010)

Variable	Operacionalización	Categoría	Operacionalización	Ítems
Fortalezas	Una fortaleza es un rasgo, una característica psicológica que se presenta en situaciones distintas a lo largo del tiempo. Las fortalezas son los aspectos psicológicos que definen las virtudes, aquellas formas	Curiosidad e intereses por el mundo	Tener interés por lo que sucede en el mundo, encontrar temas fascinantes, explorar y descubrir nuevas cosas. La curiosidad implica participar de forma activa	1, 25, 49, 73, 97, 121, 145, 169, 193, 217.
		Juicio, pensamiento crítico y mente abierta	Pensar sobre las cosas y examinar todos sus significados y matices. No sacar conclusiones al azar, sino tras evaluar cada posibilidad. Estar dispuesto a cambiar las propias ideas en base a la evidencia.	3, 27, 51, 75, 99, 123, 147, 171, 195, 219
		Ingenio, originalidad, inteligencia y practica	Pensar en nuevos y productivos caminos y formas de hacer las cosas. Incluye la creación artística pero no se limita exclusivamente a ella.	4, 28, 52, 76, 100, 124, 148, 172, 196, 220

	distinguibles en las que se Manifiesta una virtud.	Perspectiva	Ser capaz de dar consejos sabios y adecuados a los demás, al encontrar caminos no sólo para comprender el mundo sino para ayudar a comprenderlo a los demás	6, 30, 54, 78, 102, 126, 150, 174, 198, 222
Fortalezas		Valentía	No dejarse intimidar ante la amenaza, el cambio, la dificultad o el dolor. Ser capaz de defender una postura que cree correcta aunque exista una fuerte oposición por parte de los demás, actuar según las propias convicciones aunque eso suponga ser criticado. Incluye la fuerza física pero no se limita a eso.	7, 31, 55, 79, 103, 127, 151, 175, 199, 229
		Perseverancia y diligencia	Terminar lo que se empieza. Persistir en una actividad aunque existan obstáculos. Obtener satisfacción por las tareas emprendidas y que consiguen finalizarse con éxito.	8, 32, 56, 80, 104, 128, 152, 176, 200, 224.
		Integridad, honestidad y autenticidad	Ir siempre con la verdad por delante, no ser pretencioso y asumir la responsabilidad de los propios sentimientos y acciones emprendidas.	9, 33, 57, 81, 105, 129, 153, 177, 201, 225

		Vitalidad y pasión por las cosas	Afrontar la vida con entusiasmo y energía. Hacer las cosas con convicción y así dar todo de uno mismo. Vivir la vida como una apasionante aventura, sintiéndose vivo y activo.	23, 47, 71, 95, 119, 143, 167, 191, 215, 239
Fortalezas		Amor, apego a la capacidad de amar y ser amado	Tener importantes y valiosas relaciones con otras personas, en particular con aquellas en las que el afecto y el cuidado son mutuos. Sentirse cerca y apegado a otras personas.	2, 26, 50, 74, 98, 122, 146, 170, 194, 218.
		Simpatía, amabilidad y generosidad	Hacer favores y buenas acciones para los demás, ayudar y cuidar a otras personas.	10, 34, 58, 82, 106, 130, 154, 178, 202, 226
		Inteligencia emocional	Ser consciente de las emociones y sentimientos propios como de los demás, saber cómo comportarse en las diferentes situaciones sociales, saber qué cosas son importantes para otras personas, tener empatía.	5, 29, 53, 77, 101, 125, 149, 173, 197, 221
		Ciudadanía, civismo, lealtad, trabajo en equipo	Trabajar bien dentro de un equipo o grupo de personas, ser fiel al grupo y sentirse parte de él.	12, 36, 60, 84, 108, 132, 156, 180, 204, 228

		Sentido de justicia y equidad	Tratar a todas las personas como iguales en consonancia con las nociones de equidad y justicia. No dejar que los sentimientos personales influyan en decisiones sobre los otros, al dar a todo el mundo las mismas oportunidades.	13, 37, 61, 85, 109, 133, 157, 181, 205, 229
Fortalezas		Liderazgo	Animar al grupo del que se es miembro para hacer cosas, así como reforzar las relaciones entre las personas de dicho grupo. Organizar actividades grupales y llevarlas a buen término.	14, 38, 62, 86, 110, 134, 158, 182, 206, 230
		Capacidad de perdonar y misericordia	Capacidad de perdonar a aquellas personas que han actuado mal, dándoles una segunda oportunidad, no siendo vengativo ni rencoroso	24, 48, 72, 96, 120, 144, 168, 192, 216, 240
		Modestia y humildad	Dejar que sean los demás los que hablen de uno mismo, no buscar ser el centro de atención y no creerse más especial que los demás.	21, 45, 69, 93, 117, 141, 165, 189, 213, 237
		Prudencia, discreción y cautela	Ser cauteloso a la hora de tomar decisiones, no asumiendo riesgos innecesarios ni diciendo o haciendo nada de lo que después se pueda arrepentir.	16, 40, 64, 88, 112, 136, 160, 184, 208, 232

		Autocontrol y autorregulación	Tener capacidad para regular los propios sentimientos y acciones. Tener disciplina y control sobre los impulsos y emociones.	15, 39, 63, 87, 111, 135, 159, 183, 207, 231
		Apreciación de la belleza, excelencia y capacidad de asombro	Saber apreciar la belleza de las cosas, del día a día, o interesarse por aspectos de la vida como la naturaleza, el arte, la ciencia.	17, 41, 65, 89, 113, 137, 161, 185, 209, 233.
Fortalezas		Gratitud	Ser consciente y agradecer las cosas buenas que pasan. Saber dar las gracias.	18, 42, 66, 90, 114, 138, 162, 186, 210, 234.
		Esperanza, optimismo y proyección hacia el futuro	Esperar lo mejor para el futuro y trabajar para conseguirlo. Creer que un buen futuro es algo que está en las propias manos conseguir.	19, 43, 67, 91, 115, 139, 163, 187, 211, 235
		Sentido del humor	Gustar de reír y gastar bromas, sonreír con frecuencia, ver el lado positivo de la vida.	22, 46, 70, 94, 118, 142, 166, 190, 214, 238
		Espiritualidad, fe y sentido religioso	Gustar de reír y gastar bromas, sonreír con frecuencia, ver el lado positivo de la vida.	20, 44, 68, 92, 116, 140, 164, 188, 212, 236

PLAN DE ANALISIS DE LOS RESULTADOS

El análisis de datos que se realizó es de tipo cuantitativo donde se codifican los datos y posteriormente se analizan con una prueba paramétrica, exactamente con la Prueba T de student para muestras independientes que permitió comparar los dos grupos (músicos y no músicos) en un mismo momento. Luego de tener la comparación de ambos grupos se procederá a construir el perfil psicológico de los integrantes de ambas bandas sinfónicas.

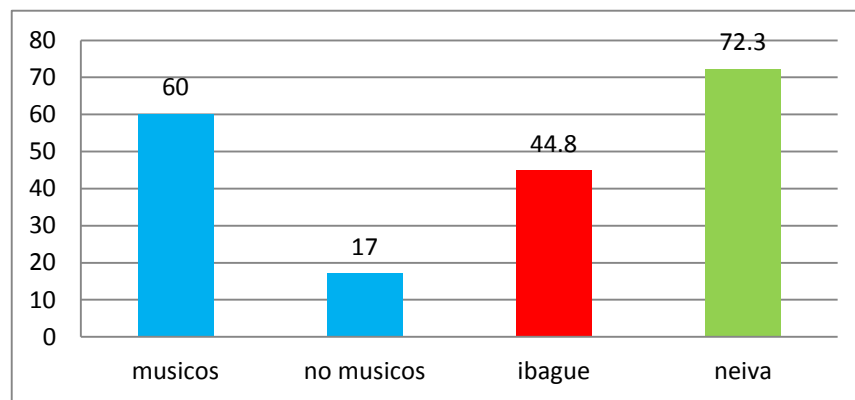


Figura 4. Trascendencia.

En la anterior grafica se evidencia que los músicos presentan trascendencia en un mayor porcentaje (60%), respecto a los no músicos (17%) lo cual indica que estos tienen más desarrollada dicha virtud, en cuanto a la ciudad los músicos de Neiva presentan una trascendencia (72,3%) más alta que la ciudad de Ibagué (44,8%), lo cual indica que son los músicos de Neiva quienes presentan mayor trascendencia.

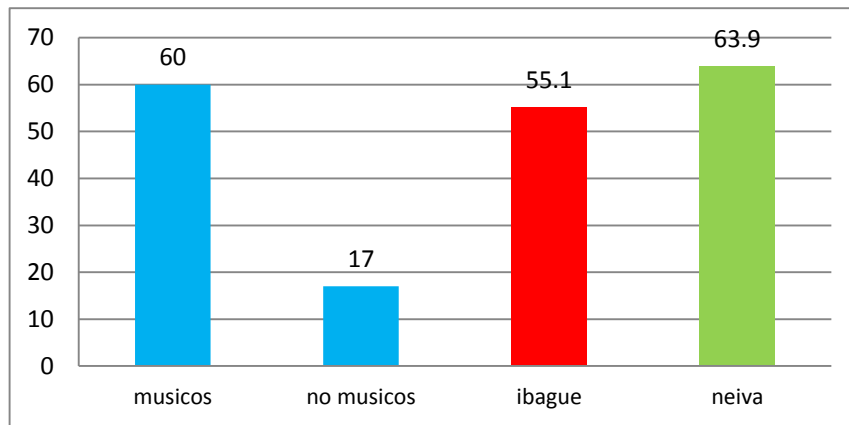


Figura 5. Justicia

La grafica muestra que los músicos presentan la justicia en mayor porcentaje (60%), que los no músicos (17%), lo que quiere decir que estos la tienen más desarrollada, con respecto a la ciudad las dos se encuentran con un porcentaje alto, presentando la ciudad de Neiva un porcentaje mayor (63,9%) lo cual deja a la vista una diferencia mínima entre las dos ciudades de 8,8%

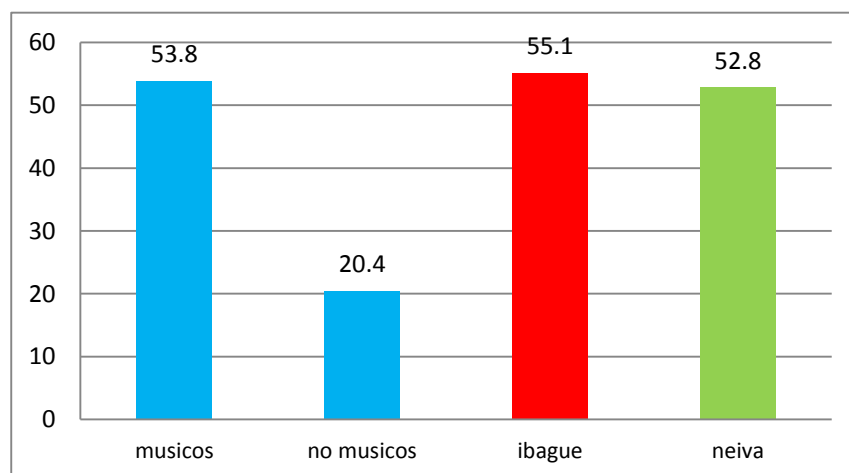


Figura 6. Curiosidad e interés por el mundo

En la gráfica se observa que los músicos tienen un porcentaje más alto (53,8%) respecto a los no músicos (20,4%) lo que indica que los primeros poseen un mayor desarrollo de curiosidad e interés por el mundo, las dos ciudades presentan un alto porcentaje sin embargo la que presenta más alto porcentaje en cuanto a esta, es Ibagué con un 55.1%, por tanto los músicos de Ibagué tienen más desarrollada dicha fortaleza.

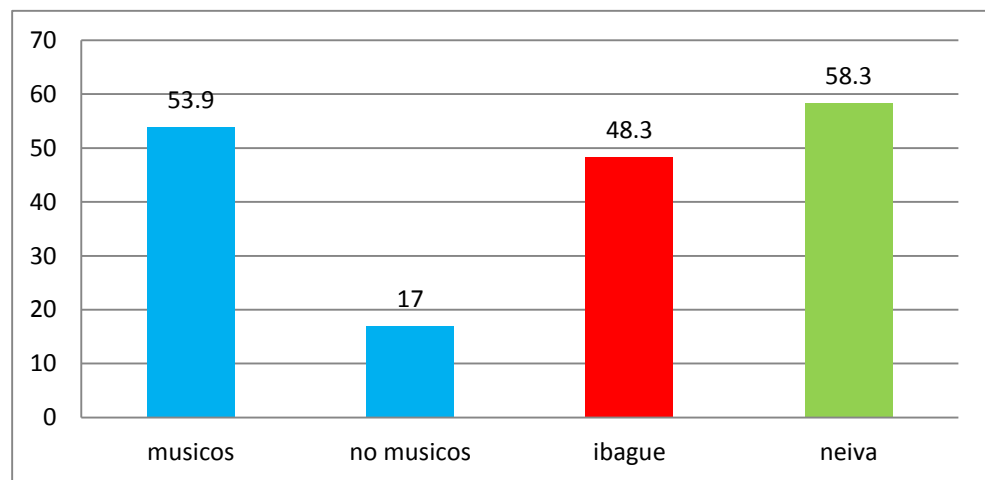


Figura 7. Juicio, pensamiento crítico y mente abierta

La tabla muestra que los músicos tienen más desarrollado el juicio, pensamiento crítico y mente abierta, (53,9%), respecto a los no músicos (17%). Y en la ciudad de Neiva es donde se observa una puntuación más alta (58,3%), en contraste de Ibagué (48,3%), lo cual representa una diferencia de 10% entre ellas, situando a Neiva con un desarrollo más alto de esta fortaleza.

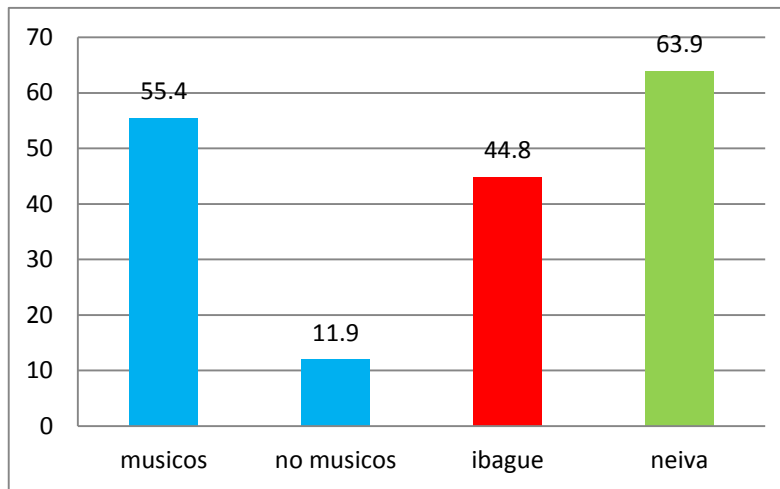


Figura 8. Ingenio, originalidad, inteligencia y practica

La tabla presenta que los músicos tienen más alto el ingenio, originalidad e inteligencia práctica (55,4%) a diferencia de los no músicos (11,9%) lo cual indica que los primeros tienen más desarrollada esta fortaleza. Y en la ciudad, los músicos de Neiva son los que muestran el mayor porcentaje en desarrollo de dicha fortaleza (63,9%).

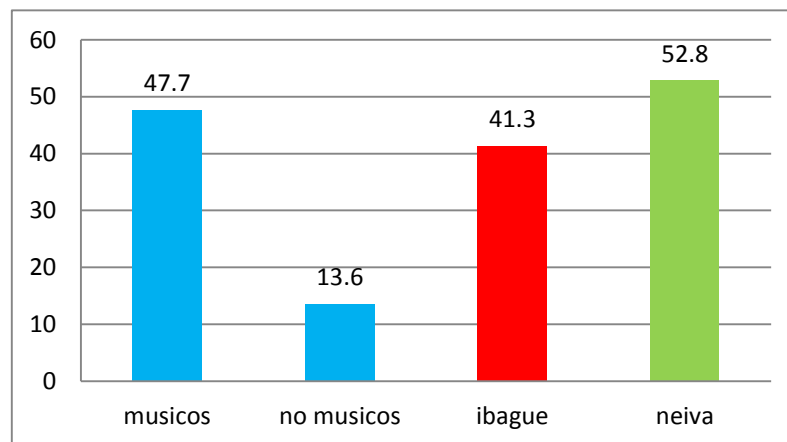


Figura 9. Perspectiva

Esta grafica presenta que los músicos tienen una perspectiva más alta (47,7%) en contraste con los no músicos (13,6%) lo cual indica que los músicos tienen más desarrollada esta fortaleza, ocupando los músicos de Neiva el lugar más alto (52,8%) en el desarrollo de esta.

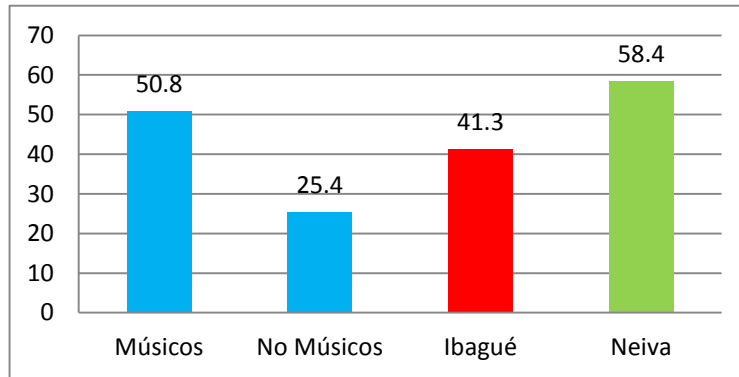


Figura 10. Valentía

Esta grafica muestra que los músicos presentan una Valentía más alta (50.8%) en comparación con los no músico (25.4%). Por consiguiente son los músicos de Neiva (58,4 %) tiene más desarrollado esta fortaleza en comparación con los músicos de Ibagué (41.3%)

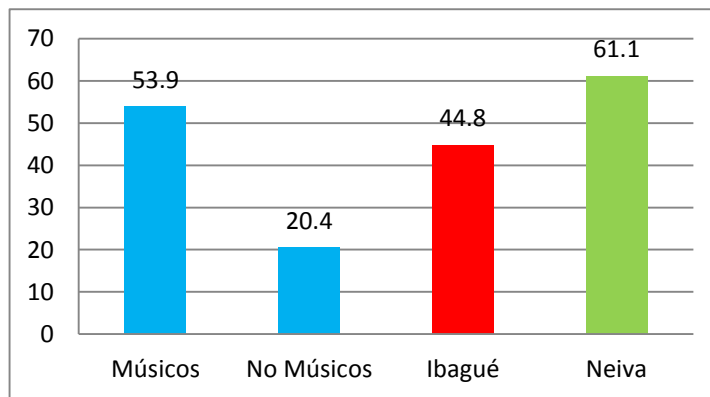


Figura 11. Perseverancia y diligencia

En esta grafica se puede evidenciar que los músicos de Neiva tiene un porcentaje más alto en cuanto el desarrollo de la perseverancia y diligencia (61,1%) en comparación con los músicos de Ibagué (44,8 %), lo cual indica que los músicos de Neiva tiene más desarrollada esta fortaleza. Igualmente el porcentaje más bajo de esta fortaleza lo presentan los no músicos (20,4%)

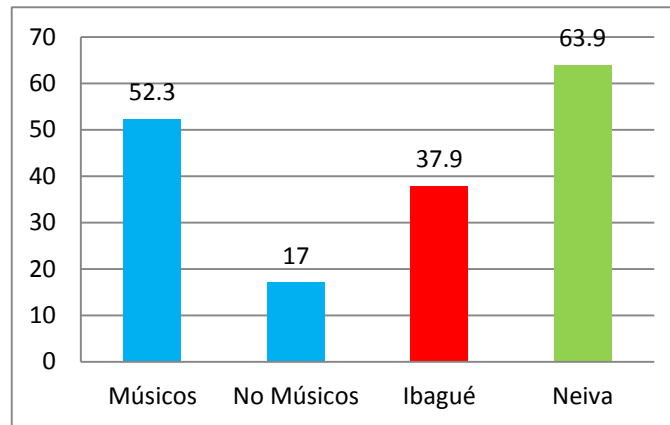


Figura 12. Integridad, honestidad y autenticidad

En esta grafica se puede observar que los no músicos presentan el más bajo porcentaje (17%) en el desarrollo de Integridad, honestidad y autenticidad en comparación a quienes presentan el porcentaje más alto que son los músicos de Neiva (63,9%).

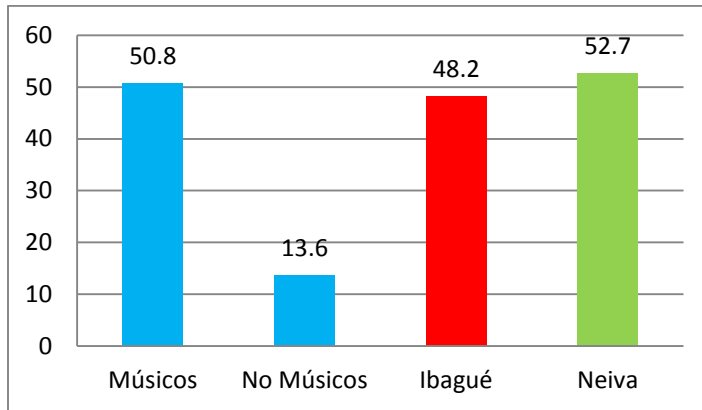


Figura 13. Vitalidad y pasión por las cosas

En esta grafica se puede observar que los de porcentajes entre los músicos de Neiva (52.7%) y los músicos de Ibagué (48.2%) es alta y la diferencia entre ellos es baja con un porcentaje de (4,5%). Adicionalmente se evidencia una bajo desarrollo de esta fortaleza en los no músicos (13,6%).

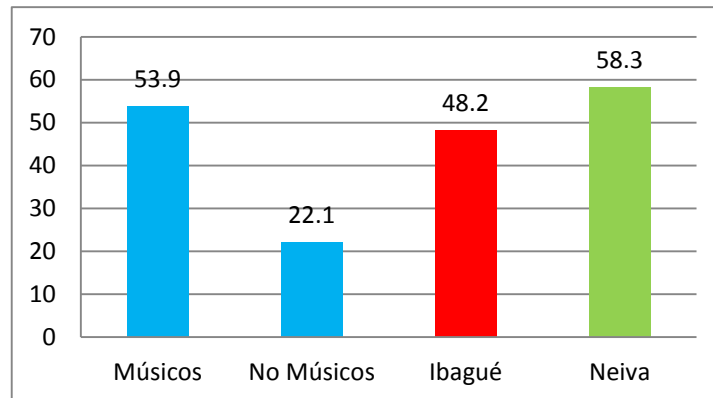


Figura 14. Amor, apego a la capacidad de ser amor

En esta grafica se puede resaltar que los músicos presentan la fortaleza de amor, apego a la capacidad de amar y ser amado en un porcentaje más alto de (53,9%) en comparación con los no músicos con un porcentaje de (22,1%).

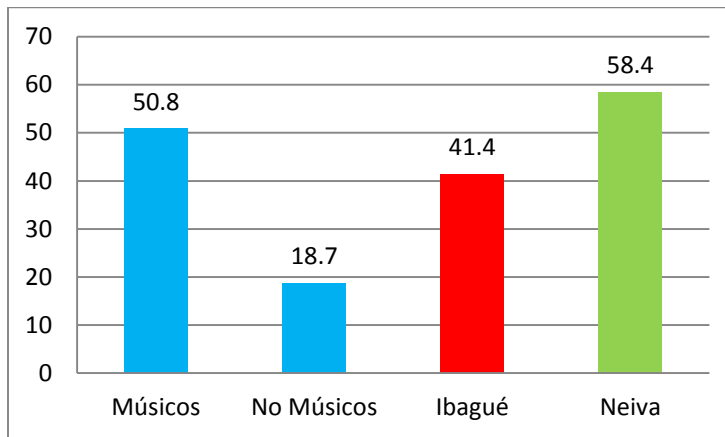


Figura 15. Simpatía, amabilidad y generosidad

En la gráfica se puede evidenciar que los músicos de Neiva presentan un mayor desarrollo de la fortaleza de simpatía, amabilidad y generosidad con un porcentaje de (58,4%) en comparación con lo músicos de Ibagué que presentan un (41,4%).

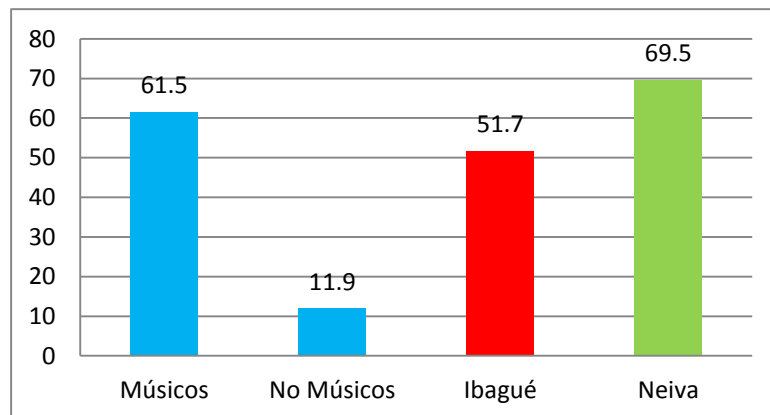


Figura 16. Inteligencia emocional

En esta grafica se observa que los no músicos presentan el más bajo porcentaje en el desarrollo de Inteligencia emocional de un (11,9%) y los músicos de Neiva presentan el más alto porcentaje (69,5%)

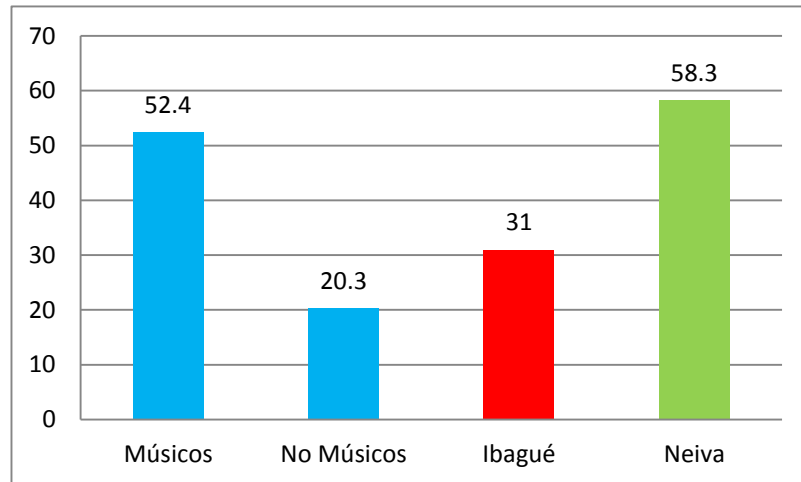


Figura 17. Ciudadanía, civismo, lealtad, y trabajo en equipo

En esta grafica se evidenciar que los porcentajes más bajos en el desarrollo de esta fortaleza pertenece a los no músicos con un porcentaje de (20,3%) y a los músicos de Ibagué con un porcentaje del (31%).

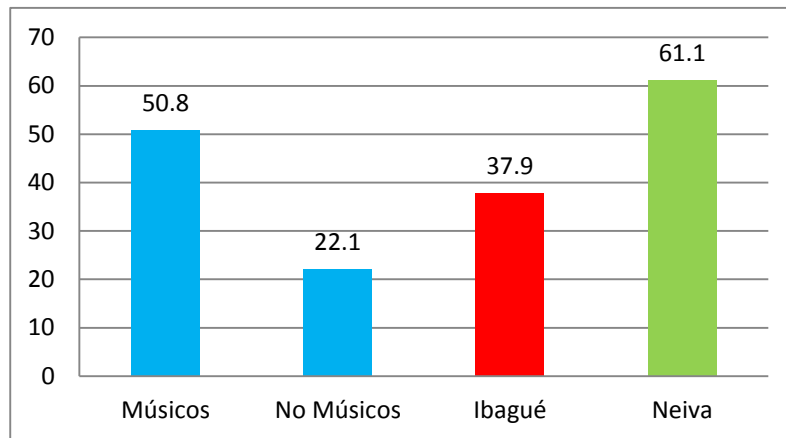


Figura 18. Sentido de Justicia y equidad

En esta grafica se puede observar que el porcentaje más alto en esta fortaleza es de los músicos de Neiva con un porcentaje de (61,1%) y el porcentaje más bajo es de los no músicos con un porcentaje de (22,1%).

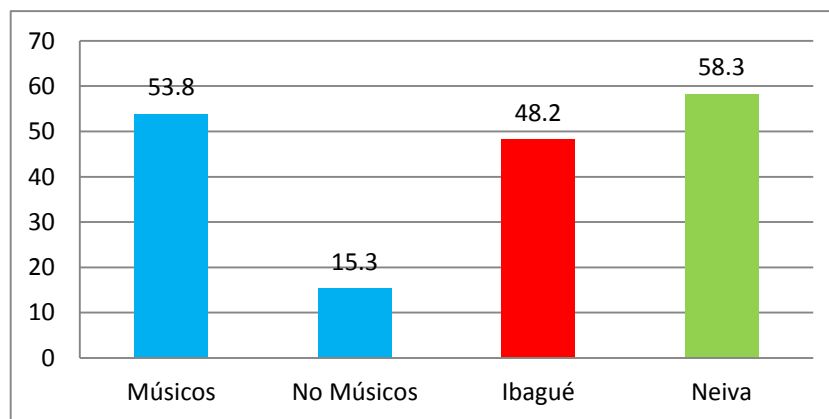


Figura 19. Liderazgo

En esta grafica se puede evidenciar que los músicos tienen desarrollada más la fortaleza de liderazgo con un porcentaje de (53,8%) y los no músicos presentan la fortaleza pero menos desarrollado con un porcentaje de (15,3%)

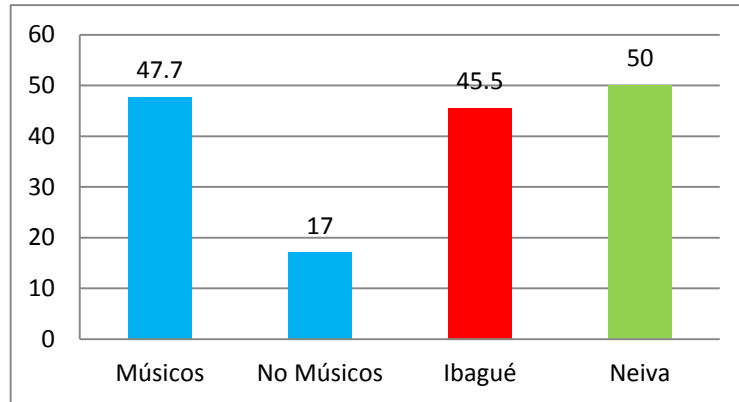


Figura 20. Capacidad de perdonar y misericordia

En esta grafica se puede evidenciar que la diferencia entre los músicos de Ibagué y los músicos de Neiva es mínima, con una diferencia de (4,5%) sin embargo los músicos de Neiva son los que tienen más desarrollada la capacidad de perdonar y misericordia.

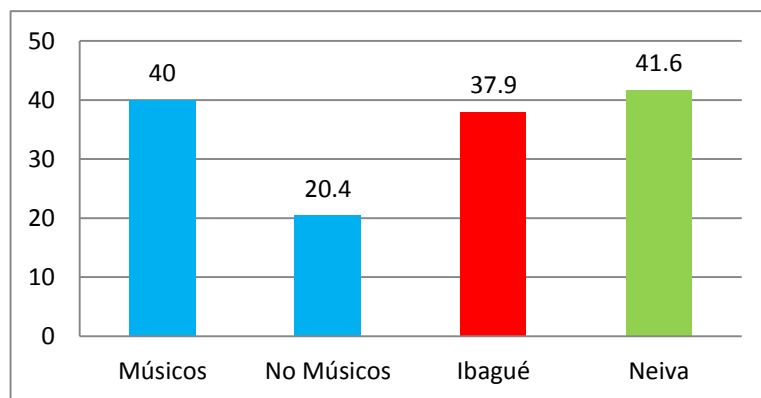


Figura 21. Modestia y humildad

En esta grafica se puede observar que los músicos (40%) duplican el porcentaje de desarrollo de la fortaleza modestia y humanidad con respecto a los no músicos (20,4%), con una diferencia de (19,6%) entre ellos.

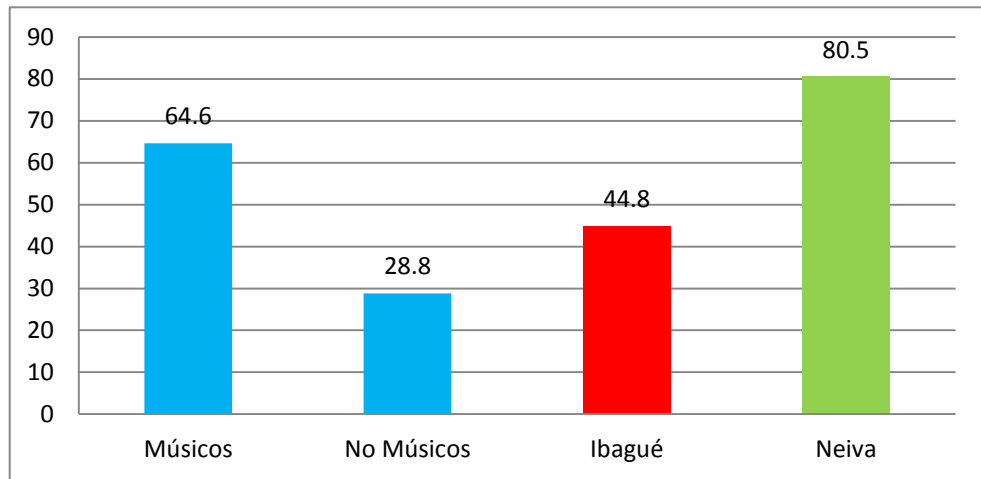


Figura 22. Prudencia discreción y cautela

Esta grafica indica el nivel de desarrollo de la fortaleza de Prudencia, discreción y cautela, se puede ver como los músicos presentan un 64.6% mientras que los no músicos un 28.8% lo que indica que los músicos tienen mayormente desarrollada esta fortaleza y los no músicos un bajo desarrollo de la misma. En relación con la ciudades se puede ver que los músicos de Neiva tienen un 80.5% frente a un 44.8% de los de Ibagué, es decir que los de Neiva presentan un nivel de desarrollo superior a los de Ibagué.

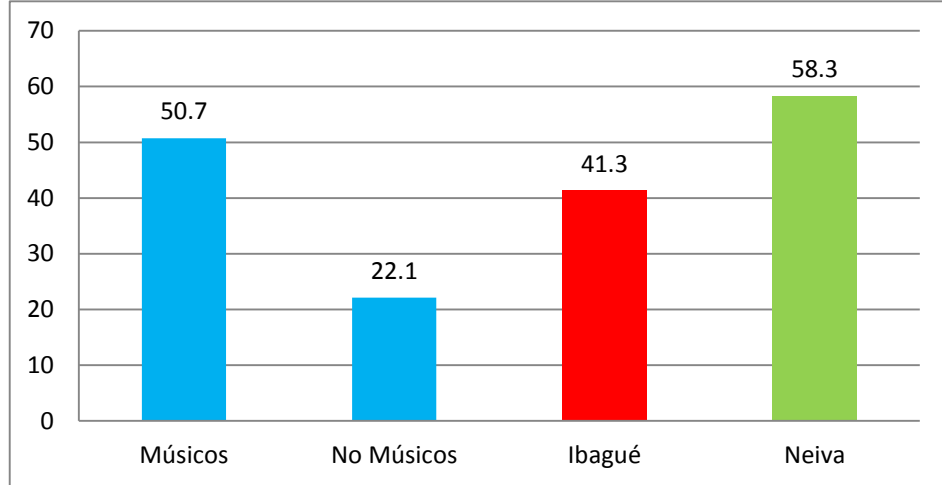


Figura 23. Autocontrol y autorregulación

La anterior grafica demuestra el desarrollo de la fortaleza de Autocontrol y autorregulación, los músicos cuentan con un 50.7% frente a los no músicos con un 22.1% lo que demuestra que los músicos tienen un mayor nivel de desarrollo de dicha habilidad. En cuanto a las ciudades se puede ver que los músicos de Neiva tienen un 58.3% de esta habilidad más desarrollada frente a los músico de Ibagué que solo cuentan con un 41.3%

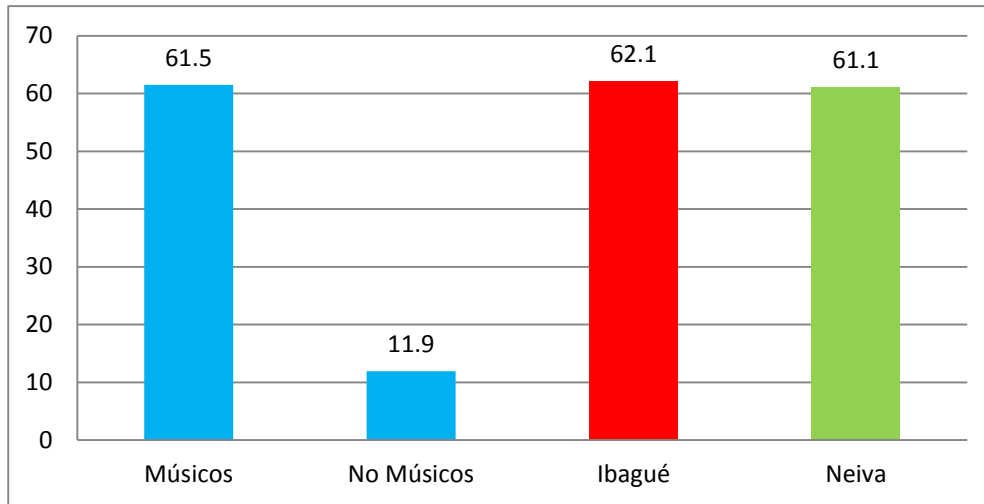


Figura 24. Apreciación de la belleza, excelencia y capacidad de asombro

Esta grafica no muestra que el desarrollo de la fortaleza de Apreciación de la belleza, excelencia y capacidad de asombro se encuentran en porcentajes, muy semejantes, ya que el total de los músicos, los músicos de Neiva y los músicos de Ibagué presentan un 60% de desarrollo de dicha habilidad, en cuanto a los no músicos se puede observar que el desarrollo de esta fortaleza es muy minino ya que solo cuenta con un 11.9%.

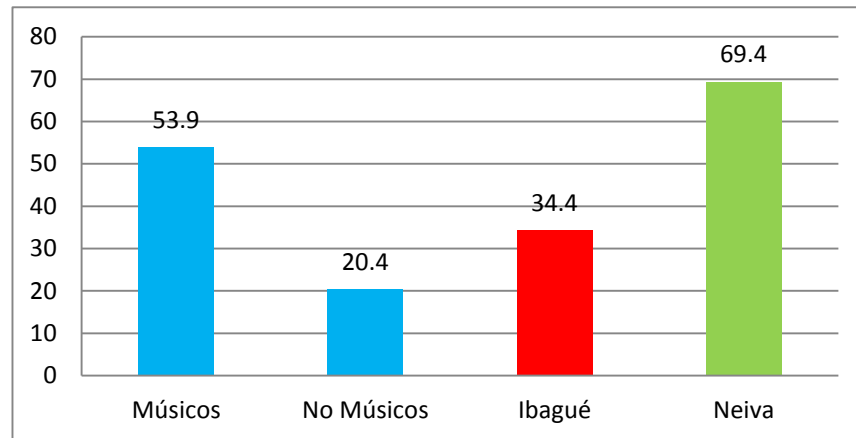


Figura 30. Gratitud

En la anterior graficas se evidencia que en esta fortaleza los músicos tienen un 53.9% y los no músicos un 20.4% lo cual indica que esta fortaleza esta baja en los dos sin embargo los músicos presentan un porcentaje más alto, respecto a los no músicos. En cuanto a las ciudades la ciudad de Neiva presenta un 69.4% e Ibagué con un 34.4% lo que quiere decir que los músicos de la ciudad de Neiva tienen más alta esta fortaleza en contraste con los de Ibagué.

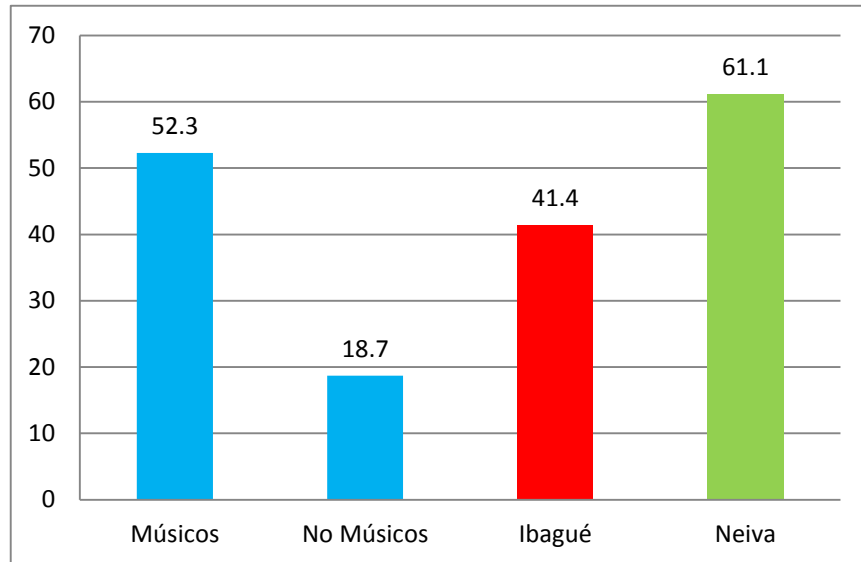


Figura 25. Esperanza, optimismo y proyección hacia el futuro

En esta grafica podemos observar que los músicos tienen 52.3% más desarrollada esta fortaleza respecto a los no músicos con 18.7% y con respecto a la ciudades Neiva está por encima de la ciudad de Ibagué con un 61.1% en contraste con 41.4%, lo cual indica que los músicos de Neiva tienen más desarrollada esta fortaleza.

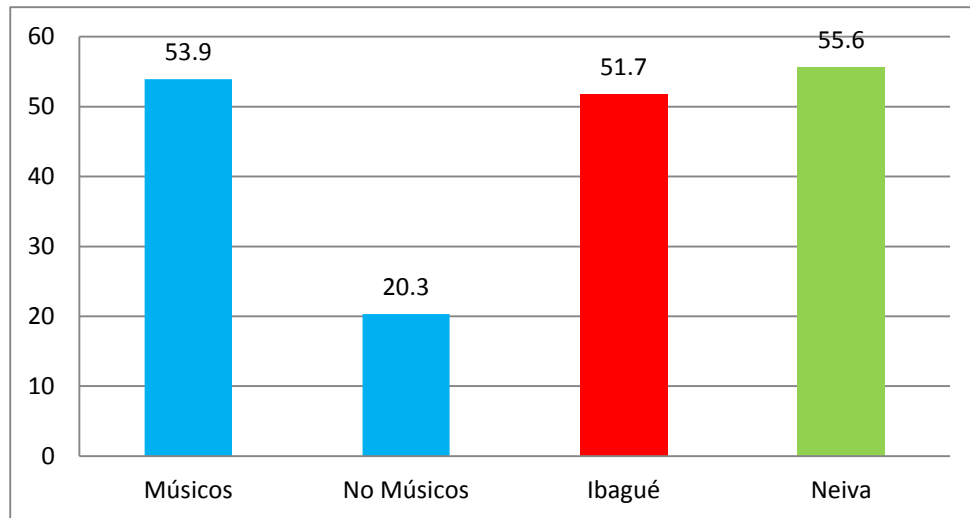


Figura 26. Sentido del humor

En la anterior grafica se muestran los resultados de la fortaleza sentido del humor, en los músicos este se encuentra altamente desarrollado con un 53,9% en contraste con los no músicos con un 20,3% que tienen un bajo desarrollo de esta fortaleza, de acuerdo a la gráfica en la ciudades las dos tienen un alto porcentaje, sin embargo los músicos de la ciudad de Neiva tienen más alto con un 55.6% en contraste de Ibagué 51.7%.

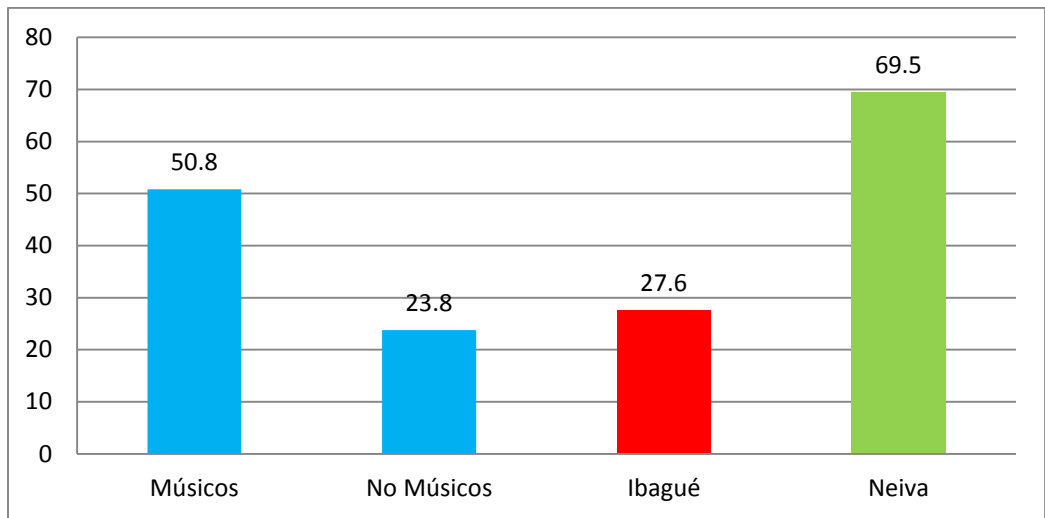


Figura 27. Espiritualidad, fe y sentido religioso

Respecto a esta grafica podemos observar que la fortaleza de Espiritualidad, fe y sentido religioso se evidencia baja en los dos, pero los músicos con un porcentaje de 50.8% la tienen más alta con respecto a los no músicos con 23.8%. En cuanto a las ciudades, los de Ibagué presentan baja esta fortaleza 27.6% en contraste con los de Neiva que la presentan más alta, con un 69.5%.

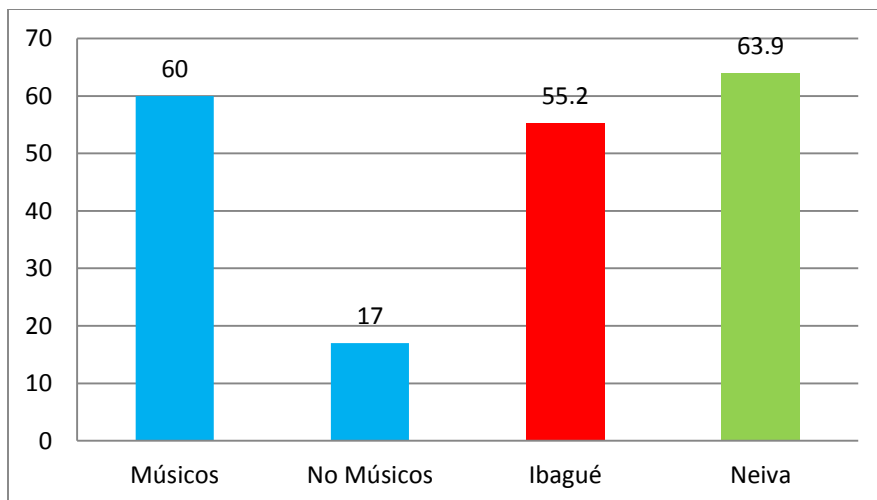


Figura 28. Sabiduría y conocimiento

La grafica anterior nos indica el desarrollo presentando por los participantes de la investigación de la virtud de Sabiduría y conocimiento, se evidencia que los músicos tienen un 60% y los no músicos un 17% lo que muestra que los músicos tienen un alto desarrollo de esta virtud, superior a la de no músicos. Referente a las ciudades se puede observar que la ciudad de Neiva tiene un 63.9% comparado con la ciudad de Ibagué con un 55.2% lo que comprueba que las ambas ciudades presentan un alto desarrollo en la virtud de Sabiduría y conocimiento

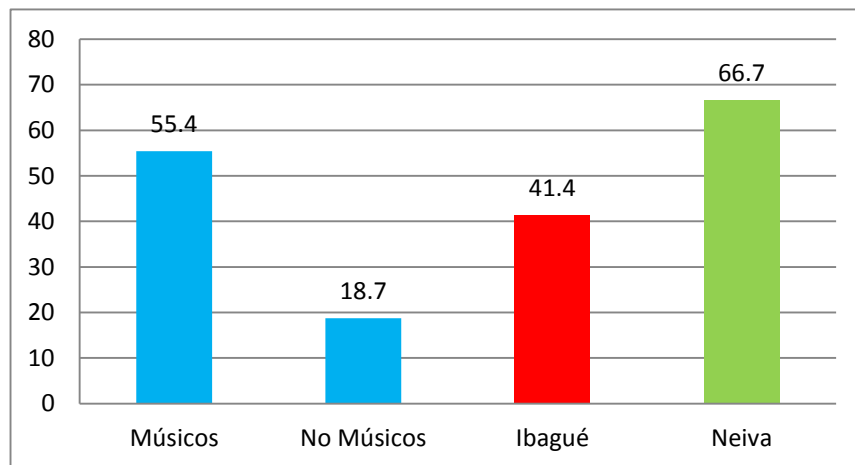


Figura 29. Coraje

En cuanto a la Virtud del Coraje, esta tabla muestra como el total de los músicos tiene un 55.4% y los no músicos tan solo un 18.7% por tanto se puede decir que los Músicos tienen un Coraje más desarrollado que los no músicos. Referente a las ciudades, se puede observar a los músicos de Neiva con un 66.7% y a los de Ibagué con un 41.4% es decir que, los Músicos de la ciudad de Neiva presentan mayor

desarrollo de la virtud del coraje, sin embargo los músicos de Ibagué también presentan un nivel de desarrollo alto.

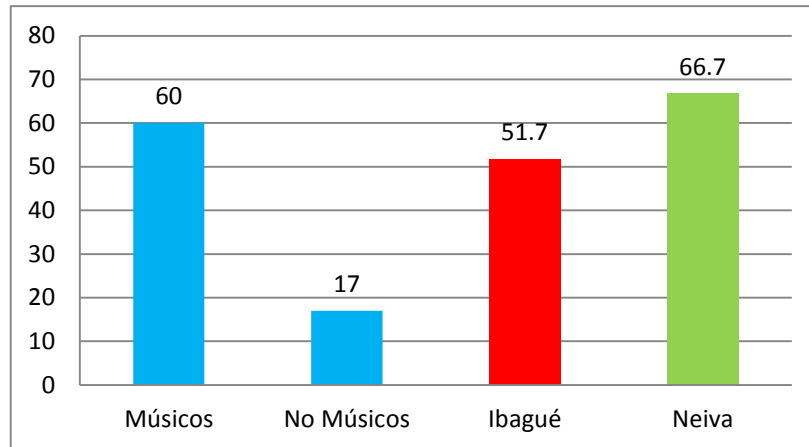


Figura 30. Humanidad

En la anterior grafica se puede ver que los Músicos cuentan con un 60% de la virtud de Humanidad en contraste con los no músicos con un 17%, lo que indica que los un alto desarrollo de la virtud mencionada a diferencia de los no músicos que presentan un desarrollo inferior. Entretanto la ciudad de Neiva presenta un 66.7% de la virtud de Humanidad mientras que la de Ibagué un 51%, se puede decir que los músicos de ambas ciudades tienen esta virtud desarrollada.

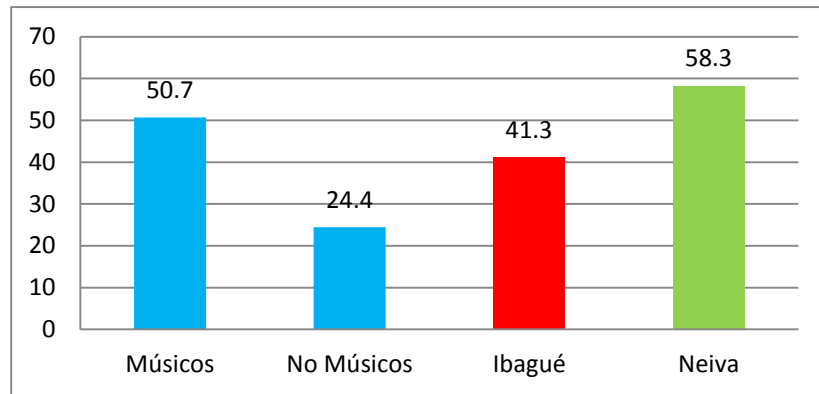


Figura 31. Moderación

En esta grafica se puede evidenciar que los músicos presentan La virtud de Moderación con un 50.7% y los no músicos con un 24.4% por lo tanto los Músicos presentan esta virtud en más desarrollo que los no músicos. En cuanto a la ciudades, se puede observar que la ciudad de Neiva tienen un 58.3% mientras que los de la ciudad de Ibagué cuentan con un 41.3%, es decir que los músicos de Neiva tienen más desarrollada esta virtud en comparación con los músicos de Ibagué.

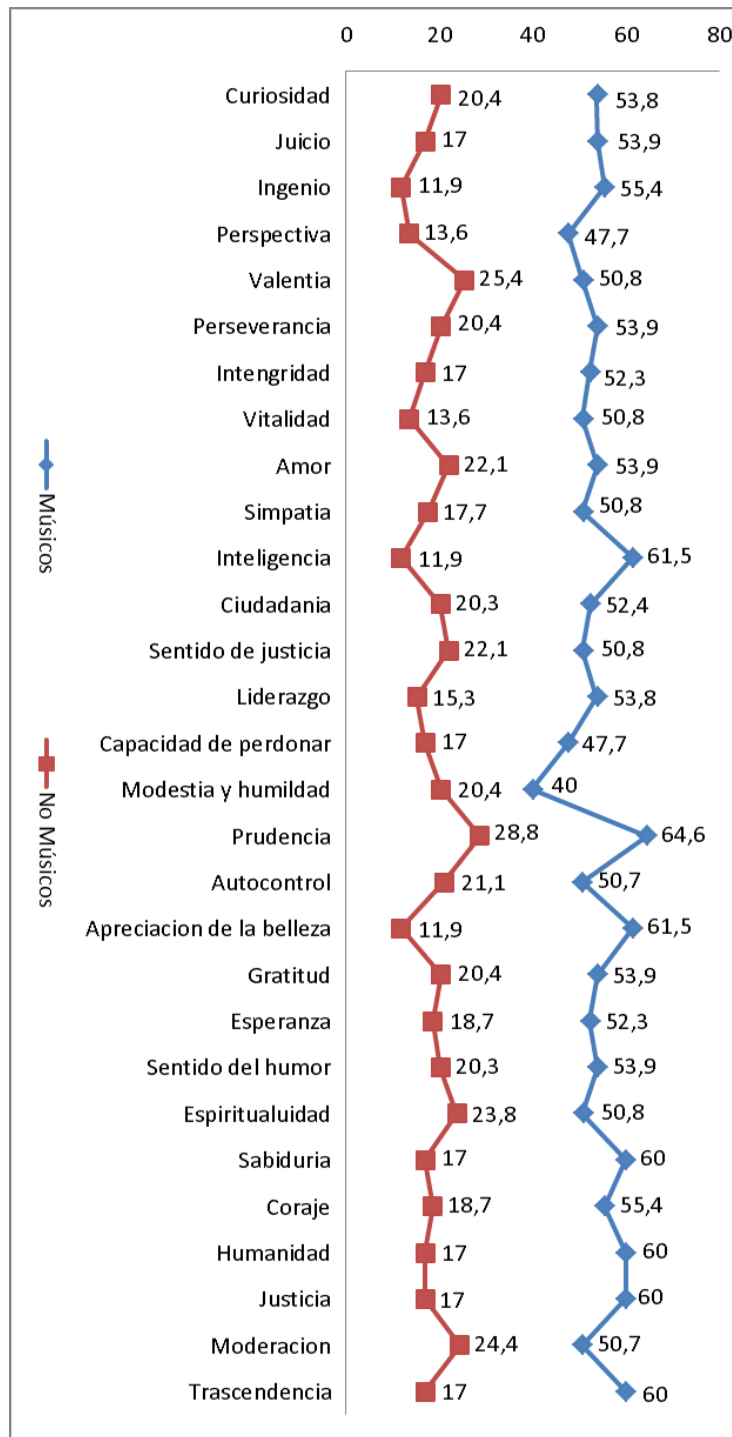


Figura 32. Perfil psicológico positivo Músicos y no músicos

no músicos

En base a la anterior figura 38, se puede observar que existen diferencias estadísticas importantes entre los dos perfiles, en absolutamente todas las virtudes y fortalezas los

músicos tienen mayor puntuación que los no músicos. Lo cual nos puede decir que los músicos cuentan con virtudes y fortalezas en un alto porcentaje con respecto a los no músicos.

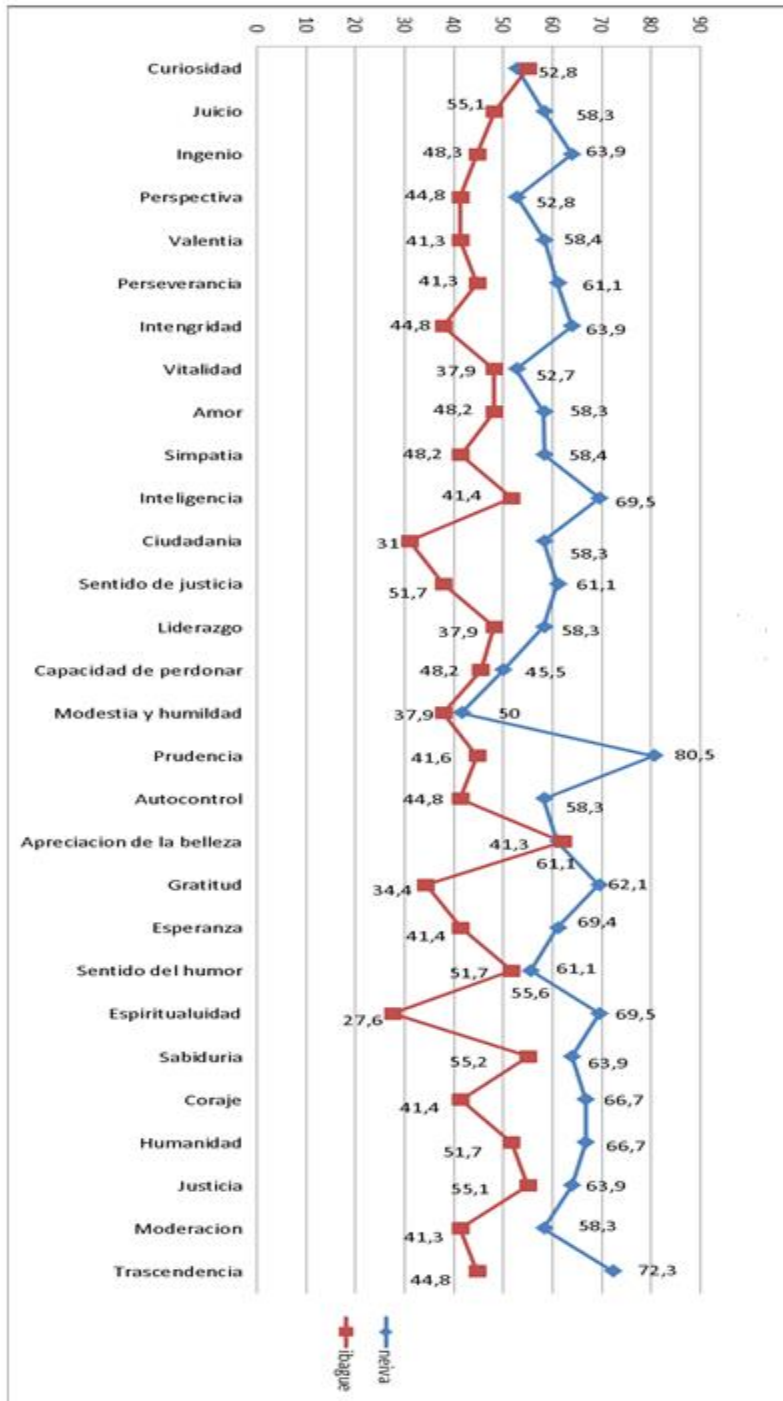


Figura 33. Perfil psicológico Músicos, Neiva e Ibagué

En base a la figura 39, se puede decir que existen datos agrupados con porcentajes altos entre los dos perfiles presentados, músicos Neiva y músicos Ibagué. Las virtudes espiritualidad, prudencia y trascendencia se evidencia una diferencia estadística significativa, la cual puede generar una hipótesis con respecto a la edad, debido a que esta variable no fue controlada.

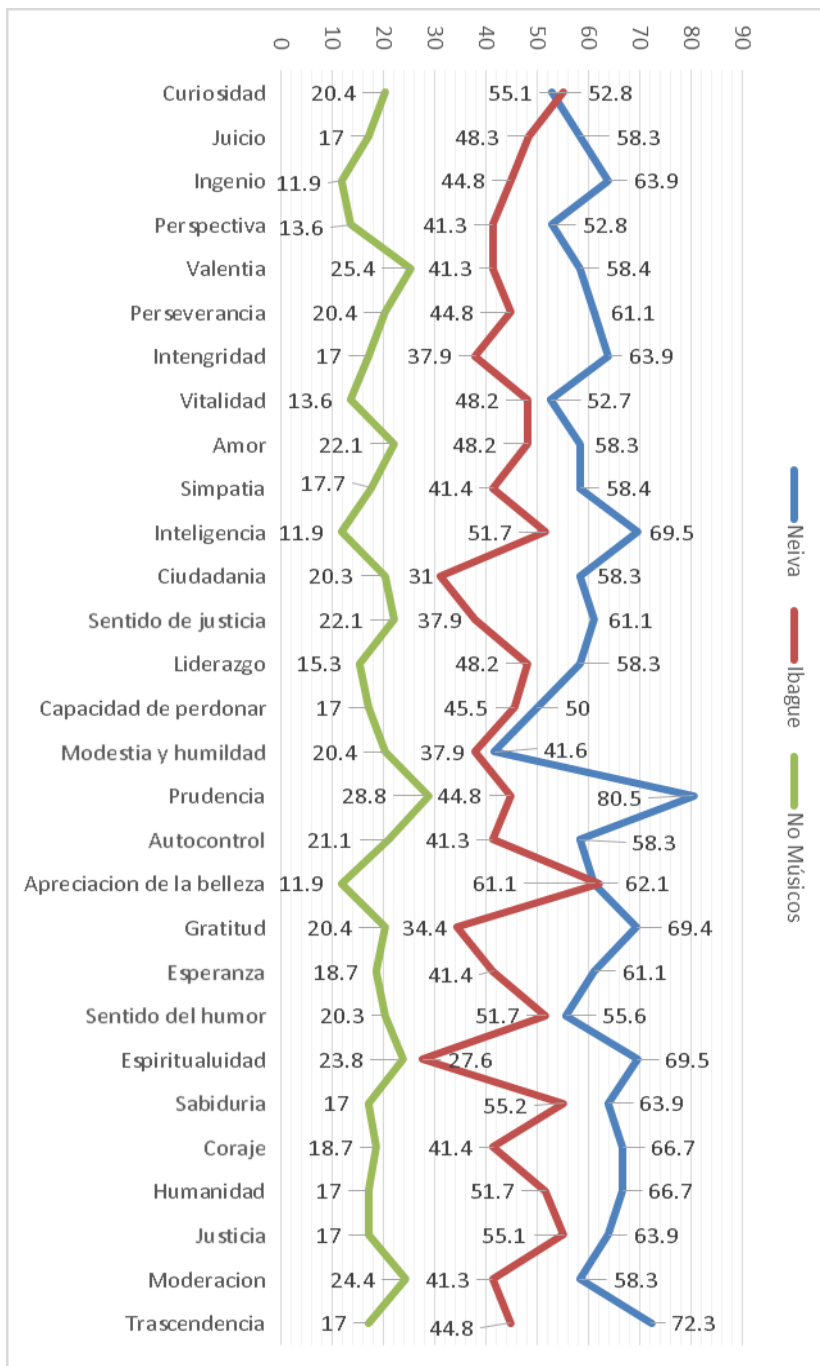


Figura 40. Perfil músicos Neiva e Ibagué y no músicos.

Figura 34: Perfil psicológico positivos, músicos Neiva e Ibagué y no músicos.

en esta figura se puede ver que existen datos con porcentajes altos entre los dos perfiles, músicos Neiva y músicos Ibagué. Los no músicos presentan porcentajes bajos con respecto a los músicos. Se puede apreciar que existen diferencias estadística significativa, que indica que los músicos tienen mayor desarrollo en las fortalezas y virtudes que los no músicos.

DISCUSIÓN

La presente investigación elaboró tres perfiles psicológicos positivos; integrantes de la banda sinfónica de Neiva, integrantes de la banda filarmónica de Ibagué y un perfil psicológico positivo de una muestra de la población no musical; con el fin de poder hacer una comparación entre los grupos estudiados mediante dichos perfiles. Para lograr este objetivo se aplicó el inventario VIA con el fin de identificar las fortalezas y las virtudes del grupo investigado.

Los resultados presentados en esta investigación presentaron una alta confiabilidad con un índice Alpha de Cronbach de 0,99 coincidiendo con el índice de confiabilidad de la validación original realizada en el departamento del Huila que puntuó sobre 0,97 de Alpha de Cronbach, esto permite ver que tanto la prueba como la aplicación presentan un alto grado de confiabilidad en sus resultados.

A partir de lo anterior se pudo corroborar la perspectiva positiva de la psicología donde se plantean tres objetivos “la psicología debe ocuparse tanto de las debilidades humanas como sus fortalezas, debe estar ocupada para construir, fortalecer y en como reparar daños, interesada en mejorar cosas de la vida y debe estar tan interesada en hacer plena la vida de las personas normales, estimulando sus talentos” (Seligman.et.al., 2004)

Se hizo énfasis en esta investigación en las fortalezas y virtudes humanas, especialmente las de los músicos, donde se aporta a la psicología otra investigación al

estudio de perfiles de salud mental positiva como un medio para diferenciar culturalmente los factores positivos que poseen los diversos ambientes donde se desarrollan los individuos.

Por consiguiente como la psicología positiva pretende potenciar las cualidades del ser humano con el fin de propiciarle una mejor calidad de vida, los valores de una persona y sus objetivos median entre los hechos externos y como se vive la experiencia, y en ese sentido las fortalezas pueden promover múltiples efectos deseables que contribuyen eficazmente al bienestar y a una vida más plena (Marti, 2006). Corroborando lo anterior se puede decir que los integrantes de las bandas sinfónicas, objeto de estudio de esta investigación al tener mayor desarrollo de estas fortalezas y virtudes. Teniendo en cuenta lo dicho por Seligman (TED en conferencia Seligman, 2004) se puede decir que la población musical de esta investigación cuenta con mejores estilos de vida en la medida que se adaptan mejor a situaciones de crisis, solucionar problemas con mayor facilidad, reducir sus emociones negativas, canalizar las positivas para su beneficio y tener una mayor de resiliencia lo cual les genera un mayor bienestar emocional.

Dalia (2012), licenciado en psicología, especializado en la interpretación musical y psicología clínica de la Universidad de Valencia en España ha realizado diferentes estudios con población musical en su país y los resultados le han arrojado que hay diferencias importantes entre las cualidades representativas entre grupos de músicos y los que no ejercen este oficio, ya que finalmente las características tienden a asemejarse entre participantes de una misma profesión. A partir de esto se pudo

corroborar que al igual que Dalia la actual investigación demostró que los grupos de músicos comparten el desarrollo de fortalezas y virtudes en una magnitud similar por el hecho de ejercer esta profesión y que difiere significativamente del desarrollo de dichas fortalezas en la población no musical.

Los resultados han demostrado que las fortalezas y las virtudes de los músicos del Huila y de Ibagué se encuentran en mayor desarrollo que las de las no músicos, pero es importante resaltar que los resultados de los músicos de Neiva fueron más altos que los de los músicos de Ibagué, una posible razón de este hecho es que la prueba que se utilizó para ambas poblaciones (VIA) fue validada en el Huila y no en el Tolima, otro factor a tener en cuenta para las variaciones que presentaron los resultados, fue las diferencias de edades que presentaron ambas poblaciones, por lo cual, las personas de mayor edad se encontraron en la ciudad de Neiva y llevaban más años ejerciendo la música que los de corta edad; lo que pudo haber influido en los resultados respecto a ambas poblaciones musicales.

RECOMENDACIONES

Controlar para futuras investigaciones la variable edad, teniendo en cuenta los años de ejecución que cada persona lleva en la profesión u oficio, ya que esto puede llegar a influir de manera determinante en los resultados de la investigación.

Realizar estudios donde se pueda llegar a determinar si los cambios anatómicos que presentan los músicos a nivel cerebral, puedan estar relacionados directamente con desarrolla fortalezas y virtudes.

Realizar investigaciones en el campo de la psicología positiva, orientadas a resaltar las virtudes y fortalezas; y las herramientas que estas brindan al individuo, para el mejoramiento de su calidad de vida.

Realizar una segunda fase del estudio donde en cada departamento de Colombia recoja la información necesaria para crear perfiles psicológicos positivos de la población musical a nivel nacional.

Las instituciones educativas deberían intensificar su formación en el campo musical con el fin que desde la infancia se empiecen a desarrollar y potencializar las fortalezas y virtudes propias de personas que ejercen el oficio de la música, de manera que se generen herramientas para el mejoramiento de la calidad de vida de los individuos.

Las bandas sinfónicas del Huila y de Ibagué, deberían contribuir al aumento de la conducta de la práctica musical a través de la formación de los individuos en el

área, desde más temprana edad, ya que la experiencia se puede encontrar directamente relacionada con un mayor desarrollo de fortalezas y virtudes.

CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta los hallazgos encontrados se cumplen los objetivos generales al identificar las diferencias entre perfiles de los integrantes de la banda sinfónica departamental del Huila y los integrantes de la banda sinfónica de Ibagué, adicionalmente el perfil de una población no musical. La comparación de los perfiles de esta investigación muestra que los músicos de la banda sinfónica de Neiva e Ibagué presentan mayor desarrollo de las virtudes y fortalezas con respecto a una muestra de personas no músicos.

Los perfiles arrojaron como resultado que los músicos tienen mayor porcentaje respecto a las virtudes y fortalezas en comparación con la muestra de no músicos, y los músicos de la banda sinfónica departamental del Huila tienen mayor porcentaje en veintidós de las veintitrés virtudes y fortalezas según el perfil psicológico positivo realizado.

Teniendo en cuenta lo anterior, los resultados de este estudio permiten dar una nueva visión tanto en el campo de la psicología positiva, como en el campo musical, en la medida que proporciona nuevos conocimientos con las bases necesarias para nuevas investigaciones en estos campos, porque se deja evidencia de que existen diferencias significativas.

ANEXOS

ANEXO A. INVENTARIO DE VIRTUDES Y FORTALEZA DE CARÁCTER PERSONALES “VIA” (INSTRUCCIONES)

A continuación encontrará una plantilla en la cual contiene los siguientes elementos:

Una casilla que contiene el **NÚMERO** al que corresponde cada ítem, posteriormente encontrará el **ÍTEM** original de la prueba y seguido a esto, encontrará las casillas **S** y **N**, marque **S** si considera que el ítem debe ser contextualizado (entendido este término como la relación que se establece entre el lenguaje manejado en la prueba y el departamento (Huila) al cual se pretende aplicar “Departamento del Huila”, marque **N** cuando considere que el ítem no requiere contextualización.

Ahora bien, cuando marque **S** deberá colocar, en la casilla de **RECOMENDACIONES**, algunas sugerencias que tenga o comentarios acerca de cómo debería quedar redactado la cuestión, cabe anotar que la modificación debe ser únicamente de tipo léxico, usando palabras que se utilicen en el contexto Huilense, pero conservando su significado.

En los apartados 1 y 2 encontrará el título del cuestionario y las instrucciones del cuestionario respectivamente; estas son tomadas de la prueba original y han sido traducidas al español. Al igual que con los ítems necesitamos su opinión acerca de su contextualización a la población escogida y si es así cual sería la más adecuada. Al final, en el último apartado también encontrará los estilos de respuesta en una escala

tipo likert correspondientes a cinco opciones, con lo cual usted deberá hacer el mismo procedimiento.

Al contestar tenga en cuenta lo siguiente:

- Diligenciar en primera instancia los datos de la parte superior del formato.
- Piense detenidamente su respuesta de acuerdo a los ítems que se le presentan, aunque evite emplear mucho tiempo en decidirse.
- Procure no dejar ninguna cuestión sin contestar, esto afectaría la validez de la aplicación.
- Conteste de una manera clara, sincera y sencilla de acuerdo a sus conocimientos y a lo que usted opina.

Cuando se le indique, empiece a contestar el primer apartado en la parte superior de este instrumento.

ANEXO B. CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____

identificado(a) con CC. No _____,

manifiesto que he sido bien informado(a) sobre los objetivos y procedimientos utilizados en el estudio de investigación "PERFIL PSICOLOGICO POSITIVO DE LOS INTEGRANTES DE LA BANDA SINFONICA DEPARTAMENTAL DEL HUILA Y ORQUESTA SINFONICA DE IBAGUE" la cual se adelanta por un grupo de estudiantes del semillero de investigación en Psicología Positiva del Programa de Psicología de la Universidad Surcolombiana.

Mediante el actual documento autorizo a los representantes de la investigación para que se me aplique el inventario de virtudes y fortalezas de carácter personales, consiento igualmente para que esa información sea analizada y publicada exclusivamente como parte de la investigación señalada anteriormente, siendo enterado(a) de que la participación en dicha investigación no representa ningún riesgo para mi integridad, pues según el artículo 11 de la resolución 0008430 de 1993, porta cual se establecen las condiciones académicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud y atendiendo a lo

planteado en su TITULO 21 DEL CAPITULO 1, relacionado con la investigación en seres humanos en los aspectos éticos.

De igual manera esta información deberá hacer parte del sigilo profesional y la reserva de mi identidad además contare permanentemente y durante el desarrollo de mi estudio con la opción de retirar mi consentimiento en el momento que yo lo desee, como también existe el compromiso de hacerme conocedor(a) de los resultados de la investigación en el momento en que yo así lo solicite.

FIRMA: _____

CC. _____

ANEXO. C Por favor responda a las siguientes preguntas:

Nombres y

apellidos: _____

Edad: _____ Estado civil:

¿Tiene hijos? ¿Cuántos? _____

Profesión (o actividad

laboral): _____

¿Cuánto tiempo lleva siendo músico?:

¿Cuántas veces a la semana ensaya?:

A qué actividad dedica su tiempo libre:

¿Qué fortalezas, cualidades o virtudes cree que tiene usted por ser músico que no tienen otras personas?:

ANEXO D. Inventario de virtudes y fortalezas de carácter personales
“vías



INVENTARIO DE VIRTUDES Y FORTALEZAS DE CARÁCTER PERSONALES "VIA"



A continuación encontrará una serie de afirmaciones. Por favor, seleccione una opción de respuesta rellenando el ovalo completamente para cada una de estas, sea honesto, responda las afirmaciones que reflejan cómo es usted. Hasta que no responda a las 240 preguntas no podremos ponderar sus fortalezas.

Anote sus contestaciones en la hoja de respuestas que le han entregado. En primer lugar diligencie los datos que aparecen al inicio del documento. Cada ítem tiene una sola opción de respuesta que usted deberá marcar (Muy parecido a mí; Algo parecido a mí; Ni parecido, ni diferente a mí; Algo diferente a mí y Muy diferente a mí). Las frases están enumeradas al igual que la hoja de respuestas. Si tiene dudas con respecto al desarrollo de la prueba o de alguna cuestión en particular pregúntele al examinador.

Al contestar tenga en cuenta lo siguiente:

- El cuadernillo de aplicación no debe ser rayado.
- Conteste sinceramente. No señale sus respuestas pensando en lo que "es bueno" o "lo que interesa" para impresionar al examinador.
- Evite contestar o señalar la opción de respuesta "Neutral", excepto cuando le sea imposible decidirse por los otros tipos de respuesta.
- Conteste de acuerdo a si el ítem es:
 - MP: Muy parecido a mí.
 - AP: Algo parecido a mí.
 - N: Ni parecido, ni diferente a mí.
 - AD: Algo diferente a mí.
 - MD: Muy diferente a mí.

POR FAVOR NO VOLTEE LA HOJA HASTA QUE LE INDIQUE EL COORDINADOR



INVENTARIO DE VIRTUDES Y FORTALEZAS DE CARÁCTER PERSONALES "VIA"



Lea detenidamente cada uno de los ítems, anote sus contestaciones en el formato de Hoja de respuestas adjunto a este paquete.

1. El mundo me parece un lugar muy interesante.
2. Siempre hago lo posible por asistir a actividades educativas.
3. Siempre identifico las razones de mis actos.
4. Una de mis fortalezas es tener ideas nuevas y diferentes.
5. Estoy muy pendiente del entorno que me rodea.
6. Siempre tengo una visión amplia sobre lo que está pasando.
7. He sido firme en muchas ocasiones ante una fuerte oposición por parte de otros.
8. Nunca abandono una tarea antes de que esté acabada.
9. Siempre mantengo mis promesas.
10. Nunca estoy demasiado ocupado/a para ayudar a un amigo.
11. Estoy siempre dispuesto/a a asumir riesgos para establecer una relación.
12. Nunca me pierdo las reuniones de grupo o las prácticas de equipo.
13. Cuando estoy equivocado, siempre lo reconozco.
14. En un grupo, intento asegurarme de que todo el mundo se sienta incluido.
15. No me cuesta alimentarme con comidas saludables.
16. Nunca he hecho daño intencionalmente a alguien.
17. Para mí es importante vivir en un mundo de belleza.
18. Siempre doy las gracias a las personas que se preocupan por mí.
19. Siempre miro el lado positivo de las cosas.
20. Soy una persona espiritual.
21. Soy siempre modesto/a sobre las cosas buenas que me han sucedido.
22. Siempre que veo a mis amigos/as bajos de ánimo, intento bromear para animarles.
23. Quiero involucrarme totalmente en la vida, no simplemente mirar desde fuera.
24. Para mí siempre, lo pasado, pasado está.
25. Nunca me aburro.
26. Me encanta aprender cosas nuevas.
27. Siempre examino las distintas caras de una situación.
28. Cuando alguien me dice cómo hacer algo, automáticamente pienso en formas alternativas de hacer lo mismo.
29. A menudo sé cómo manejarme en diferentes situaciones sociales.
30. Pase lo que pase no pierdo de vista lo importante.
31. He superado algún problema emocional gracias a enfrentarlos.
32. Siempre acabo lo que empiezo.
33. Mis amigos/as me dicen que soy original.
34. Realmente disfruto haciendo pequeños favores a los amigos.
35. Hay personas en mi vida que cuidan de mis sentimientos y mi bienestar tanto como de ellos mismos.
36. Verdaderamente disfruto siendo parte de un grupo.
37. Ser capaz de ceder para llegar a acuerdos es algo característico de mí.



INVENTARIO DE VIRTUDES Y FORTALEZAS DE CARÁCTER PERSONALES "VIA"



38. Como líder, trato a todo el mundo igual de bien, sin tener en cuenta su nivel de experiencia.
39. Aunque haya dulces o galletas a mano, nunca me excedo.
40. Uno de mis lemas preferidos es "No hagas nada de lo que te puedes arrepentir".
41. La bondad de cierta gente me emociona.
42. Se me pone la piel de gallina cuando me entero de actos de gran generosidad.
43. Siempre puedo encontrar lo positivo en lo que a otros les parece negativo.
44. Soy practicante de mi religión.
45. No me gusta obtener reconocimiento en un grupo de gente.
46. La mayoría de la gente diría que es divertido estar conmigo.
47. Nunca me da pereza/flojera levantarme por la mañana.
48. Casi nunca guardo rencores.
49. Estoy siempre ocupado/a con algo interesante.
50. Me gusta aprender algo nuevo.
51. Tomo las decisiones solo cuando tengo toda la información.
52. Me gusta pensar en nuevas formas de hacer las cosas.
53. No importa cuál sea la situación, soy capaz de integrarme.
54. Mi visión del mundo es amplia.
55. Nunca dudo en expresar públicamente una opinión impopular.
56. Soy una persona que se marca objetivos.
57. Creo que la honestidad es la base de la confianza.
58. Hago lo posible para animar a la gente que parece derrotada.
59. Hay personas que aceptan mis defectos.
60. Soy una persona bastante leal.
61. Trato a todo el mundo por igual sin importar de quién se trate.
62. Una de mis fortalezas es ser capaz de ayudar a un grupo de gente a trabajar bien en equipo aunque tengan diferencias.
63. Soy una persona muy disciplinada.
64. Siempre pienso antes de hablar.
65. Experimento emociones profundas cuando veo cosas bellas.
66. Al menos una vez al día paro y recuerdo todas las cosas positivas que hay en mi vida.
67. A pesar de los desafíos, siempre mantengo la esperanza en el futuro.
68. Mi fe nunca me abandona durante los momentos difíciles.
69. No me comporto como si fuera alguien especial.
70. Siempre estoy dispuesto a alegrar el día a alguien con algunas risas.
71. Nunca afronto las cosas con desinterés.
72. Nunca busco venganza.
73. Siempre tengo curiosidad sobre el mundo.
74. Todos los días, espero la oportunidad de aprender y progresar con conocimientos.
75. Valoro mi capacidad para pensar críticamente.
76. Me siento orgulloso/a de ser original.
77. Tengo la habilidad para hacer que los demás se sientan interesantes.



INVENTARIO DE VIRTUDES Y FORTALEZAS DE CARÁCTER PERSONALES "VIA"



78. A ningún amigo/a le ha ido mal con mis consejos.
79. Debo defender lo que creo aunque tenga consecuencias negativas.
80. Termino las cosas a pesar de los obstáculos del camino.
81. Digo la verdad aunque duela.
82. Me encanta hacer felices a otras personas.
83. Soy la persona más importante en la vida de alguien.}
84. Trabajo mucho mejor en equipo.
85. Para mí, los derechos de todas las personas son igualmente importantes.
86. Soy muy bueno/a planeando actividades de grupo
87. Tengo control de mis emociones.
88. Mis amigos/as piensan que tomo decisiones acertadas en lo que digo y hago.
89. Veo la belleza en cosas que otras personas no perciben.
90. Si recibo un regalo, siempre se lo agradezco a la persona que me lo dio.
91. Tengo una imagen clara en mi cabeza sobre lo que quiero que suceda en el futuro.
92. Mi vida tiene un propósito sólido.
93. Nunca presumo de mis logros.
94. Intento divertirme en toda clase de situaciones.
95. Me encanta lo que hago.
96. Siempre permito a los demás dejar sus errores atrás y comenzar de cero.
97. Me interesan muchas actividades diferentes.
98. Siempre estoy aprendiendo de la vida.
99. Mis amigos valoran mi objetividad.
100. Siempre se me ocurren nuevas formas de hacer las cosas.
101. Siempre sé cómo identificar la forma de ser de la gente.
102. La gente me describe como una persona más sabia de lo que corresponde a mi edad.
103. Mientras los demás hablan, yo llamo a la acción.
104. Soy muy trabajador/a.
105. Se puede confiar en mis promesas.
106. He ayudado voluntariamente a alguien (vecino, ...etc.) durante el último mes.
107. Hagan lo que hagan mi familia y mis amigos íntimos, no dejaré de quererlos.
108. Nunca hablo mal de mi grupo a gente de fuera.
109. Doy a todo el mundo una oportunidad.
110. Para ser un líder efectivo, trato a todo el mundo igual.
111. Nunca deseo cosas que me perjudican a largo plazo, incluso aunque me hagan sentir bien a corto plazo.
112. Siempre evito actividades que sean peligrosas físicamente.
113. La belleza de una película me ha dejado sin palabras en muchas ocasiones.
114. Soy una persona extremadamente agradecida.
115. Si obtengo una mala nota o evaluación, me centro en la siguiente oportunidad, y me propongo hacerlo mejor.
116. En las últimas 24 horas, he empleado 30 minutos en orar, meditar o haciendo contemplación.



INVENTARIO DE VIRTUDES Y FORTALEZAS DE CARÁCTER PERSONALES "VIA"



117. He creado algo hermoso durante el último año
118. He sido profundamente afortunado/a en mi vida.
119. Siempre espero que suceda lo mejor.
120. Siento que tengo una misión en mi vida.
121. La gente se siente atraída hacia mí porque soy humilde.
122. Soy conocido/a por mi buen sentido del humor.
123. La gente me describe como lleno de entusiasmo.
124. Intento responder con comprensión cuando alguien me trata mal.
125. Siempre me llevo bien con la gente que acabo de conocer.
126. Siempre soy capaz de mirar a las situaciones y tener una visión global.
127. Siempre defendiendo mis creencias.
128. No me doy por vencido/a.
129. Soy fiel a mis propios valores.
130. Siempre llamo a mis amigos cuando están enfermos.
131. Siempre siento presente el amor en mi vida.
132. Es importante para mí mantener la armonía dentro del grupo.
133. Estoy fuertemente comprometido a los principios de justicia e igualdad.
134. Creo que nuestra naturaleza humana nos lleva a trabajar juntos por metas comunes.
135. Siempre soy capaz de mantener una dieta.
136. Siempre pienso sobre las consecuencias antes de actuar.
137. Soy siempre consciente de la belleza natural de lo que me rodea.
138. Llego muy lejos a la hora de dar reconocimiento a la gente que ha sido buena conmigo.
139. Tengo un plan sobre lo que quiero conseguir en los próximos cinco años.
140. Mi fe me hace ser quien soy.
141. Prefiero dejar a los demás que hablen sobre ellos mismos.
142. Nunca permito que una situación deprimente me quite el sentido del humor.
143. Tengo mucha energía.
144. Siempre estoy dispuesto/a a dar al otro la oportunidad de disculparse.
145. Puedo encontrar algo de interés en cualquier situación.
146. Dedico bastante tiempo a la lectura.
147. Analizar en profundidad las cosas es innato en mí.
148. Soy una persona de ideas originales.
149. Soy bueno/a percibiendo lo que otras personas están sintiendo.
150. Tengo una visión madura de la vida.
151. Siempre afronto mis miedos.
152. Nunca me distraigo cuando trabajo.
153. Me enorgullezco de no exagerar lo que soy o hago.
154. Me alegra tanto la buena suerte de los demás como la mía.
155. Puedo expresar mi cariño o amor a otra persona.
156. Apoyo sin excepción a mis compañeros de equipo o de grupo.
157. No acepto el reconocimiento por un trabajo que no he hecho.
158. Mis amigos siempre me dicen que soy un/a líder firme pero justo.
159. Siempre sé cuándo parar.
160. Siempre sé diferenciar lo bueno de lo malo.



INVENTARIO DE VIRTUDES Y FORTALEZAS DE CARÁCTER PERSONALES "VIA"



161. Valoro enormemente todas las formas de arte.
162. Me siento agradecido/a por las cosas que he recibido en la vida.
163. Sé que tendré éxito en las metas que me proponga a mí mismo/a.
164. Creo que cada persona tiene un propósito en la vida
165. Casi nunca llamo la atención sobre mí mismo/a.
166. Tengo un gran sentido del humor.
167. No puedo contener las ganas de comenzar en un proyecto.
168. Casi nunca intento tomar represalias.
169. Me resulta muy fácil encontrar cosas que me entretengan.
170. Si quiero saber algo, inmediatamente voy a la biblioteca o a internet y lo busco.
171. Siempre tengo en cuenta los pros y los contras.
172. Mi imaginación va más allá que la de mis amigos.
173. Soy consciente de mis propios sentimientos y motivaciones.
174. Los demás me piden consejo.
175. He superado sufrimientos y decepciones.
176. Me comprometo con todo lo que haya decidido hacer.
177. Preferiría morirme antes de ser falso/a.
178. Disfruto siendo amable con los demás.
179. Soy capaz de aceptar el amor o el cariño de los demás.
180. Siempre respeto a los líderes de mi grupo, incluso cuando estoy en desacuerdo con ellos.
181. Incluso si no me agrada alguien, le trato de forma justa.
182. Como líder, intento conseguir que todos los miembros del grupo estén alegres.
183. Sin excepción, hago a tiempo mis tareas del trabajo, de mis estudios o del hogar.
184. Soy una persona muy prudente.
185. Me asombran cosas sencillas de la vida que los demás podrían no apreciar.
186. Cuando miro a mi vida, encuentro muchas cosas por las que estar agradecido/a.
187. Confío en que mi manera de hacer las cosas dará los mejores resultados.
188. Creo en un poder universal, en un dios.
189. Me han dicho que la modestia es una de mis más notables características.
190. Encuentro satisfacción en hacer reír o sonreír a los demás.
191. No puedo casi contener las ganas de ver lo que la vida me tiene preparado en las semanas y años que vienen.
192. Normalmente estoy dispuesto/a a dar a cualquiera otra oportunidad.
193. Creo que mi vida es extremadamente interesante.
194. Leo una gran variedad de libros.
195. Intento tener buenas razones para mis decisiones importantes.
196. En el último mes he encontrado una solución original a un problema en mi vida.
197. Siempre sé qué decir para que la gente se sienta bien.
198. Puedo no decírselo a los demás, pero me considero una persona sabia.
199. Siempre expreso mi inconformidad cuando oigo a alguien decir cosas malintencionadas.
200. Cuando hago planes, estoy seguro/a de que conseguiré llevarlos a cabo.
201. Mis amigos siempre me dicen que tengo los pies en la tierra.
202. Me encanta poder dejar que los demás también se luzcan.



INVENTARIO DE VIRTUDES Y FORTALEZAS DE CARÁCTER PERSONALES "VIA"



203. Tengo un vecino o alguien en el trabajo o en los estudios por quien realmente me preocupo como persona.
204. Para mí, es importante respetar las decisiones hechas por mi grupo.
205. Creo que todo el mundo debería tener la oportunidad de expresarse.
206. Como líder, creo que todas las personas del grupo deberían tener la oportunidad de opinar sobre lo que el grupo hace.
207. Para mí, la preparación es tan importante como el resultado.
208. Siempre realizo mis elecciones con cuidado.
209. Con frecuencia siento muchas ganas de disfrutar una buena obra de arte, como música, teatro o pinturas.
210. Siento un profundo sentido de agradecimiento todos los días.
211. Si me siento decaído, siempre pienso en las cosas buenas que hay en mi vida.
212. Mis creencias hacen que mi vida sea importante.
213. Nadie me describiría nunca como arrogante.
214. Creo que la vida es más un patio de juego que un campo de batalla.
215. Me despierto con una sensación de entusiasmo sobre las oportunidades del día.
216. No deseo ver a nadie sufrir, ni siquiera a mi peor enemigo.
217. Me gusta mucho escuchar cosas de otros países y culturas.
218. Me divierte leer libros que no son de ciencia ficción.
219. Mis amigo/as valoran mi buen criterio.
220. Tengo un fuerte deseo de hacer algo original en el próximo año.
221. Es raro que alguien pueda aprovecharse de mí.
222. Los demás me consideran como una persona sabia.
223. Soy una persona valiente.
224. Cuando logro lo que quiero, es porque he trabajado duro para conseguirlo.
225. Los demás confían en mí para que les guarde sus secretos.
226. Siempre escucho a la gente cuando habla de sus problemas.
227. Comparto mis sentimientos con los demás con facilidad.
228. Sacrifico con gusto mi propio interés en beneficio del grupo en el que estoy.
229. Creo que es valioso escuchar las opiniones de todos.
230. Cuando estoy en una posición de autoridad, nunca culpo a otros de los problemas.
231. Hago ejercicio con regularidad.
232. No puedo imaginarme a mí mismo mintiendo o haciendo trampas.
233. He creado algo hermoso durante el último año
234. He sido profundamente afortunado/a en mi vida.
235. Siempre espero que suceda lo mejor.
236. Siento que tengo una misión en mi vida.
237. La gente se siente atraída hacia mí porque soy humilde.
238. Soy conocido/a por mi buen sentido del humor.
239. La gente me describe como lleno de entusiasmo.
240. Intento responder con comprensión cuando alguien me trata mal.

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

REFERENCIAS

- Alvarez, & all, E. (1998). Técnicas de modificación de conducta. 2, 371-408. Recuperado el 30 de Julio de 2013, de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/42359/1/E_TESIS.pdf
- Alvarez, & et.al. (1998). Técnicas de modificación de conducta. 2, 371-408. Recuperado el 30 de Julio de 2013, de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/42359/1/E_TESIS.pdf
- Anónimo. (2012). *centro de artigos*. Recuperado el 2013 de noviembre de 2013, de E-centro: <http://centrodeartigos.com/articulos-revista-digital/contenido-revista-29833.html>
- Bera. (2004, julio 3). Music education Review Group. *Psychology of music*, 32(3), 3.
- Buckingham, M. (2012). Ahora, descubra sus fortalezas. 87.
- Casullo, M. (2008). (R. p. positiva, Entrevistador) Recuperado el 8 de Marzo de 2014, de <http://www.cienciared.com.ar/ra/revista.php?wid=35&articulo=983&tipo=C&eid=17&sid=177&NombreSeccion=Articulos&Accion=Ver>
- Citado por Contreras, F. &. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas*, 2, 311-319. Obtenido de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67920210>
- Colombianos, C. d. (12 de marzo de 2013). Musicos en Colombia. (Y. Gómez, Entrevistador)
- Congreso de Colombia. (20 de Enero de 2010). 20. Recuperado el 26 de Octubre de 2013, de <http://wsp.presidencia.gov.co/Normativa/Leyes/Documents/2013/LEY%201616%20DEL%2021%20DE%20ENERO%20DE%202013.pdf>
- Congreso de Colombia. (20 de Enero de 2013). 20. Recuperado el 26 de Octubre de 2013, de <http://wsp.presidencia.gov.co/Normativa/Leyes/Documents/2013/LEY%201616%20DEL%2021%20DE%20ENERO%20DE%202013.pdf>
- CONTRERAS, F., & ESGUERRA, G. (2006). Psicología positiva, una nueva perspectiva en psicología. *Revista Diversitas*, 3.
- Contreras, F., & Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas*, 2, 311-319.
- Contreras, G., & Esguerra, F. (2006). Psicología positiva, una nueva perspectiva en psicología. *Revista Diversitas*, 3.
- Costa, J. (1994). Manual de Psiquiatría.
- Dalia, G. (04 de Diciembre de 2012). *Trumpetland.com*. Recuperado el 05 de 11 de 2013, de [Trumpetland.com](http://www.trumpetland.com/index.php?section=articles&cmd=details&id=25) : <http://www.trumpetland.com/index.php?section=articles&cmd=details&id=25>

- Diaz, F. O., & Hiles, H. A. (19 de noviembre de 2013). Los beneficios de ser músico. (J. A. Yhisela Gómez, Entrevistador)
- Galera, Nuñez, & Pérez. (2008). La investigación en Educación Musical en la base de datos ERIC. *Revista Electrónica de LEEME*, 22. Recuperado el 17 de agosto de 2013, de <http://musica.rediris.es/leeme/revista/galeraetal08.pdf>
- Gjerdingen, R. (2002). The Psychology of Music. *The Cambridge History of Western Music Theory*, 956-978.
- Kothe, F., Teixeira, C., Pereira, E., & Diaz, E. (2009). A motivação para o desenvolvimento do trabalho de músicos de orquestra. *Scielo*. Recuperado el 28 de Marzo de 2013, de <http://www.scielo.br/scielo.php?lng=en>
- KOTHE, F., TEIXERIA, C., PEREIRA, E., & DIAZ, E. (2009). A motivação para o desenvolvimento do trabalho de músicos de orquestra. *Scielo*.
- Legé, López, & Fagnani. (2012). Evaluación del capital psíquico y valores en una institución universitaria. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(4), 1356. Recuperado el 12 de noviembre de 2013, de <http://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi124k.pdf>
- Lluch, M. T. (2002). Evaluación empírica de un modelo conceptual de salud mental positiva. 25(4), 42. Recuperado el 30 de Julio de 2012, de <http://www.medigraphic.com/pdfs/salmen/sam-2002/sam024e.pdf>
- Lluch, M. T., & et.al. (1999). Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva. 16. Recuperado el 2012 de Julio de 30, de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/42359/1/E_TESIS.pdf
- Lunch, m. t. (2000). Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva.
- Marti, M. (2006). El estudio científico de las fortalezas trascendentales desde la psicología positiva. The scientific study of the transcendental strengths from the Positive Psychology. *Clínica y salud. . Scielo* , 245-258 .
- Mesa. (1986). El marco teórico de la psicopatología. 1-319. Recuperado el 30 de Julio de 2012, de <http://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=2wKpYGEjNswC&oi=fnd&pg=PA9&dq=El+marco+teorico+dee+la+psicopatolog%C3%ADa&ots=NcfAWxmtKX&sig=QJIVbA01QdLpjVuakLnn7-pfzA4#v=onepage&q=El%20marco%20teorico%20de%20la%20psicopatolog%C3%ADa&f=false>
- Moreno, L. (2003). Psicología de la música y emoción musical. Recuperado el 13 de marzo de 2013, de <http://revistas.um.es/index.php/educatio/article/view/138>
- Pareja, V. (1998). Depresión. *Manual de terapia de la conducta*, 1, 471-526. Obtenido de http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2366/E_TESIS.pdf.txt;jsessionid=74F5BE9A008E1C28D192173F346A5542.tdx2?sequence=2
- Petrides, et.al. (2006). The trait emotional intelligence of ballet dancers and musicians. *Psicothema*.
- Poseck, V., Baquero, B. C., & Jimenez, M. V. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del psicólogo*. 27(1), 40-49. Recuperado el 13 de Marzo de 2013, de <http://scholar.google.es/scholar?q=LA+EXPERIENCIA+TRAUM%C3%81TI>

CA+DESDE+LA+PSICOLOG%3%8DA+POSITIVA%3A+RESILIENCIA
+Y+CRECIMIENTO+POSTRAUM%3%81TICO&btnG=&hl=es&as_sdt=0%2C5

- Robert, W. (2004, Jan). The Motivations of Exceptional Musicians. *Music Educators Journal*, 90, 17-21. Retrieved abril 15, 2013, from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=11888482&lang=es&site=ehost-live>
- s.n. (s.f.). *centro de artigos*. Recuperado el 2013 de noviembre de 2013, de E-centro: <http://centrodeartigos.com/articulos-revista-digital/contenido-revista-29833.html>
- Salazar, F. (21 de octubre de 2013). *Psicología Positiva*. (J. A. Yhisela Gomez, Entrevistador)
- Sanchez, J. (1991). Lo positivo, refuerza lo positivo. *Enfermería científica*, 3, 1-316. Recuperado el 30 de Julio de 2012, de <http://www.telefonica.net/web2/lopez-villalobos/publicaciones/DEPRESIO.pdf>
- Seligman. (2005). La autentica felicidad. 189-203.
- Seligman, & Csikszentmihalyi. (Enero de 2006). *Psicología Positiva. Psicología Positiva: Una Nueva Forma de Entender la Psicología*.
- Seligman, & Csikszentmihalyi. (Enero de 2006). UNA NUEVA FORMA DE ENTENDER LA PSICOLOGÍA. *Papeles del Psicólogo*, 27, 1. Obtenido de <http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=1279>
- Seligman, & Peterson. (2000). Positive clinical psychology: chapter prepared for Aspinwall y Staudinger: A psychology of human strengths: Perspectives on an emerging field. Recuperado el 8 de mayo de 2012, de www.Positivepsychology.org/documentsandsettings.html
- Seligman, M. (2005). La autentica felicidad. 189-203.
- Seligman, M., & Peterson, C. (2014). *Psicología Positiva*. Recuperado el 30 de mayo de 2013, de vía signature strengths questionnaire: <http://www.viacharacter.org/www/The-Survey>
- Seligman, M., & Peterson, C. (s.f.). *Psicología Positiva*. Recuperado el 30 de mayo de 2013, de vía signature strengths questionnaire: <http://www.psicologia-positiva.com/via.html>
- Seligman.et.al. (2012). Evaluación del capital psíquico y valores en una institución universitaria. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15(4), 13-56. Recuperado el 12 de noviembre de 2013, de <http://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2012/epi124k.pdf>
- Seligman.et.al. (2004). the new era of positive psychology. (TED, Entrevistador)
- Seligman.et.al. (s.f.). *psicologia-positiva.com*. Recuperado el 13 de octubre de 2013, de [psicologia positiva.com: http://www.psicologia-positiva.com/VIA.html](http://www.psicologia-positiva.com/VIA.html)
- Sinamon, S., Moran, A., & Connell, M. (2012). *Journal of Research in Music Education*. 60, 6-25. Retrieved noviembre 6, 2013, from <http://web.ebscohost.com/ehost/detail?sid=4d82253c-5f9e-4ac5-ac6c-4d6b38628b7c%40sessionmgr4&vid=1&hid=19&bdata=Jmxhbmc9ZXMmc210ZT1laG9zdC1saXZl#db=aph&AN=77391071>

- SINAMON, S., MORAN, A., & CONNELL, M. (2012). Journal of Research in Music Education. *60*, 6-25.
- Sittirapaporn, W. (2012). Engagement and meaning in strong experiences of music performance. *Journal of Biological Sciences*, 367-375.
- Tizon, & all, E. (2004). Prevención de los trastornos de salud mental desde la atención primaria de salud. *20*(2). Recuperado el 5 de Agosto de 2013, de <http://www.wfmh.org/WMHD%2009%20Languages/SPANISH%20WMHD09.pdf>
- Tizon, & et.al. (1996). *construccion de una escala para evaluar la salud mental positiva*. Recuperado el 5 de Agosto de 2013, de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/42359/1/E_TESIS.pdf
- vallejo. (1989). Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva. 1-316. Recuperado el 2012 de Julio de 30, de http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/42359/1/E_TESIS.pdf
- vallejo, p. (1998). Depresión. *Manual de terapia de la conducta*, 1, 471526. Obtenido de http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/2366/E_TESIS.pdf.txt;jsessionid=74F5BE9A008E1C28D192173F346A5542.tdx2?sequence=2
- Vallejo-Nagera. (1981). Introducción a la Psiquiatría. *15*. Recuperado el 30 de Julio de 2013, de http://books.google.com.co/books?id=6FilI9Y23nUC&pg=PA197&lpg=PA197&dq=Introducci%C3%B3n+a+la+Psiquiatr%C3%ADa.+15%C2%AA+en.+Barcelona&source=bl&ots=lf-y3_IK0I&sig=Zp4IWl3yC1d3j65Gr8UyFL99mYg&hl=es&ei=5OLXTreKK6SlsALtrNCCDg&sa=X&oi=book_result&ct=result&r
- Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. Papeles del psicólogo. *27*(1), 1-2. Recuperado el 2012 de Julio de 30, de http://scholar.google.es/scholar?q=PAPELES+DEL+PSIC%C3%93LOGO+VOL.+27+-+2006+ENERO+-+ABRIL&btnG=&hl=es&as_sdt=0%2C5
- Vera, B. (Enero de 2006). Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología. *27*(01). Recuperado el 30 de Julio de 2012, de <http://socopsi.com/files/psicologia%20positiva.pdf>
- Welch, G., & et.al. (2004). Revista psychology of de music. *Society for Education, music and psychology research*, 32(3). Recuperado el 13 de marzo de 2013, de http://www.sempe.org.uk/resources/POM32_3_SPANISH.pdf
- Wichian, S. (2012). Engagement and meaning in strong experiences of music performance. *Journal of Biological Sciences*, 367-375.
- Woody, H. R. (Jan de 2004). The Motivations of Exceptional Musicians., *Woody, Robert H.*, *90*, 17-21.
- Woody, R. (2004, Jan). The Motivations of Exceptional Musicians. *Music Educators Journal*, *90*, 17-21. Retrieved abril 15, 2013, from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=aph&AN=11888482&lang=es&site=ehost-live>
- WOODY, R. (2004, Jan). The Motivations of Exceptional Musicians. *Music Educators Journal*, *90*, 17-21.

