



FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y CIENCIAS SOCIALES

Relaciones entre sentido de vida y quehacer musical en músicos adultos residentes en AMBA

Estudiante: Lugones, Facundo Marcos

Legajo: 26200

Director/es: Torrijo, Silvana

Trabajo Final de Integración para acceder al título de Licenciatura en Psicología

2026

FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE OBRAS EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL DE LA UFLO UNIVERSIDAD

RIUFLO - *Repositorio Institucional de la Universidad de Flores* - fue creado para gestionar y mantener una plataforma digital de acceso libre y abierto para la difusión de la creación intelectual de la Universidad de Flores.

El autor cede a la Universidad de forma gratuita pero no exclusiva, los derechos de reproducción, de distribución y de comunicación pública de su obra, a través del RIUFLO. Por lo tanto, la Universidad adopta para los ítems allí depositados la Licencia Creative Commons atribución - no comercial - compartir igual 4-0 internacional y siempre requerirá que se cite la fuente y se reconozca la autoría. De solicitar otras limitaciones, el autor podrá detallarlas en forma expresa o a través de la elección de otro modelo de Licencia.

Autorizo la publicación de la obra:

Desde la fecha 30/06/2026

Dentro de los 6 meses posteriores a su aceptación []

Otro plazo mayor detallar/justificar:

Lugar y fecha: CABA, Buenos Aires, Argentina - 30/06/2026

Firma y aclaración del autor: Lugones, Facundo Marcos



Índice

Introducción.....	4
Delimitación del objeto de estudio.....	5
Planteamiento del problema.....	6
Justificación.....	7
Objetivos.....	7
Objetivo general.....	7
Objetivos específicos.....	7
Supuestos básicos de la investigación.....	8
Estado del Arte.....	8
Marco Teórico.....	13
Sentido de Vida.....	13
Valores creativos.....	16
Valores vivenciales.....	16
Valores de actitud.....	18
Autotrascendencia.....	19
Música.....	20
Quehacer musical.....	24
Composición.....	25
Ejecución musical.....	26
Metodología.....	27
Muestra.....	28
Técnicas de recolección de datos e instrumentos.....	29
Procedimiento.....	29
Constancia de consentimiento informado.....	29
Resultados.....	30
La música como constitutiva de la identidad y del recorrido vital.....	32
Valores creativos: expresión a través de la música.....	33
Valores vivenciales: experiencias emocionales, corporales y de plenitud.....	34
Autotrascendencia: encuentro con otros, transmisión y conexión.....	35
Valores actitudinales: posicionamiento frente a las dificultades y al sufrimiento.....	37
La música como fuente de sentido y motor existencial.....	39
Discusión.....	40
Conclusión.....	43
Aportes de la investigación.....	44
Limitaciones.....	45
Líneas futuras de la investigación.....	47
Referencias.....	48
Anexos.....	52
Anexo 1: Consentimiento Informado.....	52
Anexo 2: Preguntas de entrevista.....	54

Relaciones entre sentido de vida y quehacer musical en músicos adultos residentes en AMBA

Introducción

La presente investigación empírica de corte cualitativo con diseño fenomenológico se propone explorar la relación entre el quehacer musical y el sentido de vida en músicos adultos residentes del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). En este marco, se busca comprender cómo la práctica musical, más allá de su dimensión técnica o profesional, se configura como una experiencia significativa en la vida de quienes la ejercen.

Para la obtención de los datos, se realizaron entrevistas semiestructuradas a quince músicos, varones y mujeres de entre 25 y 60 años, a fin de indagar en sus trayectorias, motivaciones y significados atribuidos al quehacer musical. Asimismo, se profundizó en el modo en que dichas experiencias se vinculan con la construcción de identidad, la vivencia emocional y la percepción de sentido en sus vidas.

Los resultados permiten comprender cómo el quehacer musical se configura como un espacio de encuentro de sentido de vida, en tanto los participantes reconocen en la música una vía de expresión, conexión y posicionamiento frente a su propia existencia. A través de la práctica, los músicos no sólo desarrollan habilidades, sino que encuentran formas de vincularse consigo mismos, con otros y con el mundo, permitiendo el encuentro de sentido en sus experiencias y en su modo de vivir.

Palabras clave: Sentido de vida, valores creativos, valores vivenciales, valores de actitud, autotranscendencia, música, quehacer musical, composición, ejecución musical.

Delimitación del objeto de estudio

El propósito de este trabajo es comprender cuál es la relación entre el quehacer musical y el sentido que ello le otorga a la vida de un grupo de músicos residentes del AMBA.

Para el estudio del mismo, se llevó a cabo una investigación de tipo cualitativo con diseño fenomenológico. Como instrumento de recolección de los datos se utilizaron entrevistas abiertas a 15 músicos, pudiendo ser varones y/o mujeres, de entre 25 y 60 años, residentes del AMBA.

Para abordar la conceptualización de sentido de vida se tomó la perspectiva de Frankl (1994, 1999), quien expresa que la principal fuerza motivacional es la búsqueda de sentido. Según el autor, la vivencia de que la vida tiene significado constituye el núcleo de la motivación humana. En este marco, el sentido se entiende como una realidad que cada individuo está llamado a descubrir, en función de sus experiencias, decisiones y de la actitud que asume frente a su propia existencia.

En referencia a los músicos, el análisis se abordó desde la comprensión del quehacer musical como una actividad experiencial y relacional, en la que los sujetos participan activamente, construyendo significados en interacción con otros y consigo mismos (Small, 1998). En este sentido, se considera que, a partir de dichas experiencias, los participantes elaboran sentidos en relación con su propia vida.

Planteamiento del problema

La música ha sido estudiada tanto desde sus efectos emocionales y psicoterapéuticos, como desde su potencial para favorecer la construcción de identidad y sentido vital. Fernandes et al. (2022), en una investigación cuantitativa realizada en Brasil, evidenciaron que las prácticas artísticas se asocian con mayores niveles de presencia y búsqueda de sentido de vida, así como con una percepción elevada de apoyo social. Desde una perspectiva fenomenológica, Alarcón Montero (2024) analizó el sentido de vida en compositores de música hardcore, concluyendo que la práctica musical se configura como una herramienta que otorga motivación, identidad y trascendencia personal frente a experiencias de sufrimiento. Por otro lado, Andrade Martins y Corrêa (2024) sostienen que la música posibilita la realización de los valores propuestos por la Logoterapia de creación, experiencia y actitud, siendo una vía para la vivencia del sentido. En esta línea, Flor Salcedo (2024) destaca que la música no solo impacta emocionalmente, sino que puede promover autoconocimiento, transformación personal y bienestar existencial.

Sin embargo, se evidencia una ausencia de estudios centrados específicamente en músicos adultos residentes del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA), que investiguen no solo el impacto emocional o terapéutico de la música, sino cómo el quehacer musical puede configurarse como una fuente activa de sentido de vida en el marco de su cotidianidad, proyectos personales y autocomprensión existencial.

Los resultados de esta investigación descripta bajo los fundamentos de la logoterapia de Viktor Frankl, pueden ser utilizados por profesionales de la salud, musicoterapeutas e investigadores que trabajan con población adulta, ofreciendo un marco comprensivo sobre el modo en que el quehacer musical puede constituirse como recurso terapéutico y existencial.

Asimismo, puede ser de interés para músicos y educadores musicales interesados en profundizar el vínculo entre su práctica y la búsqueda de sentido de vida.

La pregunta que lleva a la investigación es: **¿De qué manera puede influir el quehacer musical en el encuentro de sentido de vida en músicos del AMBA entre 25 y 60 años?**

Justificación

La relevancia del estudio radica en que, pese al lugar que la música ocupa en la vida de numerosos músicos, su rol como fuente de sentido vital ha sido poco explorado desde una perspectiva existencial y fenomenológica. En muchos casos, el quehacer musical no se sostiene por una motivación económica o laboral, sino por razones profundamente personales que involucran identidad, trascendencia y propósito. Comprender dichas motivaciones resulta valioso para ampliar el conocimiento sobre los procesos mediante los cuales los sujetos encuentran sentido a su vida a través de la música. Asimismo, esta investigación es viable dado que se cuenta con acceso directo a la población de estudio y con los recursos necesarios para llevarla a cabo.

Objetivos

Objetivo general

- Describir y comprender si el quehacer musical influye en el encuentro de sentido de vida en músicos adultos residentes del AMBA.

Objetivos específicos

- Explorar las motivaciones personales que sostienen la relación de los participantes con el quehacer musical.
- Describir los significados personales que los músicos atribuyen al quehacer musical en relación con su identidad, emociones y proyecto de vida.
- Observar si el quehacer musical se vincula con experiencias de trascendencia y presencia de sentido de vida.
- Identificar si el quehacer musical es percibido como un recurso existencial y, por ende, de sentido de vida.

Supuestos básicos de la investigación

Este estudio parte del supuesto de que la música constituye un elemento significativo en la vida de quienes la ejecutan, no solo como práctica artística, sino como experiencia que incide en la construcción de identidad, en la regulación emocional y en el encuentro de sentido respecto a la propia existencia. Se asume que, para muchos músicos, el quehacer musical trasciende la esfera del entretenimiento o el trabajo, integrándose en la cotidianidad como una forma de comprenderse a sí mismos y habitar el mundo.

Estado del Arte

En Perú, Alarcón Montero (2024) realizó una investigación cualitativa titulada “Sentido de vida a través de valores creativos en músicos compositores de Hardcore”, con el objetivo de comprender el sentido de vida a través de los valores creativos en músicos de

dicho género. La muestra estuvo conformada por ocho músicos compositores de entre 25 a 35 años, a quienes ha entrevistado utilizando la estrategia de los sistemas conversacionales. Los resultados indicaron que en la experiencia del quehacer musical, influenciada por una estética/género particular, los participantes encuentran una actividad que genera motivaciones, identidades y trascendencia que se articulan en el encuentro de un sentido de vida que orienta la personalidad. Asimismo, se concluye que la música adquiere un valor psicológico relevante en contextos de adversidad, funcionando como vía de elaboración y resignificación de experiencias personales.

En Ecuador, Flor Salcedo (2024) desarrolló una investigación cualitativa descriptiva de corte fenomenológico titulada “Impacto de la música en el bienestar psicoemocional: una visión propuesta desde el humanismo”, basada en una revisión sistemática exploratoria de 74 estudios. Los resultados muestran que la música influye significativamente en las emociones, la conducta y el autoconocimiento, impactando a nivel biológico, psicológico y espiritual. Además, se destaca su valor como recurso accesible que favorece el bienestar emocional y la expresión subjetiva. Si bien el enfoque es terapéutico, los hallazgos permiten sugerir que la música puede contribuir a procesos de transformación personal vinculados al sentido de vida.

En Brasil, Fernandes et al. (2022) realizaron un estudio cuantitativo, correlacional y descriptivo titulado “Apoyo social percibido a través del arte y creencias en el sentido de la vida”, con una muestra de 230 estudiantes. Se identificaron niveles elevados tanto en la percepción de apoyo social como en la presencia y búsqueda de sentido de vida, junto a una correlación positiva entre ambas variables. Estos resultados sugieren que la participación en actividades artísticas puede vincularse con el encuentro de sentido en interacción con factores sociales y vinculares.

En Brasil, Andrade Martins y Corrêa (2024) llevaron a cabo un estudio teórico y reflexivo titulado "Los valores en logoterapia y las posibilidades de realización mediante la música". El objetivo fue explorar las tres categorías de valores propuestas por la logoterapia (valores de creación, experiencia y actitud). Los autores concluyen que la música posee un alto potencial para la vivencia de estos valores, configurándose como un recurso significativo en el encuentro de sentido de vida.

En Suecia, Sarner (2025) desarrolló una investigación cualitativa titulada "Caminos educativos hacia la música: historias de vida de estudiantes de música sobre motivaciones y reconocimiento", basada en 41 entrevistas a estudiantes de educación musical superior. Los hallazgos muestran que la música ocupa un lugar central en la vida de los participantes como espacio de significado, conexión y experiencia existencial. Asimismo, se observa que las trayectorias musicales están influenciadas por factores sociales previos, configurando distintas oportunidades de desarrollo. Este estudio aporta evidencia sobre el papel de la música en el encuentro de sentido, especialmente en relación con la identidad y la experiencia vital.

En la misma línea, Gaunt et al. (2021) desarrollan un trabajo teórico en el que introducen la noción del músico como "creador en la sociedad", destacando que el quehacer musical puede constituirse como un espacio de encuentro de significado, proyección personal y compromiso social. Asimismo, señalan que las prácticas musicales poseen el potencial de generar experiencias de sentido, al funcionar como espacios abiertos a la imaginación, la reflexión y la acción, favoreciendo el desarrollo personal y profesional.

En un estudio reciente, en China, Tu y Fu (2024) analizaron mediante un enfoque cuantitativo, la relación entre el compromiso con la música, la empatía musical y el bienestar subjetivo en estudiantes de música. En cuanto a los resultados, se observaron correlaciones

positivas significativas entre el compromiso musical y el bienestar subjetivo ($r = 0.35$), así como entre la empatía musical y el bienestar subjetivo ($r = 0.21$). Asimismo, variables como la autoestima ($r = 0.68$) y las tendencias prosociales ($r = 0.29$) mostraron asociaciones relevantes con el bienestar. Los análisis de regresión indicaron que tanto el compromiso musical como la empatía musical predicen significativamente el bienestar subjetivo, la autoestima y las conductas prosociales ($\beta > 0.20$; $p < .001$), evidenciando el papel mediador de estas variables en la relación. En este sentido, la práctica musical se vincula no solo con el desarrollo de habilidades, sino también con procesos de valoración personal y vinculación con otros, lo que permite sugerir su posible aporte en la construcción de experiencias significativas.

En un estudio cuantitativo realizado en el Reino Unido, Kiss y Linnell (2023) analizaron la relación entre las motivaciones para participar en actividades musicales y el bienestar. La muestra estuvo compuesta por 246 adultos jóvenes. Los resultados observan diferencias significativas en los motivos de participación antes y durante la pandemia, observándose un aumento en la participación por razones de identidad ($z = -2.44$; $p = .015$), regulación emocional ($z = -3.56$; $p < .001$) y relajación y compañía ($z = -5.78$; $p < .001$). Asimismo, se encontró que la participación musical orientada a la identidad predice positivamente el bienestar eudaimónico, mientras que la regulación emocional predice el bienestar subjetivo. En este sentido, la música se configura como un recurso relevante para la construcción de identidad y la autorregulación emocional, con impacto en el bienestar. Estos hallazgos permiten interpretar la música como un recurso significativo que contribuye a la organización de la experiencia personal y al encuentro de sentido.

En una revisión teórica, Zaatari et al. (2024) analizaron el impacto de la música sobre el cerebro y su relación con el bienestar humano desde un enfoque neurocientífico. Los

resultados indican que la práctica y la escucha musical generan cambios estructurales y funcionales en el cerebro asociados a procesos de neuroplasticidad, con efectos positivos en dimensiones cognitivas, emocionales y sociales. Asimismo, se destaca que la música influye en procesos como la autoconciencia, la empatía y la proyección personal. En este sentido, la música puede entenderse como un recurso que incide en la experiencia subjetiva y en la vivencia de experiencias significativas.

Finalmente, en Canadá, Perrier et al. (2025) analizaron cualitativamente las experiencias de músicos profesionales en relación con su bienestar. Los resultados muestran que el 69% de las participantes destacó la autonomía como factor central de bienestar, aunque más del 60% también reportó experiencias de frustración vinculadas a la inestabilidad laboral. Asimismo, el 50% manifestó satisfacción respecto a su competencia, mientras que el 69% señaló dificultades en este aspecto. En relación con los vínculos, el 75% destacó experiencias positivas de pertenencia, aunque el 50% refirió conflictos interpersonales. Por otro lado, el 69% mencionó el amor por la música como fuente de motivación intrínseca, y el 31% describió experiencias de carácter trascendental. Finalmente, el 81% identificó dificultades en el equilibrio entre vida personal y profesional, aunque el 69% indicó que estos desafíos favorecieron el desarrollo de resiliencia. Los resultados muestran que la práctica musical se asocia a vivencias de satisfacción personal, compromiso con la actividad y construcción de vínculos significativos. Asimismo, se observa que el ejercicio sostenido de la música favorece la percepción de propósito y sentido en la vida, en tanto las participantes identifican su quehacer musical como un eje central de su identidad. En particular, se destacan experiencias de carácter trascendental durante la ejecución musical, en las que la música es vivida como algo que supera al propio sujeto, generando una profunda significación personal.

En conjunto, los antecedentes revisados permiten identificar que el quehacer musical se vincula con procesos de construcción de identidad, bienestar, significado personal y experiencias de trascendencia. Sin embargo, gran parte de las investigaciones se concentran en enfoques terapéuticos, poblaciones específicas o en dimensiones parciales del fenómeno, sin abordar de forma directa la relación entre el quehacer musical y el sentido de vida desde una perspectiva fenomenológica. Así pues, se evidencia un vacío en la literatura respecto a cómo los músicos adultos comprenden y experimentan la dimensión existencial en su práctica cotidiana, particularmente en contextos locales como el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA), lo que fundamenta la relevancia del presente estudio.

Marco Teórico

Sentido de Vida

Viktor Frankl fue el primero en introducir el concepto de sentido de vida dentro del enfoque psicológico existencial. Según el autor, el ser humano es un ser motivado por la búsqueda de sentido. Búsqueda de los “¿para qué?” en su vida y no solo de los “¿por qué?”. Cuando esta búsqueda está adormecida, podría generarse un vacío existencial, pues al no desplegarse y no buscar motivos, no encuentra sentido. En la vida se genera cierta tensión existencial entre lo que se es y debiera ser, lo que también impulsa la búsqueda de un propósito auténtico. En esta línea, Frankl sostiene que la necesidad fundamental del ser humano no es la gratificación o el poder, sino palpar que su vida tiene un significado. Experimentar que la vida posee sentido constituye la fuerza motivacional primordial del sujeto (Frankl, 1999).

En “El hombre en busca de sentido”, Frankl (1999) reflexiona acerca de cómo es posible hallar significado incluso en las circunstancias más desfavorables. La búsqueda de sentido se constituye así como la principal motivación del sujeto. Para él, la importancia radica en hallar un propósito en cada acción y en asumir responsabilidad tanto para con uno mismo como con los demás. Si vivimos, debemos asumir la responsabilidad de hallar respuestas apropiadas a las cuestiones que la vida nos plantea e ir cumpliendo con las obligaciones que se presentan (Jiménez, 2022).

En este marco, Frankl (1999) describe el concepto de vacío existencial como la manifestación contemporánea de la falta de sentido, caracterizada por un estado de aburrimiento, apatía e indiferencia hacia la propia vida. Según el autor, este fenómeno no implica necesariamente sufrimiento activo, sino una ausencia de dirección que impide al sujeto orientarse hacia algo que valga la pena. En sus propias palabras: "Este vacío existencial se manifiesta sobre todo en un estado de tedio" (p. 90). De este modo, el vacío existencial no se presenta como un estado puntual, sino como una condición que atraviesa la vida del sujeto cuando este no logra orientarse hacia aquello que le otorga dirección y propósito.

Según Frankl (1999), el anhelo por encontrar sentido de vida está presente en todas las personas en mayor o menor medida. Sin embargo, el sentido, propiamente dicho, no es idéntico para todos ya que dependerá de los objetivos, capacidades y circunstancias de cada individuo. Esta búsqueda es completamente personal aunque puede ser acompañada desde un proceso terapéutico que ofrezca herramientas y estrategias para favorecer y fortalecerla.

Si bien Frankl constituye el fundamento del concepto de sentido de vida, autores contemporáneos permiten ampliarlo. Martela y Steger (2016) proponen que el sentido de vida puede comprenderse a partir de tres dimensiones: coherencia, propósito y significatividad, y

distinguen entre la presencia del sentido y la búsqueda activa del sentido como experiencias psicológicas diferenciadas. Steger, además, desarrolla instrumentos para medir este constructo de manera empírica.

En una línea similar, Lukas (2005) citado por Zamudio Flores (2021, p. 184) sostiene que el sentido de vida implica un proceso individual de búsqueda mediante el cual la persona otorga valor a su existencia, favoreciendo su realización personal. Por su parte, Ocampo (2011) citado por Alarcón Montero (2024, p. 3) lo entiende como un proceso dinámico que integra dimensiones personales, sociales, experienciales y actitudinales.

Frankl (1994) plantea que el sentido de la vida puede encontrarse a través de tres vías principales: la realización de una obra, la vivencia de experiencias significativas, especialmente en el encuentro con otros, y la actitud que la persona adopta frente a situaciones inevitables. En este marco, el sentido puede encontrarse tanto en el compromiso con una causa como en el amor hacia otra persona, dimensiones a partir de las cuales el individuo se realiza. El autor sostiene, incluso, que en contextos de sufrimiento extremo o situaciones límite, donde las posibilidades de acción se ven restringidas, el ser humano conserva la capacidad de buscar sentido a su existencia. En estos casos, la actitud asumida frente a la adversidad permite transformar el sufrimiento en una experiencia significativa. Así, la vida mantiene su sentido en toda circunstancia, incluso hasta el último momento.

Resulta pertinente diferenciar entre la búsqueda de sentido y la presencia de sentido, tal como proponen Martela y Steger (2016). Mientras que la búsqueda refiere al impulso activo del sujeto por encontrar un propósito, la presencia de sentido implica la vivencia concreta de que la propia vida tiene dirección, coherencia y valor. Ambas dimensiones pueden coexistir, ya que la persona puede experimentar sentido en ciertos aspectos de su vida mientras continúa buscándolo en otros. Asimismo, la noción de tensión existencial

desarrollada por Viktor Frankl (1999) resulta fundamental, ya que plantea que el ser humano se encuentra constantemente en una distancia entre lo que es y lo que podría llegar a ser. Esta tensión funciona como motor de la acción, impulsando al sujeto a orientarse hacia la realización de valores y al encuentro de sentido. El sentido de vida no se presenta como algo dado de manera definitiva, sino como una posibilidad que se actualiza en la medida en que el individuo responde a las demandas que la vida le plantea.

Valores creativos

Según Pareja (1987), la respuesta a la vida no se formula en palabras sino que se realiza en la acción, en el hacer concreto y cotidiano, donde la persona, desde su libertad, asume la responsabilidad de dar forma y sentido a su existencia, particularmente a través de la creación y realización de valores. De este modo, el trabajo se constituye como un canal de realización de los valores de creación y como un espacio de vínculo entre la persona y la comunidad. A través de la obra realizada, el trabajo posibilita la humanización del individuo, permitiéndole expresar su carácter único, insustituible e irrepetible. En este sentido, el trabajo no es un fin en sí mismo, sino un medio. Lo decisivo no es la profesión en sí, sino el modo en que es ejercida. Asimismo, no importa la grandeza exterior de la obra realizada, sino el cómo lo hace el individuo para dar cuenta de aquello único e irrepetible que ha salido de su mundo interno.

La individualidad siempre tiene una relación directa a la comunidad para llegar a la plenitud de su sentido: Es en relación a la comunidad donde el ser humano se trasciende a sí mismo y donde el sentido de la individualidad halla su máximo valor, es el ser-para-los-demás. (Pareja, 1987, p. 190).

Valores vivenciales

Frankl (1994) sostiene que los valores vivenciales se realizan en aquellas experiencias en las que el sujeto se abre al encuentro con el mundo, con otros o con vivencias significativas. De esta forma, el autor plantea que no es la extensión de la vida ni la cantidad de experiencias lo que determina su sentido, sino la intensidad de los momentos. Por ello, los valores vivenciales permiten comprender cómo experiencias breves pero profundamente significativas pueden constituirse como fuentes de sentido, tal como puede suceder en el quehacer musical.

Pareja (1987) también señala que los valores de experiencia se vinculan con la capacidad de la sensibilidad humana para abrirse y apreciar el encuentro con el mundo. Estas vivencias se caracterizan por su gratuidad, en tanto no responden a una finalidad utilitaria, sino que permiten la contemplación y el disfrute de aquello que se da, por ejemplo, frente al arte.

Torrijo (2013) sostiene que en el encuentro con el otro, sea este otra persona, la naturaleza o Dios, al desplegar los valores vivenciales, se manifiesta el “sentido del amor”. En términos etimológicos, el amor se asocia con la vida, en oposición a la muerte. Así, la experiencia de amar no solo vitaliza a quien ama, sino también a aquel que es amado.

Como lo expresa Pareja (1987), a partir del amor podemos concretar los valores vivenciales ya que este nos posibilita acercarnos a un otro en todo lo que tiene de único, irrepetible, libre responsable y finito. El autor profundiza al señalar que, en la contemplación de una obra de arte, la naturaleza o el encuentro humano, se da un sentimiento de admiración que trasciende el objeto en sí mismo y se dirige también hacia la singularidad de quien lo ha creado. En este sentido, la experiencia no se agota en lo percibido, sino que implica una

apertura del sujeto a una dimensión de comunión y trascendencia, donde se reconoce el carácter único e irrepetible de aquello que se presenta. Estas vivencias permiten al individuo acceder a una forma de sentido que no se produce, sino que se recibe en el encuentro.

Torrijo (2013) señala que "la conciencia, para Frankl, es el 'órgano de sentido', a partir del cual el ser humano capta valores y decide desplegarlos, y solo en su realización encuentra sentido" (p. 23). De este modo, los valores vivenciales no operan de manera automática, sino que requieren de una conciencia atenta y dispuesta a reconocer el valor de lo que se presenta, condición que el quehacer musical puede activar de manera privilegiada.

Valores de actitud

Frankl (1999) sostiene que existen situaciones en las que la persona se ve privada de realizar valores de creación, a través del trabajo, y valores vivenciales, mediante el disfrute de la vida. Sin embargo, incluso en esas circunstancias, permanece la posibilidad de realizar valores de actitud, es decir, la capacidad de posicionarse frente al sufrimiento y asumirlo de manera significativa. En este sentido, el autor plantea que la realización de valores y el encuentro del sentido de vida abarcan todas las posibilidades de la existencia, incluyendo el sufrimiento.

Al hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: la última de las libertades humanas -la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias- para decidir su propio camino. (Frankl, 1999, p. 61)

Pareja (1987) plantea que estos valores se realizan especialmente ante el sufrimiento, la culpa y la muerte, y se expresan en la manera en que la persona decide posicionarse frente a tales circunstancias. Su finalidad radica en la posibilidad de transformar aquellos aspectos trágicos de la existencia en una oportunidad de crecimiento humano. Aceptar la realidad, aun

cuando implique sufrimiento, habilita un proceso de crecimiento interior que se desarrolla en una dimensión profunda.

En conjunto, los valores creativos, vivenciales y de actitud no se presentan de manera aislada, sino que se articulan en la experiencia concreta del sujeto (Frankl, 1999). En el quehacer musical, estas dimensiones pueden coexistir en un mismo proceso: la creación de una obra o producción musical (valor creativo), la vivencia estética y emocional que se experimenta durante su ejecución o escucha (valor vivencial), y la posición que el sujeto asume ante las situaciones límite de la vida en las que la música puede constituirse como un recurso de acompañamiento y afrontamiento (valor de actitud). De este modo, la música se presenta como un espacio en el que el sentido de vida puede ser encontrado a través de múltiples formas de relación con la experiencia.

Autotrascendencia

Frankl (1994) define a la autotrascendencia como la capacidad del hombre de apuntar por encima de sí mismo, hacia algo o alguien, hacia un sentido cuya plenitud hay que lograr o hacia un semejante con quien uno se encuentra. El autor sostiene que la autotrascendencia se vincula con la “voluntad de sentido”, entendida como la orientación del ser humano hacia algo que lo trasciende. En la medida en que la persona logra encontrar y realizar un sentido en su vida, no solo experimenta bienestar, sino que también adquiere recursos para afrontar el sufrimiento. El sentido actúa como sostén incluso en condiciones adversas, posibilitando que el individuo se mantenga orientado hacia la vida. Por el contrario, cuando no logra identificar un sentido, puede experimentar vacío y desorientación, lo que afecta su relación con la existencia. La autotrascendencia implica, por tanto, un movimiento que va más allá de sí

mismo, en el cual el sentido se encuentra en la apertura hacia valores, vínculos o causas, constituyéndose como un eje fundamental en la experiencia humana.

El hombre apunta por encima de sí mismo hacia algo que no es él mismo, hacia algo o alguien, hacia un sentido cuya plenitud hay que lograr o hacia un semejante con quien uno se encuentra. (Frankl, 1994, p. 14)

Según Fabry (2001), en la logoterapia, este concepto ocupa un lugar central, ya que el sentido se encuentra en la apertura y el compromiso con aquello que trasciende al sujeto. En este sentido, la autotranscendencia posee valor terapéutico al posibilitar que, incluso en situaciones de sufrimiento, la persona encuentre sentido en el despliegue de dichos valores.

Es en este punto donde se articulan los valores de creación y de experiencia, en la realización de una obra que trasciende al propio sujeto y en la capacidad de abrirse a su vivencia. El músico no solo produce sentido a través de su hacer, sino que también lo experimenta en el encuentro con la música. (Pareja, 1987)

Fabry (2001) sostiene que es necesario asumir, desde la libertad y la responsabilidad, una tarea o actividad que otorgue orientación a la propia vida. El compromiso con su realización puede funcionar como un sostén frente a situaciones difíciles. Esta tarea adquiere especial valor en la medida en que es reconocida como singular y propia, como algo que cada persona está llamada a realizar de un modo único. En la presente investigación, esta perspectiva será abordada en relación con el quehacer musical.

En este marco, tal como lo plantea Frankl (1994), la autotranscendencia adquiere relevancia en el ámbito artístico, debido a que el sujeto se orienta hacia algo que lo excede, ya sea una obra, un otro o un sentido por realizar. En el caso del quehacer musical, esta orientación puede manifestarse tanto en la creación como en la ejecución, donde el músico

dirige su atención hacia la música misma, hacia otros con quienes comparte la experiencia o hacia un público. La práctica musical puede constituirse, así, como un espacio de autotranscendencia en el cual el individuo va más allá de sí mismo y se vincula con dimensiones de sentido que lo superan.

Música

Técnicamente, la música puede definirse como el arte de organizar sensible y lógicamente una combinación coherente de sonidos y silencios, utilizando los principios fundamentales de la melodía, la armonía y el ritmo (Amézquita, 2012, citado por Flor Salcedo, 2024). No obstante, más allá de su estructura formal, la música adquiere significado únicamente en relación con la experiencia humana. En este sentido, Rouget (1985) amplía la definición señalando que la música puede entenderse como cualquier evento sonoro que no puede reducirse al lenguaje y que exhibe cierto grado de organización rítmica o melódica. Así, la música trasciende su dimensión técnica para constituirse en un modo de organizar y habitar la experiencia.

Toda música puede ser considerada desde tres puntos de vista: como objeto en sí mismo; como algo producido por composición o ejecución; y como algo escuchado desde la perspectiva de la percepción. En las condiciones normales de la comunicación musical, el emisor y el receptor comparten un código común, de modo que el mensaje enviado por el primero remite a un contexto comprensible para el segundo. (Rouget, 1985, p. 65)

Copland (1939) propone que la música puede ser comprendida a partir de tres planos interrelacionados. En primer lugar, el plano sensual refiere al modo inmediato de la escucha, vinculado al placer que produce el sonido en sí mismo, sin necesidad de análisis o reflexión.

En segundo lugar, el plano expresivo da cuenta de la capacidad de la música para comunicar significados y generar emociones. En tercer lugar, el plano puramente musical se relaciona con la organización formal de los sonidos, es decir, con la estructura de la composición en términos de armonía, melodía y ritmo. El autor señala que estos tres planos se presentan de forma simultánea en la experiencia del oyente, quien los integra de una manera más o menos consciente al escuchar música. De esta manera, la experiencia musical implica una articulación entre lo sensorial, lo expresivo y lo estructural.

Meyer (1956) plantea que el significado musical no reside en los sonidos en sí mismos, sino en las expectativas que estos generan en el oyente. A partir de la experiencia estilística acumulada, el oyente anticipa posibles continuaciones musicales, y es en la confirmación o frustración de estas expectativas donde emerge la respuesta emocional. De este modo, la música adquiere sentido en la medida en que provoca tensión y resolución dentro de un marco culturalmente compartido. El significado musical surge entonces de una relación triádica entre el estímulo sonoro, aquello que se espera de él, y la conciencia del oyente. En palabras del autor: “Uno alcanza la autoconciencia sólo cuando asume, o se encuentra estimulado a asumir, la actitud del otro” (Meyer, 1956, p. 39), lo cual vincula a la música con un acto comunicativo entre compositor, intérprete y oyente.

Desde una perspectiva antropológica, Rouget (1985) sostiene que la música crea la sensación de adhesión total del yo a lo que está ocurriendo, generando una transformación en la estructura de la conciencia. Este efecto no puede entenderse por fuera del sistema de representaciones culturales. En sociedades donde lo visible está animado por lo invisible, la música actúa como mediadora simbólica entre el individuo, la comunidad y lo trascendente, disolviendo la separación entre lo humano, lo natural y lo sagrado. No solo comunica emociones, sino que inserta al sujeto en un entramado compartido de significados.

En esta línea, DeNora (2000) propone comprender la música como un recurso activo para la configuración de la agencia estética, entendida como la capacidad de sentir, pensar y actuar de manera sensible y encarnada. La música funciona como una tecnología del yo mediante la cual las personas regulan sus emociones, orientan su identidad, reconstruyen memoria, gestionan energía corporal y preparan el tono disposicional para sus acciones futuras. Este uso no se limita al plano individual, también opera como dispositivo de ordenamiento social, coordinando climas afectivos colectivos y generando escenarios donde las acciones se alinean de forma intersubjetiva. La música, afirma la autora, puede actuar como un “dispositivo de social occasioning”, capaz de modular encuentros sociales y aportar textura estética a la interacción.

Dewey (1934) propone comprender el arte no como un objeto aislado, sino como una experiencia. Para el autor, una experiencia estética se caracteriza por ser una vivencia unificada, intensa y con sentido, en la que hacer y percibir se encuentran integrados en un proceso que tiene continuidad y cierre. En este marco, la música no se limita a una estructura sonora, sino que se constituye como una vivencia que organiza y da forma a la experiencia. Dewey sostiene que el valor del arte reside en su capacidad de transformar la experiencia cotidiana en una experiencia significativa, generando continuidad entre lo vivido y lo sentido. Así, el quehacer musical puede comprenderse como un espacio en el cual los sujetos no solo producen o interactúan con sonidos, sino que organizan su experiencia y encuentran sentido a partir de ella.

En una dimensión experiencial, Schäfer, Smukalla y Oelker (2014) introducen el concepto de experiencias musicales intensas (IME), definidas como vivencias profundamente significativas y emocionalmente transformadoras que emergen al escuchar o practicar música, dejando una huella duradera en la subjetividad. Estas experiencias pueden adquirir un

carácter espiritual, en tanto implican plenitud, conexión y trascendencia. Los autores señalan que las IME contribuyen al bienestar espiritual, entendido como integración, armonía y libertad interior. En este sentido, concluyen que "las IME son experiencias sumamente placenteras y positivas, que pueden capacitarnos para reconocer nuestras necesidades básicas y valores personales, y que nos ayudan a realizar nuestro verdadero ser interior para vivir una vida más auténtica, plena y espiritual" (Schäfer et al., 2014, p. 542).

En síntesis, a partir de los aportes de Dewey (1934), DeNora (2000) y Small (1998), se podría inferir que la música puede ser comprendida no sólo como una estructura sonora organizada, sino como una experiencia humana compleja que articula dimensiones sensoriales, emocionales, cognitivas y sociales. Lejos de limitarse a un objeto estético, la música se configura como una práctica que adquiere significado en la interacción entre los sujetos y su contexto, permitiendo la búsqueda de sentidos, la expresión de la subjetividad y la organización de la experiencia.

Es en todos estos lugares -desde una lujosa sala de conciertos hasta un gran centro comercial, desde una terminal de autobuses hasta un dormitorio- donde la música pone a disposición formas de sentir, ser, moverse y pensar; donde nos anima; donde nos mantiene 'despiertos'. (DeNora, 2000, p. 157)

Quehacer musical

El concepto de quehacer musical puede ser comprendido a partir de la noción de "musicking" propuesta por Small (1998), quien plantea que la música no debe entenderse como un objeto, sino como una actividad. Desde esta perspectiva, hacer música implica participar, en cualquier rol, de la actividad musical, sea ejecutar, componer, ensayar, escuchar o incluso sostener las condiciones materiales que hacen posible el evento. El quehacer

musical no se reduce a la ejecución técnica, sino que abarca un conjunto amplio de prácticas y experiencias vinculadas a la música. Asimismo, el autor sostiene que el significado de la música no reside únicamente en la obra, sino en las relaciones que se establecen durante la experiencia musical. Estas relaciones incluyen tanto los vínculos entre los participantes como las formas en que estos se posicionan frente a sí mismos, a los otros y al mundo. El quehacer musical se configura, entonces, como un espacio relacional y simbólico en el que se construyen significados, identidades y formas de vincularse.

En este sentido, el quehacer musical no solo implica una serie de acciones vinculadas a la música sino que también forma parte de la trayectoria vital del sujeto. En línea con los planteos de DeNora (2000) y Small (1998), a través de la práctica sostenida en el tiempo, los individuos desarrollan un vínculo con la música que se integra en su historia personal, conformando hábitos, formas de expresión y modos de vincularse con el entorno. Es así que el quehacer musical puede comprenderse como una práctica que se despliega en contextos específicos y que adquiere significado en relación con la experiencia singular de cada músico.

La música no trata sobre la vida sino que está implicada en la formación de la vida; es algo que entra en acción, algo que es formativo, aunque a menudo no reconocido, de agencia social. (DeNora, 2000, pp. 152-153)

Composición

En relación al proceso compositivo, Copland (1939) sostiene que la creación musical se inicia a partir de una idea, la cual puede manifestarse como una melodía, un ritmo o una estructura inicial. Esta idea, que ya posee características sonoras y expresivas, conforma el punto de partida a partir del cual el compositor desarrolla su música. El autor plantea que la música constituye una forma de expresión de la subjetividad ya que una obra refleja aspectos

de la sensibilidad, la experiencia y la manera de percibir la realidad del compositor. Escuchar una creación musical implica acercarse a la singularidad de quien la produjo. En este sentido, componer no implica únicamente la organización técnica de los sonidos, sino también el trabajo sobre sus posibles significaciones. Sin embargo, esta creación no es exclusivamente individual, sino que se encuentra atravesada por el contexto histórico y cultural del que el compositor es parte. Es así que la producción musical puede comprenderse como una suma entre la personalidad del creador y las condiciones de su época, articulando dimensiones subjetivas y sociales en una misma experiencia.

Un tema se le ocurre de pronto. El compositor parte de su tema; y el tema es un don del cielo. El compositor no sabe de dónde le viene, no tiene poder sobre él. Viene casi como la escritura automática. (Copland, 1939, p. 30)

Desde esta perspectiva, la composición musical puede entenderse como una forma de realización de valores creativos, en tanto implica la producción de algo que no existía previamente (Frankl, 1994). En este proceso el músico no solo organiza sonidos, sino que también exterioriza aspectos de su mundo interno, otorgándoles forma a través del lenguaje musical (Copland, 1939). De este modo, la composición se posiciona como un acto mediante el cual el sujeto encuentra sentido en la creación, en la medida en que logra plasmar algo propio en una obra que lo trasciende.

Ejecución musical

Desde la perspectiva de Small (1998), la música no debe comprenderse únicamente como un objeto sino principalmente como una acción humana. El autor sostiene que el significado de la música no reside exclusivamente en las obras musicales, sino en lo que las personas hacen al participar de un acto musical. En este sentido, la ejecución musical puede

entenderse como una experiencia activa en la que el sujeto se involucra corporal, emocional y simbólicamente con la música, comparable con el lenguaje como forma de expresión y vinculación. Es así que la ejecución musical excede la mera reproducción técnica de sonidos, conformándose como una actividad significativa a través de la cual las personas expresan aspectos de sí mismas, construyen vínculos y participan de experiencias compartidas. (Small, 1998)

Copland (1939) sostiene que toda práctica musical ejecutada involucra necesariamente la subjetividad, la sensibilidad, el criterio, la emocionalidad y experiencia personal de quien la realiza, implicando más que reproducir sonidos técnicamente. La música no se presenta como una estructura completamente estática, sino como una experiencia viva que adquiere nuevas formas en cada ejecución. El autor plantea que la ejecución musical puede comprenderse como una forma de manifestación subjetiva en la que el músico actualiza, recrea y expresa sentidos a través de la música.

En esta línea, la ejecución musical puede comprenderse como una experiencia situada en el presente, en la que el sujeto se involucra de manera directa con la acción musical (Dewey, 1934). A diferencia de la composición, que implica un proceso de elaboración, la ejecución se despliega al mismo tiempo en que ocurre, siendo una vivencia inmediata. En este sentido, puede vincularse con los valores vivenciales, ya que posibilita la experimentación de estados emocionales intensos, conexión con la música y con otros (Frankl, 1994). La ejecución musical no se limita, por ello, a hacer música, sino también vivirla.

Metodología

El presente Trabajo Final Integrador tuvo como objetivo describir y comprender si el quehacer musical influye en el encuentro de sentido de vida en músicos adultos residentes del AMBA. Para ello, se utilizó un método cualitativo, el cual, según Hernández Sampieri et al. (2018), busca explorar cómo los sujetos perciben, interpretan y significan su realidad, haciendo foco en la profundidad más que en la generalización.

El estudio fue de tipo fenomenológico y de corte transversal, ya que se centró en la esencia de la experiencia vivida de los participantes en un momento determinado del tiempo. El enfoque fenomenológico permite acceder al modo en que los músicos experimentan subjetivamente su vínculo con la música y cómo ésta se relaciona con el encuentro del sentido de vida. La recolección de datos se llevó a cabo mediante entrevistas semiestructuradas y en profundidad, realizadas de manera individual entre el investigador y cada uno de los músicos seleccionados (Hernández Sampieri et al., 2018).

Muestra

La muestra estuvo conformada por 15 músicos y músicas del Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA), de entre 25 y 60 años, seleccionados mediante un muestreo intencional propio del enfoque cualitativo. Se incluyeron participantes con distintos niveles de profesionalización, abarcando tanto músicos profesionales como no profesionales, siempre que sostuvieran una práctica musical activa y significativa en sus vidas.

Como criterios de inclusión, se consideraron personas de entre 25 y 60 años, residentes en el AMBA, que hubieran sostenido una práctica musical activa durante al menos los últimos

cinco años, ya sea en ámbitos formales o informales. Asimismo, pudieron participar tanto músicos profesionales como no profesionales, siempre que la actividad musical tuviera un lugar relevante en su vida cotidiana y aceptaran participar voluntariamente mediante la firma del consentimiento informado.

En cuanto a los criterios de exclusión, se descartaron personas menores de 25 años o mayores de 60 años, así como aquellas que no hubieran mantenido actividad musical en los últimos cinco años o cuya participación fuera exclusivamente ocasional o esporádica. También se excluyeron quienes no residieran en el AMBA o no otorgaran su consentimiento para participar en el estudio.

Técnicas de recolección de datos e instrumentos

La recolección de datos se realizó mediante entrevistas semiestructuradas, las cuales, según Hernández Sampieri et al. (2018), se basan en una guía de asuntos o preguntas desde las que el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información favoreciendo así el acceso al significado subjetivo y experiencial de cada participante.

Procedimiento

El contacto con los participantes se llevó a cabo de forma virtual y/o presencial, según disponibilidad y accesibilidad. Antes de cada entrevista se entregó y firmó el consentimiento informado, garantizando la confidencialidad y el uso exclusivo de los datos para fines académicos.

Las entrevistas se realizaron de manera individual, en una única sesión, buscando propiciar un espacio íntimo y reflexivo.

El análisis de la información se realizó a partir de categorías emergentes, siguiendo los procedimientos propios del análisis cualitativo fenomenológico, procurando identificar significados recurrentes vinculados al sentido de vida.

Constancia de consentimiento informado

Las personas seleccionadas para la realización de este estudio debieron estar de acuerdo y aceptar participar del mismo. Debieron recibir información acerca de los objetivos de la investigación; tipo de participación, demandada o esperada; origen de la financiación del proyecto o el respaldo institucional del mismo y el uso que se hizo de los resultados obtenidos.

Resultados

En relación con el objetivo general, los resultados indican que el quehacer musical influye de manera significativa en el encuentro de sentido de vida en los participantes, en tanto se configura como un espacio que articula experiencias de identidad, vínculos, regulación emocional y trascendencia.

Respecto al objetivo de explorar las motivaciones personales que sostienen la relación con el quehacer musical, se observa un predominio de motivaciones intrínsecas. Los participantes refieren que su vínculo con la música se sostiene principalmente por el disfrute,

la necesidad de expresión y el interés personal, más allá de factores externos. Asimismo, varios entrevistados describen experiencias profundamente significativas vinculadas a estados de conexión y plenitud al hacer música.

En cuanto al objetivo de describir los significados personales atribuidos al quehacer musical, los relatos muestran que la música ocupa un lugar central en la construcción de identidad y en el desarrollo personal. Es significada como un espacio de autoconocimiento, disciplina y elaboración emocional, así como un medio para construir y sostener vínculos significativos, siendo un ámbito de encuentro y conexión con otros.

En relación con el objetivo de observar la vinculación entre el quehacer musical y experiencias de trascendencia y presencia de sentido, los resultados muestran que la práctica musical favorece experiencias que trascienden lo individual. Los participantes describen momentos de conexión profunda consigo mismos, con otros o con una dimensión espiritual, lo que permite pensar la música como un medio para la vivencia de sentido en términos de autotranscendencia.

Finalmente, respecto al objetivo de identificar si el quehacer musical es percibido como un recurso existencial, se observa que los participantes recurren a la música como una herramienta para afrontar situaciones vitales, regular emociones y sostener su bienestar. Emergen en este punto dimensiones como la autonomía en la toma de decisiones, el desarrollo de habilidades y la importancia de los vínculos como aspectos centrales de la experiencia musical. Asimismo, varios entrevistados mencionan dificultades vinculadas al equilibrio entre la vida personal y la actividad musical, aunque estas tensiones son, en muchos casos, resignificadas como oportunidades de crecimiento.

En conjunto, los resultados permiten sostener que el quehacer musical no solo constituye una práctica artística, sino que opera como un recurso existencial relevante en el encuentro de sentido de vida.

A partir del análisis de las entrevistas realizadas, emergieron distintos ejes temáticos que permiten comprender cómo el quehacer musical se vincula con el encuentro de sentido de vida en los participantes. Dichos ejes se articulan con los conceptos centrales de esta investigación: valores creativos, valores vivenciales, valores de actitud, autotrascendencia y la significación de la música como motor existencial. A continuación se presentan los ejes identificados, ilustrados con citas textuales de los entrevistados.

La música como constitutiva de la identidad y del recorrido vital

Los entrevistados describen a la música como un elemento central en la construcción de la identidad y en la orientación de sus trayectorias vitales. En muchos casos, no aparece únicamente como una actividad o interés, sino como una dimensión estructurante de la existencia, presente desde etapas tempranas y sostenida a lo largo del tiempo. Asimismo, varios participantes refieren que la música funciona como organizadora de sus elecciones, vínculos y formas de habitar el mundo, otorgando continuidad y sentido a sus recorridos personales.

Al respecto, el entrevistado 3 expresa:

“(…) la música determinó mi identidad, lo siento como parte de mí.”

En esta línea, el entrevistado 7 refiere:

“(…) la música es vida. La vida es música.”

El entrevistado 8 desarrolla:

“Cuando la música está incorporada a tu esencia, decodificas música en cualquier cosa, en el tono de una voz, en los ruidos, en cosas, en todo podés encontrar una forma de música.”

Asimismo, el entrevistado 11 señala:

“(…) la música sería la autopista principal.”

De este modo, la música no opera como un elemento externo a la vida de los participantes, sino como una dimensión constitutiva de su modo de estar en el mundo, articulando experiencia, identidad y sentido a lo largo del tiempo.

Valores creativos: expresión a través de la música

El quehacer musical aparece asociado a valores creativos vinculados con la producción, la expresión y la posibilidad de realizar algo propio en el mundo. Los entrevistados describen experiencias de composición, interpretación y creación como modos de plasmar pensamientos, emociones y vivencias personales. De esta manera, la música se presenta como una vía para exteriorizar lo que le sucede, de una manera en la que el sujeto produce algo que considera valioso y significativo. Asimismo, varios participantes destacan el trabajo, la disciplina y el compromiso implicados en sostener la actividad musical, especialmente en contextos profesionales o de formación continua.

El entrevistado 4 aporta:

“(…) te brinda esa experiencia de sacar lo que tenías adentro y no sabías que lo tenías.”

Por su parte, el entrevistado 5 menciona:

“(...) habilidades vinculadas a la composición (...) poder poner en palabras o en ideas cosas que uno viene reflexionando (...)”

El entrevistado 6 expresa:

"No busco aportar, busco vaciarme. Cuando escribo, saco lo que tengo adentro. No tengo otra mirada que no sea la expresión pura."

El entrevistado 7 menciona:

“Yo creo que creo un mundo distinto. O sea, cada cosita que uno hace es como que aporta algo al mundo, algo diferente que antes no estaba (...)”

Entrevistado 8:

“(...) lograste plasmar algo, sacar algo desde un canal interno y le diste forma y le diste vida (...) es como testimonio nuestro del paso por esta vida: escribir un libro, plantar un árbol, tener un hijo, bueno, hacer canciones.”

El entrevistado 10 señala:

“El hecho de poder plasmar lo que pensás en letras hace que también aprendas a desenvolverte (...) la música te da muchas herramientas para todo.”

Estas experiencias dan cuenta de la realización de valores creativos. El sujeto no solo produce algo, sino que en ese acto se reconoce, se expresa y deja una huella que lo trasciende.

Valores vivenciales: experiencias emocionales, corporales y de plenitud

En los relatos emergen experiencias intensas vinculadas al quehacer musical, tanto en contextos de ejecución en vivo como en momentos de composición o práctica individual. Los entrevistados describen estados de concentración profunda, pérdida de la noción del tiempo, sensaciones corporales intensificadas y experiencias de disfrute, plenitud o fluidez. En algunos casos, estas vivencias adquieren características cercanas a estados meditativos o de absorción total en la experiencia musical. Asimismo, aparecen emociones diversas como alegría, nostalgia, ansiedad, euforia y felicidad, asociadas tanto a la práctica musical como a la conexión con el público y con la propia obra.

Al respecto, el entrevistado 2 refiere:

“(...) es medio esa meditación y esa mente en blanco donde perdés esa noción.”

Entrevistado 5:

“(...) un momento de desconexión, disfrute, conexión con otras cosas, mi espiritualidad, mi vida, mi forma de pensar.”

Por su parte, el entrevistado 7 expresa:

“(...) uno deja de ser un cuerpo, uno es una cosa que suena y ya no es un cuerpo, uno piensa en la música y hace esa música.”

El entrevistado 12 aporta:

“(...) se borran todos los conceptos, lo mental y lo mundano. Eso para mí es algo significativo. Cuando no importa en realidad todo lo demás, ni siquiera si lo cantamos, lo presentamos en algún lugar, si lo grabamos, no lo grabamos. Como que no importa nada en realidad más que eso que está pasando en ese momento.”

Finalmente, el entrevistado 14 señala:

“(…) hay como calor, electricidad, felicidad (…) te vuelve una liviandad que es como flotar.”

Estas vivencias se corresponden con los valores vivenciales propuestos por Frankl, en los que no es la duración sino la intensidad del momento lo que constituye una fuente de sentido, y que en el caso del quehacer musical adquieren una cualidad particularmente profunda.

Autotrascendencia: encuentro con otros, transmisión y conexión

La música también es significada como una vía de encuentro con otros y de apertura hacia dimensiones que trascienden al propio sujeto. Los entrevistados destacan el vínculo generado con compañeros, público, alumnos y personas que conocen a través de la música, describiendo experiencias de conexión emocional, intercambio y transmisión. En varios relatos aparece la idea de que la música permite generar bienestar, acompañar emocionalmente o transmitir algo valioso a otros. Asimismo, algunos participantes refieren experiencias de conexión con dimensiones espirituales, históricas o simbólicas.

En este sentido, el entrevistado 1 expresa:

“(…) lo más significativo es el vínculo que te da con la gente (…)”

El entrevistado 4 nos cuenta:

“Hay mucho de tener complicidad con tu amigo que hace música con vos, porque están en la misma. Comparten los mismos sentimientos, el mismo camino. Creo que

eso es muy significativo, que la música traiga amistad. Para mí es lo principal de la música, que te rodee gente con los mismos sentimientos que vos.”

Asimismo, el entrevistado 6 refiere:

“(…) que la música sirva para la transmisión de felicidad (…) ya el cometido está cumplido.”

Entrevistado 7:

“(…) conocer a alguien que por ahí no hubiera conocido de otra manera, llegó a través de mi música (…)”

Entrevistado 11:

“(…) podés hacer el acorde que le cambie la vida a alguien más.”

El entrevistado 13 comenta:

“(…) es un privilegio poder tener esa conexión tan fuerte al punto de que sea una forma de expresión (…) sobre todo por las relaciones humanas que se forman a raíz de eso, la conexión con las personas.”

El entrevistado 14 menciona:

“(…) la puedo elegir para el encuentro con mis ancestros (…)”

Finalmente, el entrevistado 15 expresa:

“(…) es una herramienta que tengo para transformar o para compartir con los otros.”

El músico sale de sí mismo orientándose hacia otros, hacia una obra o hacia una dimensión simbólica, y es precisamente en ese movimiento donde emerge la autotranscendencia y el sentido.

Valores actitudinales: posicionamiento frente a las dificultades y al sufrimiento

En distintos relatos la música aparece como un recurso frente a situaciones adversas, permitiendo afrontar angustias, frustraciones o momentos difíciles. Algunos entrevistados describen que el quehacer musical les posibilita atravesar emocionalmente determinadas experiencias, encontrar alivio o sostenerse subjetivamente frente al malestar. A su vez, también emergen referencias al esfuerzo, la tolerancia a la frustración y la perseverancia necesarias para sostener la actividad musical, especialmente frente a exigencias laborales, emocionales o personales.

Al respecto, el entrevistado 3 expresa:

“(...) ante momentos adversos, componer, escribir una letra (...) me da herramientas para afrontar las situaciones, saber qué me está pasando.”

Entrevistado 6:

“(...) respeto a tus compañeros, respeto a tu actividad, respeto al laburo (...) igual que en cualquier tipo de trabajo que requiera tu compromiso y tu saber.”

El entrevistado 8 nos relata:

“Pasé por un divorcio con un hijo pequeño y sí, definitivamente sí (...) la música es un canal, es un canal expresivo. Entonces sí, definitivamente la música me ayudó.”

Entrevistado 9:

“(…) siempre lucho para poder seguir haciendo música más allá de no poder llegar, seguir haciendo música desde distintos lados (…)”

Por su parte, el entrevistado 12 refiere:

“(…) hay algo que te está salvando.”

El entrevistado 15 relata:

“(…) cuando falleció mi papá, como muy complejo a nivel personal, por ahí un ensayo era abstraer un poco de eso y poder compartir con otros sin estar hablando, sintiendo.”

Finalmente, resulta significativo lo expresado por el entrevistado 6:

“La música no te cura la vida, la música te cura el alma.”

En conjunto, estos relatos evidencian la presencia de valores de actitud, en tanto los participantes no solo atraviesan la adversidad con la música como recurso, sino que asumen frente a ella una postura activa que les permite encontrar sentido.

La música como fuente de sentido y motor existencial

Los entrevistados describen a la música como una fuente central de motivación, vitalidad y sentido en sus vidas cotidianas. En algunos casos, ocupa un lugar organizador de la rutina y de los proyectos personales, mientras que en otros aparece asociada al entusiasmo, al deseo y a la posibilidad de proyectarse hacia el futuro. Más allá del carácter profesional o recreativo de la actividad, la música es vivida como algo que sostiene, orienta y otorga significado a la existencia.

El entrevistado 3 expresa:

“(...) cuando estoy aburrido o cuando estoy, quizá te diría hasta perdido, digo es por acá (...)”

En esta línea, el entrevistado 5 señala:

“Los días que tengo ensayos soy más feliz. Estoy más contento, sé que en un momento corto y disfruto, sin lugar a dudas. Es una motivación que en la cotidianeidad suma.”

Asimismo, el entrevistado 6 expresa:

“Hoy ocupa mi laburo, hoy ocupa mis responsabilidades, hoy ocupa mis planificaciones, hoy ocupa mis sueños, hoy ocupa mis metas (...) no concibo una existencia mía sin eso.”

El entrevistado 7 nos explica:

“(...) para seguir sintiéndome que estoy en el mundo, tengo que tener un proyecto musical de algún tipo, puede ser cualquiera, pero que sea musical.”

El entrevistado 12 aporta:

“(...) no importa si no lo hago como quiero todavía. Hacerlo, por el hecho de hacerlo ya es un montón. Sin tanto propósito, ni siquiera.”

Finalmente, el entrevistado 13 dice:

“Mirando para atrás fue como un abracito, sigue siendo igual, siempre es como algo que salva (...)”

Así, la música se confirma como un recurso existencial que no se limita a los momentos extraordinarios, sino que opera cotidianamente como orientación, sostén y fuente de sentido en la vida de los participantes.

Discusión

Los resultados permiten sostener que el quehacer musical se configura como una experiencia significativa en el encuentro del sentido de vida, lo cual se encuentra en consonancia con los antecedentes revisados, aunque también introduce matices relevantes en función del contexto, la población estudiada y el tipo de estudio.

En primer lugar, los resultados coinciden con lo planteado por Alarcón Montero (2024), quien identifica que la práctica musical favorece la construcción de identidad, motivación y trascendencia. En ambos estudios, la música no aparece únicamente como actividad artística, sino como un eje organizador de la experiencia subjetiva. Sin embargo, el trabajo se encuentra centrado en un género específico (hardcore) y en compositores en relación con los valores creativos. Aquí se diferencia de la presente investigación la cual no se restringe a un género en particular ni a una tarea específica dentro de la música, sino que sucede en músicos con trayectorias diversas, amateurs y profesionales, de distintos géneros y en cuanto a ejecución y composición, relacionados con los valores creativos, vivenciales y de actitud, lo que amplía el alcance del fenómeno.

En relación con Flor Salcedo (2024), los resultados también convergen en señalar el impacto de la música en el bienestar emocional, el autoconocimiento y la transformación personal. No obstante, tal estudio se enfoca en un aspecto terapéutico, lo cual permite que los resultados de este trabajo profundicen en la dimensión existencial, mostrando que la música

no solo contribuye al bienestar, sino que se plantea como una vía de encuentro de sentido en la vida cotidiana.

Por su parte, los resultados de Fernandes et al. (2022) destacan la relación entre prácticas artísticas, apoyo social y sentido de vida. En esta investigación, y en concordancia con la investigación brasileña, la música aparece como espacio de encuentro, pertenencia y conexión. Sin embargo, mientras el estudio brasileño aborda esta relación desde un enfoque cuantitativo y correlacional, en el presente trabajo lo vincular aparece como una dimensión constitutiva en el encuentro de sentido y no como una variable que favorece su incremento. Los resultados sugieren que el sentido no se ve potenciado porque hay vínculo, sino que aparece a través del mismo.

En la misma línea, Andrade Martins y Corrêa (2024), y Gaunt et al. (2021), desarrollan aportes teóricos que destacan el potencial de la música como vía de encuentro de sentido. Mientras los primeros sostienen que la práctica musical posibilita la realización de valores de creación, experiencia y actitud, Gaunt et al. (2021) introducen la noción del músico como “creador en la sociedad”, enfocado en el carácter significativo, proyectivo y social del quehacer musical. Los resultados de la presente investigación acompañan estos planteos, mostrando que los músicos encuentran sentido en la creación (composición y ejecución), en la vivencia (disfrute y conexión) y en los valores de actitud, manifestados en el posicionamiento frente a las dificultades. Asimismo, la música es experimentada como un espacio de encuentro social, expresión y vínculo con otros. A diferencia de estos desarrollos teóricos, este estudio aporta material empírico que permite observar cómo dichas dimensiones se despliegan en experiencias concretas.

Respecto a Sarner (2025), se observa coincidencia en la música como espacio de significado e identidad. No obstante, mientras dicha investigación se enfoca en estudiantes de

formación superior, en esta investigación el sentido emerge también en trayectorias amateur, lo que sugiere que el encuentro de sentido a través de la música no depende exclusivamente de la formación académica ni del desarrollo profesional formal.

En cuanto a los estudios cuantitativos, los resultados son consistentes con Tu y Fu (2024), quienes observan correlaciones positivas entre compromiso con la música, bienestar subjetivo, autoestima y conductas prosociales. No obstante, en esta investigación se observa que estas asociaciones no se experimentan como variables aisladas, sino como una vivencia integrada de sentido.

Del mismo modo, los hallazgos se alinean con Kiss y Linnell (2023), quienes señalan que la música cumple funciones de regulación emocional, identidad y bienestar. Sin embargo, en los relatos analizados, no se limita a explicar la relación entre variables, sino que explora el significado subjetivo de dichas funciones como una experiencia integrada hacia el encuentro de sentido.

En relación con Zaatar et al. (2024), los resultados pueden interpretarse en sintonía con la idea de que la música impacta en procesos de autoconciencia, empatía y proyección personal. No obstante, mientras ese trabajo se apoya en evidencia neurocientífica, esta investigación permite comprender cómo esos procesos se manifiestan en la experiencia vivida, particularmente en el encuentro de sentido.

Finalmente, los resultados presentan fuertes puntos de contacto con Perrier et al. (2025), especialmente en lo referido a la motivación intrínseca, la construcción de vínculos significativos y la presencia de experiencias trascendentales. Sin embargo, su estudio, a su vez, hace foco en las dificultades del campo profesional (inestabilidad, conflictos interpersonales, equilibrio vida personal-trabajo), mientras que en la presente investigación

esas dificultades no surgen significativamente. Esto podría explicarse por la inclusión de músicos no profesionales, para quienes el quehacer musical no se encuentra tan ligado a exigencias laborales.

En síntesis, los resultados no solo confirman gran parte de lo planteado en el estado del arte, sino que aportan una mirada de cómo el quehacer musical puede constituirse como un recurso en el encuentro de sentido de vida. Desde la logoterapia de Frankl, esto se traduce en la posibilidad de realizar valores creativos a través de la composición, valores vivenciales en la experiencia estética y emocional del quehacer musical y en su ejecución, y valores de actitud, en donde la música opera como recurso de afrontamiento en el tránsito de situaciones límite. A diferencia de muchos antecedentes, que abordan la música desde conceptos específicos como el bienestar, la identidad o la función social, este estudio permite comprenderla como una vía de autotranscendencia y de voluntad de sentido, donde este se construye en la relación con otros, con la propia historia y con una dimensión que excede al sujeto.

Conclusión

A partir de los resultados obtenidos en las entrevistas se concluye que el despliegue del quehacer musical (autotranscendencia) al ser experimentado como creativo, vivencial, emocional y recurso de afrontamiento en situación límite, influye en el encuentro de sentido de vida. A partir de los relatos recogidos, se observa que la música no aparece como un elemento accesorio, sino como una dimensión significativa en la vida de los participantes, íntimamente ligada a su modo de estar en el mundo.

Las motivaciones que sostienen este vínculo no se reducen a lo técnico o profesional, sino que se anclan en el disfrute, la necesidad de expresión y, sobre todo, en la posibilidad de conexión con otros. Asimismo, los participantes atribuyen al quehacer musical significados vinculados a la identidad, las emociones y su proyecto de vida, volviéndolo un componente central en su manera de vivir y comprender la propia experiencia.

A su vez, en múltiples relatos emergen experiencias que los propios participantes describen en términos de profundidad, conexión o incluso trascendencia, especialmente en momentos de ejecución o composición. Es en estas vivencias donde la música deja de ser solo una práctica para convertirse en un espacio donde el sentido se encuentra.

En esta línea, el quehacer musical puede pensarse como un recurso existencial que habilita condiciones en las que el sentido puede ser encontrado: en el crear, en el vínculo y en la forma en que cada sujeto se posiciona frente a su propia vida.

Aportes de la investigación

A nivel de estudio psicológico, el presente trabajo aporta una comprensión situada del sentido de vida desde una perspectiva fenomenológica, mostrando cómo este no se presenta como una abstracción teórica, sino como una experiencia concreta que se despliega en prácticas cotidianas significativas. La investigación contribuye a visibilizar el papel de actividades expresivas como la música en la vida psíquica de los sujetos, evidenciando su implicancia en procesos de identidad, regulación emocional y posicionamiento existencial. La investigación refuerza, además, la perspectiva de que el sentido se encuentra en la relación activa del sujeto con su experiencia.

A nivel del estudio de la relación entre sentido y quehacer musical, la investigación aporta evidencia empírica sobre el vínculo entre el quehacer musical y el encuentro de sentido de vida, profundizando en cómo esta relación se configura en la experiencia subjetiva de los músicos. A diferencia de enfoques que abordan la música desde su impacto en variables como el bienestar o la emoción, este estudio permite comprenderla como un espacio existencial donde se habilitan experiencias de sentido, particularmente a través del hacer, la expresión y el vínculo con otros. En este marco, se destaca que lo vincular no opera solo como un factor asociado, sino como una dimensión constitutiva en la emergencia del sentido.

Por otro lado, se introduce el concepto de quehacer musical desde una perspectiva ampliada, entendida como práctica relacional y significativa, lo cual permite desplazar la mirada desde la música como objeto hacia la música como experiencia vivida. Esto abre nuevas líneas de investigación orientadas a explorar otras prácticas artísticas desde su potencial en la configuración del sentido de vida.

Limitaciones

Al tratarse de una investigación cualitativa con diseño fenomenológico y una muestra intencional, los resultados no son generalizables a la totalidad de músicos adultos del AMBA, sino que deben comprenderse dentro del marco particular de las experiencias de los participantes seleccionados. En este sentido, la selección intencional realizada por el propio investigador constituye una limitación inherente al diseño, dado que puede introducir sesgos vinculados a la red de contactos o a criterios subjetivos de inclusión.

Otra de las limitaciones identificadas en el desarrollo de esta investigación refiere a la escasez de antecedentes específicos sobre la relación entre el sentido de vida y el quehacer

musical desde una perspectiva logoterapéutica. Si bien existe producción académica tanto en el campo de la logoterapia como en el de la psicología de la música, los estudios que articulan ambas dimensiones de manera directa son reducidos, lo que dificultó la construcción de un estado del arte exhaustivo y limitó la posibilidad de establecer comparaciones sistemáticas con investigaciones previas de características similares.

Asimismo, los relatos obtenidos dependen de la disposición emocional y cognitiva de cada entrevistado en el momento del encuentro, pudiendo aparecer sesgos de idealización, omisiones involuntarias o reconstrucciones retrospectivas influenciadas por la memoria. A esto se suma la posibilidad de un acceso diferencial a músicos con trayectorias diversas, quienes poseen mayores compromisos profesionales podrían no disponer del tiempo necesario para participar, lo que podría limitar la heterogeneidad del grupo entrevistado.

Otra limitación surge del uso del concepto “quehacer musical” como categoría amplia para convocar y explorar la experiencia musical. Este término incluye prácticas heterogéneas como composición, ejecución e interpretación, que tienen particularidades conceptuales y fenomenológicas distintas. Si bien el foco del estudio se orienta principalmente hacia la composición y la ejecución, la amplitud del término puede restringir la posibilidad de profundizar de forma diferenciada en cada práctica y en su relación específica con el sentido de vida.

Finalmente, es importante señalar que la experiencia musical, al ser un fenómeno sensitivo, emocional y simbólico, no siempre puede ser plenamente traducida al lenguaje verbal. Ciertos matices de la vivencia podrían quedar parcial o totalmente fuera del registro disponible para el análisis.

Líneas futuras de la investigación

En primer lugar, se propone ampliar el alcance del estudio mediante diseños cuantitativos o mixtos que permitan analizar la relación entre el quehacer musical y el sentido de vida en muestras más amplias, favoreciendo la comparación entre distintos grupos de músicos.

En esta línea, resultaría pertinente realizar estudios comparativos entre músicos profesionales y no profesionales, así como entre diferentes franjas etarias, con el fin de observar posibles variaciones en la relación con la música a lo largo del ciclo vital. Asimismo, sería relevante explorar estos procesos en otros contextos socioculturales, ampliando la mirada más allá del AMBA.

Por otro lado, se sugiere profundizar en análisis diferenciados según el tipo de práctica musical (composición, ejecución, interpretación, docencia, producción), con el objetivo de identificar particularidades en el modo en que se configura el sentido de vida en cada caso.

Finalmente, sería valioso desarrollar estudios longitudinales que permitan observar la evolución del vínculo con el quehacer musical a lo largo del tiempo. A su vez, se propone incorporar estrategias metodológicas complementarias que posibiliten un acceso más profundo a la experiencia, como el análisis de producciones musicales (letras, composiciones, aspectos sonoros y conceptuales), y no únicamente desde el discurso verbal.

Referencias

Alarcón Montero, H. (2024). *Sentido de vida a través de valores creativos en músicos compositores de Hardcore*. [Tesis de grado, Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC)]. <http://hdl.handle.net/10757/668777>

Andrade Martins, F. & Correa, D. (2024). Valores em logoterapia e as possibilidades de realização a partir da música. *Revista científica e academica de logoterapia*, 1(2). <https://logoterapia.com.br/ojs/index.php/rcals/article/view/13>

Copland, A. (1939). *Cómo escuchar la música*. McGraw-Hill.

DeNora, T. (2000). *Music in everyday life*. Cambridge University Press.

Dewey, J. (2008). *El arte como experiencia*. Ediciones Paidós. (Obra original publicado en 1934)

Fabry, J. B. (2001). *Señales del camino hacia el sentido: Descubriendo lo que realmente importa*. Ediciones LAG.

Fernandes, J., Zanatta, C., Santana, C., Telles, L., y Domingos, L. (2022). Suporte social percebido por meio da arte e crenças no sentido de vida. *Revista científica recisatec - ISSN 2763-8405*, 2(7). <https://doi.org/10.53612/recisatec.v2i7.163>

Flor Salcedo, M. A. (2024). *Impacto de la música en el bienestar psicoemocional: Una visión propuesta desde el humanismo. Una revisión sistemática exploratoria*. [Tesis de maestría, Universidad Internacional SEK]. <https://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/5272>

Frankl, V. (1994). *La voluntad de sentido*. Herder.

Frankl, V. (1999). *El hombre en busca de sentido*. Paidós.

Gaunt, H., Duffy, C., Coric, A., González Delgado, I., Messas, L., Pryimenko, O. & Sveidahl, H. (2021). Musicians as “Makers in Society”: A Conceptual Foundation for Contemporary Professional Higher Music Education. *Front. Psychol.* 12:713648.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.713648>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2018). *Metodología de la investigación* (7.^a ed.). McGraw-Hill.

Jiménez, M. T. (2022). *Nociones socráticas en el sentido de vida de la logoterapia de Viktor Frankl: conocimiento de sí y cuidado de sí*. [Tesis de grado, Universidad El Bosque].

https://repositorio.unbosque.edu.co/bitstream/handle/20.500.12495/7810/Jimenez_Padilla_Maria_Teresa_2022.pdf?sequence=1

Kiss, L., & Linnell, K. J. (2023). Reasons for participating in musical activities and their relationship with well-being during and before Covid-19. *Psychology of Music*, 51(3), 1013–1025. <https://doi.org/10.1177/03057356221124034>

Martela, F., & Steger, M. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *The Journal of Positive Psychology*, 11(5), 531–545. <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>

Meyer, L. B. (1956). *Emotion and meaning in music*. University of Chicago Press.

Pareja, G. (1987). *Viktor Frankl: comunicación y resistencia*. Premia.

Perrier, L., Latreille-Gagné, L., Khoriaty, F., Fortin, M. & Bonneville-Roussy, A. (2025). Exploring the well-being of professional female musicians: a self-determination theory perspective. *Front. Psychol.* 15:1465192. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1465192>

Rouget, G. (1985). *Music and trance: A theory of the relations between music and possession*. University of Chicago Press.

Sarner, C. (2025). *Utbildningsvägar hasta musiken: Musikerstudenters livshistorier om drivkrafter och erkännande* [Tesis doctoral, Universidad de Gotemburgo]. <https://hdl.handle.net/2077/89719>

Schäfer, T., Smukalla, M., & Oelker, S.-A. (2014). How music changes our lives: A qualitative study of the long-term effects of intense musical experiences. *Psychology of Music*, 42(4), 525–544. <https://doi.org/10.1177/0305735613482024>

Small, C. (1998). *Musicking: The meanings of performing and listening*. University Press of New England.

Torrijo, S. M. (2013). *Léeme... encontrate: Desde un enfoque logoterapéutico*. Umbrales.

Tu, J., & Fu, H. (2024). The path to happiness for music students: Music empathy and music engagement as potential sources of subjective well-being. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11, 1037. <https://doi.org/10.1057/s41599-024-03533-0>

Zaatar, M. T., Alhakim, K., Enayeh, M., & Tamer, R. (2024). The transformative power of music: Insights into neuroplasticity, health, and disease. *Brain, Behavior, & Immunity - Health*, 35, 100716. <https://doi.org/10.1016/j.bbih.2023.100716>

Zamudio Flores, D. (2021). Sentido de vida y salud mental. *Revista de Investigación en Psicología* (2), 183-192. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v24i2.20472>

Anexos

Anexo 1: Consentimiento Informado

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Me ha sido explicado que los miembros de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de UFLO Universidad desean conocer la relación entre el quehacer musical y el sentido de vida en músicos adultos residentes del AMBA. Por esta razón se está realizando un trabajo de investigación cuya finalidad es describir y comprender de qué manera el quehacer musical influye en el encuentro de sentido de vida en músicos adultos residentes del AMBA.

Mi participación en la investigación consiste en tomar parte en una entrevista individual, respondiendo con sinceridad y libertad a las preguntas que se me formulen. La entrevista será grabada únicamente en audio con el fin de permitir su transcripción y análisis, y dicha grabación no será divulgada ni compartida fuera del equipo de investigación. La participación es voluntaria y en cualquier momento puedo dejar sin efecto la presente autorización, retirándome del presente acto.

Se me ha informado que mis respuestas serán confidenciales y sólo de conocimiento del equipo de investigación, resguardando mi privacidad. Los resultados no serán asociados a mi identidad ni a los datos personales que se consignan al pie del presente consentimiento.

Asimismo, se me ha explicado que los resultados globales de la investigación serán presentados en la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales y que podrán ser expuestos también en congresos y/o publicados en revistas científicas, preservándose siempre mi identidad, conforme a la Ley 25.326 de Protección de Datos Personales.

Entiendo que los resultados de la investigación me serán proporcionados si los solicito y que, en caso de tener alguna pregunta acerca del estudio o sobre mis derechos como participante, puedo contactar a la Secretaría de Investigación y Desarrollo de UFLO Universidad, en sinvestydes@uflo.edu.ar

Habiendo comprendido lo que se me ha explicado, acepto participar en este trabajo de investigación.

Firma:

Firma Profesional Informante:

Aclaración:

Aclaración:

DNI:

DNI:

Fecha:

Protocolo N°:

Anexo 2: Preguntas de entrevista

1. ¿Componés y ejecutás música o solo ejecutás?
2. ¿Qué tipo de música hacés?
3. ¿Cómo comenzó tu relación con la música?
4. ¿Recordás alguna experiencia particularmente significativa mientras hacías música?
¿Qué la define como tal?
5. ¿La música te ayudó alguna vez a atravesar momentos difíciles o a posicionarte de cierta manera ante una situación?
6. ¿Hubo decisiones importantes de tu vida que sentís que estuvieron guiadas por tu vínculo musical?
7. ¿Viviste situaciones en las que el hacer música te absorbiera completamente o te dejara muy centrado en lo que estabas haciendo? ¿Cómo lo describirías?
8. Si mirás tu historia, ¿qué papel tuvo la música en tu recorrido personal?
9. ¿Qué lugar ocupa hoy la música en tu vida cotidiana?
10. ¿Qué experiencias significativas te brinda la música?
11. Cuando estás tocando, ¿registrás sensaciones físicas, de atención, pensamientos, imágenes u otras? ¿Como cuales?
12. ¿Qué emociones sentís al hacer música?
13. Al hacer música, ¿creés que desarrollás alguna capacidad, recurso o talento personal?
14. Cuando tocás o componés, ¿sentís que estás creando o aportando algo?
15. ¿Sentís que la música, o su ejecución, te vitaliza o funciona como una motivación en tu vida cotidiana?
16. ¿De qué manera crees que la música influye en tu proceso de crecimiento o desarrollo personal?
17. ¿Sentís que tocar influye en cómo enfrentás desafíos o decisiones?
18. Si por algún motivo no pudieras hacer música durante un tiempo prolongado, ¿qué impacto creés que tendría en tu vida?
19. Si tuvieras que sintetizar qué significa para vos hacer música, ¿cómo lo dirías en una frase?
20. ¿Existe entre los proyectos de tu vida seguir haciendo música? ¿Por qué?
21. ¿Hay algo esencial sobre tu relación con la música que no apareció y que te gustaría agregar?