

Influencia de la música en el comportamiento de los adolescentes

Influence of music on adolescent behavior

Jhon Steven Marín*

Recibido: 18 de julio de 2022 / Aceptado: 23 de septiembre de 2022 / Publicado: 01 de febrero de 2023

Forma de citar este artículo en APA:

Marín, J. S. (2023). Influencia de la música en el comportamiento de los adolescentes. *Ciencia y Academia*, (4), pp. 201-211. DOI: 10.21501/2744838X.4652

Resumen

La música ha acompañado al ser humano y, además, ha servido como elemento para identificar culturas y maneras de actuar. En la actualidad se conoce que está directamente relacionada con nuestra actividad cerebral, generando así toda clase de estímulos que pueden llegar al movimiento. Hoy en día, los ritmos y melodías tienen más lugar en la sociedad. La música llega al hombre tanto por gusto, como por saturación de su exterior. Esto ocurre en gran medida con los jóvenes, quienes en su nueva etapa buscan otros ambientes en los cuales puedan interactuar y sentirse identificados, uno de estos es el musical, aquel que se encuentra bajo una industria bastante globalizada que puede llegar a casi todas partes del mundo. Sin embargo, esta relación puede generar comportamientos rebeldes e inapropiados en los adolescentes, pues con quienes negocian su identidad, les interesa más las ganancias que pueden generar las canciones, que los efectos comunicativos que esta ejerce en los adolescentes. Por esta razón, es necesario que la sociedad le dé más visibilidad a la música y lo que esta puede traer en el comportamiento de los jóvenes.

* Estudiante, Institución Educativa Juan María Céspedes, Medellín-Colombia. Contacto: 130267@juanmariacespedes.edu.co

Docente asesor: Laura María Jaramillo Palacio

Palabras clave:

Música; Influencia; Identidad; Personalidad; Comportamiento.

Abstract

Music has accompanied the human being for a long time and, in addition, it has served as an element to identify cultures and ways of acting. At present it is known that it is directly related to our brain activity, thus generating all kinds of stimuli that can reach movement. Today, rhythms and melodies have more place in society. Music comes to man both by taste and by saturation of his exterior. This to a great extent to young people, who in their new stage are looking for other environments in which they can interact and feel identified, one of them is the musical, the same one that is under a fairly globalized industry that can reach almost all parts of the world. However, this relationship can generate rebellious and inappropriate behaviors in adolescents, since with those who negotiate their identity, they are more interested in the profits that songs can generate, than the great communicative effects that it has on adolescents. For this reason, it is necessary for society to give more visibility to music and the effects it can have on the behavior of young people.

Keywords:

Music; Influence; Identity; Personality; Behavior.

Música, manantial de energía

En la edad antigua, interactuar con la naturaleza para generar una serie de sonidos y silencios que tienden al ritmo, melodía y armonía, era una total muestra de caracterización para distintas civilizaciones. Las manifestaciones musicales para las culturas eran de suma importancia en relación con sus creencias, formas de comprender la vida y maneras de expresarse. Incluso desde aquel entonces, la música también se entendía como una fuente de vitalidad, pues se tenía la idea de que podía crear sentimientos en las personas.

Recordemos que la danza ha sido una de las manifestaciones más importantes de todos los pueblos desde el principio de la humanidad. Cuando es ritual encierra un contenido y sentimiento mágico. Fue creada en muchas culturas por los chamanes, con el fin de generar "energía" tanto en el individuo como en el grupo. La danza siempre ha sido en las culturas más ancestrales, una forma de vida, una manera de vivir holísticamente, en complicidad con la naturaleza y con otras personas. (Lacárcel Moreno, 2003, p. 224)

Desde aquel entonces se podía percibir el misterio que había detrás de la música. Aquella sensación que los individuos en algún momento hemos tenido, en la cual la música trasmítía ciertos sentimientos y energía, era usada para incidir en la comunidad y el sustento de esta, bajo un mismo sentimiento que los identificase y asegurase su unión y creencias. Esta relación que al parecer la música tenía con el hombre, y su peculiar forma de entrar en las emociones, fue una semilla de interrogantes para algunos pensadores que buscaban comprender los mecanismos de respuesta de la música, como lo afirma Blanca (2018):

Ya desde los principios de la historia se pueden rastrear menciones a que la música afecta el estado de ánimo. Los griegos fueron los primeros en sistematizar el efecto de la música sobre la conducta humana, decían que podía aliviar a los deprimidos y detener a los violentos. (párr. 2)

Dos casos realmente ciertos incluso en nuestra actualidad. La música es capaz de hacernos levantar de un momento difícil, de curar heridas que ningún médico puede. Una melodía adecuada puede brindarnos un estado de comodidad y confort que hace que se nos olvide el exterior y podamos desatarnos de cadenas que en ciertas ocasiones se apropian de nuestra calma. Es tal y como reencontrarse con su ser.

Hoy día, la conexión de la música con nuestro interior, aquella que puede evocar toda clase de emociones y sentimientos que varían desde alegría, nostalgia y euforia, hasta incluso efectos contrarios como disgusto y molestia, tiene una explicación. "La música es sonido, el sonido es vibración, la vibración es energía que se transmite en forma de ondas que llegan a nuestro oído y de él al cerebro" (Lacárcel Moreno, 2003, p. 215). La energía que se creía que transmitía la música

ahora cobra un valor más veraz. El oído, como sentido, toma un papel de receptor que permite a la música viajar por gran parte de nuestro cerebro, para de tal forma conquistar nuestro cuerpo. Aquella situación en la que la música se apodera lentamente de nosotros, en la cual de una manera consciente o inconsciente nos encontramos moviendo ciertas partes del cuerpo, da prueba de esta actividad cerebral que se activa al escuchar un ritmo adecuado, pues el movimiento corporal guarda cierta relación con nuestros neurotransmisores, como lo es la dopamina, encargada de funciones de motivación y estímulos placenteros. Aunque también el elemento ritmo puede influir en otros neurotransmisores como lo son serotonina y endorfina, ambas con funciones esenciales e importantes para la transmisión de información y funcionamiento adecuado de nuestro cerebro.

De esta manera, podríamos quedarnos con que la música es una fuente de energía que además de caracterizar a las culturas y personas, permite la expresión de sentimientos que llegan a un individuo para de esta manera, dependiendo de cómo encaje con su personalidad, aportar a su identidad. La música y todos los elementos que la rodean son expresiones tan fuertes que son capaces de llegar a nuestra actividad cerebral para generar toda clase de emociones, por lo que se podría tomar como un ejercicio saludable que permite estimular nuestro cerebro y hacernos sentir mejor. Dependiendo de cómo esta se ajuste a nuestro ser, puede hacer *bailar* neuronas.

Ahora bien, actualmente, el hombre está rodeado más que nunca por la música. Ya sea por gusto o factores externos, es cada vez más difícil conseguir el silencio. Esta creciente aparición de la música en la sociedad se la debemos a una gran relación que se está forjando en nuestros tiempos: música-adolescencia, y a una industria musical cada vez más globalizada.

Los adolescentes son los mayores promotores, seguidores y fanáticos de las corrientes musicales contemporáneas; es precisamente en dicha etapa en la que la que los jóvenes se apoyan en asuntos como la música en búsqueda de rasgos que los ayuden a formar su identidad. Por lo que vale cuestionarse el cómo la música está incidiendo en nuestros adolescentes y en la formación de conductas y creación de valores e incluso antivalores.

De esta manera, el presente trabajo busca indagar un poco tanto sobre el rol que adquiere la música en la adolescencia y cómo puede influir en los comportamientos, personalidades y emociones de esta población, como acerca del impacto que el desarrollo de la industria tiene en la misma.

Música y adolescencia, una relación ineludible

En la etapa de la niñez, el factor música no tomaba gran relevancia en la vida del individuo, pues era normal sentirse cómodo con la que le llegaba gracias a familiares. En el momento en que aquellas letras y melodías no pasan desapercibidos por nuestra mente, aunque sean un poco ajenas a nuestra realidad, se puede decir que estamos frente a la adolescencia.

Tanto nuestro físico como el sistema endocrino comienzan a modificarse. Nuevos comportamientos, ideas y sentimientos brotan de nuestra piel. En este preciso momento, la música toma un papel muy importante en el ámbito social, motivacional e identificador. El deseo de experimentar cosas nuevas nos hace alejarnos del marco familiar para explorar otras maneras de interactuar con un nuevo entorno. Un punto de encuentro en el cual personas con las mismas características se sienten entendidos. Lugar de encuentro que conllevará a relaciones interpersonales que podrán suponer importancia para el futuro, función que la música acoge.

Sin mencionar los beneficios que trae la producción musical como medio de liberación emocional, el hecho de ser parte de alguna banda musical, o solo ser seguidor de determinado grupo sonoro y/o rítmico, habla por nosotros y nos da una posición en determinada comunidad, lo que permite una mayor, o incluso menor, interacción con nuestro entorno. Otro aspecto que se desprende de esta relación entre nuevos individuos, podría ser la introducción a otro tipo de relaciones más afectivas. La música por sí misma es raíz de emociones y sentimientos, y cuando estos coinciden con la realidad afectuosa de algún adolescente, permiten la experimentación de pensamientos y estímulos que impulsan a querer experimentar sensaciones tal vez un poco sexuales, pero tanto normales en la etapa en la que se encuentran, como importantes para la interacción con su entorno, e incluso su interior.

Con base a lo anterior, podríamos concluir que la separación tanto de su niñez como de su ámbito familiar, impulsa al adolescente a buscar nuevas experiencias, así como un nuevo marco social con sus mismas características recientemente adquiridas. La música le proporciona entonces lo que está buscando, nuevas sensaciones además de relaciones entre personas, así como un espacio cómodo donde se puede sentir correspondido. "La música puede llegar a ocupar un lugar fundamental en la vida de algunos adolescentes puesto que descubren que con ella pueden alejarse de su ambiente, cambiar su estado de ánimo, crear y mejorar relaciones interpersonales" (Quilodrán, 2019, párr. 3).

La identidad es un concepto que está estrechamente familiarizado con esta relación de la música y los adolescentes. Hoy en día, una pregunta que hace la mayoría de las personas antes de conocer a otra está asociada con los gustos musicales.

Aunque es un poco apriorista, algunas personas usan esta información para hacerse una idea de quién es esa persona y cómo posiblemente sería su comportamiento. Y es que en ocasiones la relación de una comunidad o persona con determinado estilo de música es tan fuerte que asumen la filosofía e ideas de todo un colectivo de fanáticos, por lo que es muy común caer en el error de generalizar. Un ejemplo en el cual se reflejó esta situación de identidad fueron los tan conocidos Punks. La relación entre el tipo de música que consumían estaba tan aguerida a sus ideologías, que el mismo término sirvió para identificar su propósito y la corriente musical, como lo explica Ruiz Rodríguez (2015):

A mediados de los 70 surgió en Gran Bretaña una tribu urbana conocida como punk, que partía de la idea de oponerse a las instituciones y a las normas que regían la sociedad. Algunos de los tópicos consistían en llevar el pelo rapado con una cresta y vestir chaquetas de cuero negras con complementos extravagantes como piercings. Acorde con esta imagen, adoptan una actividad provocativa y transgresora. (p. 10)

En la actualidad, este ejemplo sigue aplicando al mercado que existe detrás de la música. Las prendas de vestir, los accesorios e incluso modas que giran en torno a un género, representan a aquellos adolescentes que aceptan la ideología y pensamientos de sus ídolos. Así mismo, las redes sociales ayudan a afianzar esa identidad hacia algún tipo de música. Por medio de publicaciones de sus temas favoritos, los adolescentes expresan sus sentimientos y un poco de su personalidad.

La personalidad, es otro tema tan importante como difuso que está relacionado con esta temática. En la literatura de la música en afinidad con la personalidad, gran parte de las obras buscan vincular a las personas con mismos gustos musicales a un comportamiento un tanto generalizado. El que la música esté estrechamente relacionada con la personalidad, a priori, puede sonar a verdad, sin embargo, aquí es donde entran las singularidades de cada sujeto, así como la forma en que este se identifica con determinado ritmo. Desde mi punto de vista, y como lo he querido destacar, el poder que la música logre en un individuo se basa en la facultad que tenga el oyente para identificarse con esta, pero no es un patrón que se dé en todos los casos. Para comprender mejor esta posición, se podría usar el ejemplo de la subcultura Punk. El aire de rudeza y de rebeldía que gira en torno a este estilo de música, no siempre llega de la misma manera a todos los miembros. Estas actitudes pueden identificar a la mayoría de aquel colectivo, no obstante, pueden existir miembros que tiendan a personalidades más amables y pasivas, pero con los mismos gustos musicales.

Como seres sociales, y en especial en la etapa de adolescencia, la música tiene un papel importante en la configuración, consolidación de la identidad y es un medio para exteriorizar sus emociones; sin embargo, no define la personalidad del individuo. (Quilodrán, 2019, párr. 3)

La música en el comportamiento, las dos caras de la moneda

Tal y como hemos visto en el recorrido de este trabajo, la pasión que la música puede lograr en nosotros alcanza a ser tan grande que tiende a la motivación y puede culminar en movimiento, dependiendo siempre de cuán identificados nos sentimos con tal melodía. Cuando esto se logra, un claro ejemplo puede ser la danza; muchos de nosotros en algún momento hemos sentido como determinado ritmo se coordina con nuestro cuerpo para hacernos mover ciertas partes de este, un ejemplo válido como inofensivo. Pero ¿Qué pasa cuando estas actitudes no son tan bien vistas por la sociedad?

Hoy en día, algunas personas le atribuyen a la música un carácter inmoral como perjudicial en el comportamiento de los adolescentes. Un ejemplo que tiene lugar en nuestro país es nombrado por Rodríguez Avendaño (2016):

El hedonismo se apodera de los jóvenes del instituto, la música también ha sido el canal por donde entran todos los placeres ilícitos. Eso se refleja en el aumento del consumo de alcohol, drogas, de "noviazgos" a temprana edad, promiscuidad, y se han conocido en los últimos años, casos particulares de embarazos no deseados y, por consiguiente, abortos, o deserción escolar por parte de la joven. (p. 5)

Sin embargo, para comprender de una mejor manera el comportamiento de la música en la toma de decisiones, debemos entender el contexto social en el que esta se mueve.

Tras la segunda guerra mundial y el creciente avance de la tecnología, la música ha entrado en un mercado cuyo objetivo es llegar a la mayor cantidad de personas posibles. Los adolescentes, quienes con base en su entorno construyen uno propio, entran a dialogar su identidad con la industria musical. Una industria que busca satisfacer las necesidades de esta cultura, y retira de su línea todo lo que sea escaso de valor comercial. La virtud comunicativa que brinda la música toma un papel mercantil, lo cual permite la creación de estereotipos, comportamientos y valores un tanto controversiales. Ahora bien, esta información atiende al ejemplo anterior, sin embargo, para entender un poco más, debemos separar la dualidad de la música, la letra y melodía. Las referencias sexuales en las letras de las canciones, en ciertos géneros musicales, son una total muestra de lo que está haciendo la industria musical. Estas responden a los cambios que tienen los adolescentes, como lo es el de su forma de percibir la sexualidad, para así comercializar de una manera más eficiente sus productos, dejando atrás el valor comunicativo, incisivo e identificador que esta puede lograr en un individuo. Tal como este ejemplo, hay múltiples letras que responden al deseo de los adolescentes por experimentar cosas nuevas, olvidando

la formación de valores y, en algunos casos, arribando a una mala representación de la mujer. Aunque esto solo se da en ciertos géneros, y dependiendo de cómo el individuo lo reciba.

La industria discográfica ideó la integración de diferentes tipos de música, cada uno de los cuales intentaba responder a las expectativas de una gama distinta de la sociedad con el fin de que una amplia parte de ella estuviera dispuesta a consumirlos. Pero la industria no se limitó únicamente a satisfacer las exigencias del cliente en el ámbito musical, sino que fue más allá, desarrollando diferentes y cada vez más sofisticadas estrategias de marketing. En líneas generales, ha ido elaborando un complejo mapa de asociaciones entre el género musical y otros aspectos como la imagen, la actitud, la conducta o la ideología, creando así una serie de etiquetas y de estereotipos con el que cada persona puede identificarse. (Ruiz Rodríguez, 2015, p. 3)

Otro ejemplo es propuesto por Rodríguez Avendaño (2016):

El uso permanente de los audífonos conectados a sus celulares o reproductores de música ha generado en muchos de los jóvenes del I.T.C.D déficit de atención en las clases, es común ver a los jóvenes durante la jornada académica con los audífonos puestos, lo cual conlleva a un bajo rendimiento escolar y distracción para los demás compañeros. (p. 5)

Para quien escribe este artículo, este es un caso un tanto extremo, y con el fin de explicarlo mejor, se puede hablar de la música clásica y el efecto Mozart. No está comprobado, pero se dice que el efecto que la música clásica tiene en los procesos cognitivos de una persona, puede ayudarle en el desarrollo de mejores habilidades mentales. Esto no quiere decir que cada persona en el aula de clase que tenga audífonos deberá escuchar música clásica, pero aunque no esté comprobado su efecto, algunas personas consiguen desarrollar sus habilidades mentales con distintos tipos de música, y obtener mejores resultados académicos.

No es de desconocer que la música también puede ser un elemento distractor y perjudicar la vida escolar del alumno; sin embargo, algunos investigadores resaltan el valor de la música en el ámbito académico, como elemento socializador, motivacional y de mejora en las relaciones y el comportamiento de los adolescentes en el entorno de las clases; así como lo hallaron Chao Fernández et al. (2015):

Tras la puesta en práctica de esta experiencia confirmamos la hipótesis de que a través de la música es posible mejorar el comportamiento, ya que, tras emplear las estrategias adecuadas, puede utilizarse como potenciadora de conductas tolerantes. A través de la aplicación de nuevas pruebas y de los resultados académicos se corroboró que el 100% de la muestra mejoró su autoestima, la autoconfianza, sus habilidades sociales, se redujeron los conflictos, y comenzaron a realizar trabajos en conjunto, así fueron modificando sus conductas disruptivas o antisociales. (p. 2)

Otro de los ámbitos en el que podemos apreciar el efecto de la música en los adolescentes es en su salud mental. Los adolescentes están sometidos a muchas cargas académicas, además de lidiar con las presiones sociales generadas por la incertidumbre del futuro. La música, obrando de una forma positiva, puede alejarnos de esa realidad y aliviar tales preocupaciones; sin embargo, puede que el mensaje que transmite la pieza nos haga recordar más aquella presión, y el resultado no sea tan positivo.

Podríamos destacar tanto aspectos negativos como positivos del impacto de la música en ciertas áreas, pero la conclusión es la misma: la influencia que esta ejerce en el comportamiento. La pieza indicada en el individuo adecuado genera una conexión tan grande, que estimula incluso partes de su cerebro para así dejar escapar ideas y emociones de toda clase que desembocan en acciones tanto conscientes, como inconscientes. Estas emociones no siempre serán positivas -como lo hemos visto-, puede generar malas conductas en ellos. Sin embargo, el problema tiene lugar cuando permitimos que una industria que poco le importa generar valores y comunicaciones beneficiosas, siga ofreciendo conductas disruptivas en forma de canciones que luego entrarán en lo adolescentes para identificarlos. De esta manera, la música puede ser un instrumento con doble intención, puede ofrecer un estado de confort tan alto que incluso salva de momentos difíciles o, por el contrario, se combina con aquel momento difícil para denotarlo más. Esto es la música, influencia.

Conclusiones

La interacción con la naturaleza en la creación de sonidos y silencios es una fuente de energía tan extraordinaria que abarca toda clase de sensaciones, formas de expresión, sentimientos y emociones que se logran transmitir a otra persona para lograr diferentes reacciones. Cuando todas estas ondas cargadas de letras y sentimientos chocan con las mentes susceptibles de los adolescentes, se crea una relación mucho más fuerte. La música toma control de una parte de su vida social y sentimental, además de afianzar gustos, estereotipos e identidad; básicamente, les brinda algo que necesitan. Sentir que hay más gente como ellos, tener otros ámbitos aparte del familiar en el cual pueden interactuar, así como sentimientos que despierten deseos de experimentar cosas nuevas.

El entorno social y cultural en que nos desplazamos será también influyente en la percepción que tendremos de la música. Lastimosamente, el mundo actual está potenciado por la tecnología y el capitalismo, por lo que la industria musical es ahora un negocio en el cual lo carente de valor no tendrá mayor difusión; por tanto,

los adolescentes, sus ahora clientes, reciben una mercancía en forma de canciones con ausencia de valores. Sin embargo, los adolescentes también encuentran en la música una grata compañía que les permite liberarse de las múltiples obligaciones que adquieren. La salud mental es algo muy tambaleante en la adolescencia, y que algunos encuentren la motivación en la música, da cuenta del mensaje que quiero transmitir, la música abre la puerta de quién eres, y por eso se manifiesta de una forma diferente en cada individuo, pues todos somos únicos.

Por último, la relación que la industria está forjando con los adolescentes es un tema que deja mucho que pensar, pues la conexión que la música crea con estos es casi necesaria, y el pensar que su forma de negocio gira en torno a la inmoralidad, que luego llega a los adolescentes, es un asunto que nos debería de importar. Esto debería servir para que, tanto medios de comunicación, padres de familia y maestros, impartan una cultura de aprendizaje en la que los adolescentes adquieran un conocimiento de los valores que transmite la música, y los que ellos comunicarán.

Conflicto de intereses

El autor declara la inexistencia de conflicto de interés con institución o asociación comercial de cualquier índole.

Referencias

- Blanca. (26 de octubre de 2018). El efecto de la música en nuestro estado de ánimo. *Blog Depsicologia.com*. <https://depsicologia.com/efectos-de-la-musica-en-nuestros-estados-de-animo/>
- Chao Fernández, R., Mato Vázquez, M. D., & López Pena, V. (2015). Beneficios de la música en conductas disruptivas en la adolescencia. *Revista Actualidades Investigativas en Educación*, 15(3), 1-24. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/aie/article/view/20902/21042>
- Lacárcel Moreno, J. (2003). Psicología de la música y emoción musical. *Educatio*, (20-21), 213-226. <https://revistas.um.es/educatio/article/view/138>

Quilodrán, A. (12 de abril de 2019). Música y personalidad. *Blog Nos Magazine*. <https://nosmagazine.cl/reportajes/musica-y-personalidad/>

Rodríguez Avendaño, Y. H. (2016). *Influencia de la música en la conducta de los jóvenes del Instituto Técnico Cultural Diocesano de Magangé – Bolívar* [Trabajo de grado, Universidad Nacional Abierta y a Distancia]. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/21636/1052986163.pdf?sequence=1>

Ruiz Rodríguez, Á. (2015). El papel de la música en la construcción de una identidad durante la adolescencia. *Sineris. Revista de Musicología*, (22), 1-42. <https://sineris.es/el-papel-de-la-musica-en-la-construccion-de-una-identidad-durante-la-adolescencia.html>