

Introducció

Com a estudiants, el camí acadèmic iniciat a l'escola comporta una familiarització progressiva amb la valoració externa del nostre aprenentatge, on l'espera i el contingut de la valoració generen un cert estat d'inquietud en l'alumnat que fa que, ja des de les primeres etapes educatives, comenci a desenvolupar unes habilitats de gestió del seu propi estat emocional que donaran lloc a una sèrie d'estratègies d'afrontament. Són precisament aquestes estratègies, juntament amb les creences d'eficàcia, les que definiran com actuen els individus davant dels diferents estressors i per tant, la seva conducta d'afrontament.

Objectius i Finalitat

Objectiu general: analitzar els agents estressants més rellevants, l'ús de les estratègies d'afrontament, i el grau d'autoeficàcia en els col·lectius d'estudiants i professors d'instrument en el grau superior de música i en músics professionals

Objectius específics:

1. Conèixer les recerques realitzades en el context musical de grau superior en relació a l'estres, les estratègies d'afrontament i l'autoeficàcia.
2. Analitzar les característiques pròpies de cada grup de participants (estudiants, professors i músics professionals) i descriure les seves característiques en funció de les variables sociodemogràfiques, académico-formatives, d'estrés, estratègies d'afrontament i autoeficàcia.
3. Comparar les diferents mostres en funció de les variables sociodemogràfiques, académico-formatives, estres, estratègies d'afrontament i autoeficàcia.
4. Analitzar el paper mediacional o moderacional de les estratègies d'afrontament entre l'estres i l'autoeficàcia percebudes.

Finalitat: aportar una base científica per la realització de noves propostes en el marc acadèmic i en programes ja existents.



Previsió de Resultats

Les contribucions científico-tècniques: l'elaboració d'un protocol de proves, les quals permetran una recollida d'informació exhaustiva sobre les característiques psico-socials (estres, estratègies d'afrontament i autoeficàcia) dels alumnes de grau superior de música i dels músics professionals. Millorar la precisió dels registres d'avaluació aplicats fins al moment que possibiliti oferir una guia d'optimització per afavorir el rendiment i benestar d'aquests col·lectius.

Elaboració d'un **corpus sistemàtic de coneixement** relatiu a les característiques dels alumnes i dels professionals que imparteixen l'assignatura d'instrument pel que fa a l'avaluació de l'estrés i de les estratègies d'afrontament en el nivell d'autoeficàcia assolit.

Metodologia

Es tracta d'un estudi descriptiu, transversal, prospectiu i correlacional, que combina dades qualitatives i quantitatives.

Participants: formaran part de tres mostres de tres col·lectius diferents: alumnes d'instrument, professors d'instrument, tots dels tres centres oficials d'Educació Superior de Música de la ciutat de Barcelona (ESMUC, Liceu, Taller de Músics) i instrumentistes professionals. Per calcular el tamany de la mostra, s'ha seguit el programa estadístic SIMSFIT, recomanant recollir una població de 96 participants (rang 88 i 146), amb una alfa = 0.05 i una beta = 0.2

Tècniques de recollida de dades

· **Escala sociodemogràfica.** Està composta pel nivell d'educació i ocupació actual dels participants, que permet calcular el nivell socioeconòmic o de posició social de dos factors (Hollingshead, 1975).

· **Escala acadèmic-formativa.** Elaborada i validada per experts, per recollir informació rellevant sobre el grau de formació, cursos oficials i no oficials, etc.

· **Escala d'Estrès Percebut (PSS,** Cohen, Kamarak i Mermelstein, 1983).

· **Estratègies d'afrontament:**

Inventari de respostes d'afrontament (CRI-A, Moos, 2010).

· **Autoeficàcia:** **MBI-GS** (Schaufeli, Maslach, Leiter i Jackson, 1996)

Tècniques d'anàlisi

- Anàlisi descriptiva dels estadístics bàsics (mitja, desviació estàndard, mitjana i intervals Inter-quartils per a les variables contínues i ordinals, i les freqüències i percentatges per a les variables categòriques).
- Grau de relació entre variables qualitatives: taules de contingència (*ji-quadrat*)
- Grau d'associació entre variables d'interval o de raó: coeficient de correlació de Pearson.
- Contrast d'hipòtesi sobre mitges: *prova T* per a una mostra.
- Contrast d'hipòtesi d'igualtat de mitges: *prova de T (t de student)*.
- Comparació de dues o més mostres: la *F de Fisher-Snedecor* sempre i quan es compleixin els dos supòsits fonamentals: normalitat i homoscedasticitat
- Contrastos a posteriori, assumint variancians iguals: l'anàlisi de *Bonferroni*, i no assumint variancians iguals, el contrast *T2 de Tamhane*. En els casos en que no es compleixi homogeneïtat de variancians es procedirà a aplicar les proves no paramètriques.
- Per a mostres independents s'aplicarà la *U de Mann-Whitney*, per a varies mostres independents la *H de Kruskal-Wallis*, per a dues mostres relacionades la *prova de Wilcoxon*, i per a varies mostres relacionades la *prova de Friedman*.



Bibliografia

Amutio Kareaga, A. (2002). Estratègies de maneig del estres: El paper de la relaxació. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría De Enlace*, 62-63, 19-31.

Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control.

Bisquerra, R. (1998). Educación emocional. *Enciclopedia General De La Educación*. Tomo 1: 355-384.

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396.

Csikszentmihalyi, M. (1991). *Flow*. Barcelona: Kairos.

Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a mediator of emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 468-475.

Fry, H.J.H. (1986). Overuse Syndrome in Musicians 100 years ago. An historical review. *Medical Journal of Australia* 145, 620-625.

Gardner, H. (1985). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. Nova York: Basic Books (A2).

Guillemis, J. & Calderon, C. (2012). Coping strategies and psychological well-being among teacher education students. *European Journal of Psychology of Education* DOI 10.1007/s10212-012-0158-x.

Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources. *American Psychologist*, 44(3), 513-524.

Hollingshead, A.B. (1975). *Four factor index of social status*. New Haven (Conn.): Yale University.

Jex, S. M., Bliese, P. D., Buzzell, S., & Primeau, J. (2001). The impact of self-efficacy on stressor-strain relations: Coping style as an explanatory mechanism. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 401-409.

Leiter, M. (1991). The dream denied: Professional burnout and the constraints of human service organizations. *Canadian Psychology/Psychologie Canadienne*, 32(4), 547.

Lopez Gonzalez, L. (2007). *Relajación en el aula: Recursos para la educación emocional*. Madrid: Wolters Kluwer.

Martínez, I., Marques Pinto, A., Salanova, M., & Lopes da Silva, A. (2002). Burnout en estudiantes universitarios de España y Portugal. *Anestesi y Estrés*, 8(1), 13-23.

Mayer, J. D., Perkins, D. M., Caruso, D. R., & Salovey, P. (2001). Emotional intelligence and giftedness. *Roeper Review*, 23(3), 131-137.

Moos, R.H. (2010). *Inventario de Respuestas de afrontamiento para adultos*. Madrid: Tea Ediciones, S.A.

Salanova, M., Schaufeli, W. B., Llorens, S., Peiro, J. M., & Grau, R. (2000). Desde el burnout al engagement: una nueva perspectiva. *Revista de Psicología del Trabajo y las Organizaciones*, 16(2), 117-134.

Sapolsky, R. M. (2003). *¿Por qué las cebras no tienen úlcera?: La guía del estrés* (3ª ed.). Madrid: Alianza Editorial.

Schaufeli, W., Leiter, M., Maslach, C., & Jackson, S. (1996). *Maslach Burnout Inventory (MBI) Manual-General survey*. Nova York: Leta & J. Hecht.

Schwartz, R., & Schwartz, C. (1996). A critical survey of coping instruments. A. M. Zeltner & N. S. Endler (Eds.), *Handbook of Coping: Theory, Research, Applications*, pp. 107-132. Nova York: Wiley.