

Concepto de disfrute y su expresión en ejecutantes de instrumentos musicales

Nora Blanca Leibovich de Figueroa¹

Vanina Schmidt²

Resumen

El estudio del disfrute (*enjoyment*), definido como un estado afectivo positivo que ocurre cuando una persona se involucra en una experiencia o actividad que satisface un deseo, meta o necesidad, es un tema de interés creciente en Psicología. El objetivo de este trabajo es profundizar en aspectos teóricos de este fenómeno e indagar cómo se expresa el mismo en la ejecución de instrumentos musicales. Método. Participaron 210 ejecutantes de instrumentos musicales (18.8 % mujeres y 81.2 % varones). Instrumentos. Cuestionario sociodemográfico e Inventario de Disfrute en la Ejecución Musical (IDEM). Se llevó a cabo un análisis de estadísticos descriptivos, de correlación y un análisis factorial confirmatorio (AFC). Los resultados permiten concluir que el disfrute para ejecutantes, a diferencia de lo que ocurre con otras actividades, incluye aspectos emocionales, cognitivos, motivacionales y contextuales relacionados entre sí. Asimismo, esta experiencia se expresa como un estado, pero también como un proceso y resultado. Dado los desarrollos conceptuales y empíricos, es importante considerar al disfrute como relacional y en el contexto de significados vitales de la persona. Finalmente, conocer cómo se expresa esta experiencia en actividades específicas, así como los factores que la determinan, ofrece la oportunidad de desarrollar estrategias para promoverla contribuyendo a una mejor calidad de vida de los sujetos.

Palabras clave: disfrute - flow - ejecución de instrumentos - músicos

¹ Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires (UBA).

² Universidad Abierta Interamericana (UAI). Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Instituto de Investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires (UBA). E-Mail: vaninaschmidt@gmail.com

The Notion of Enjoyment and Its Expression in Players of Musical Instruments

Abstract

The study of enjoyment, defined as a positive affective state that occurs when a person engages in an experience or activity that satisfies a desire, goal, or need, is a topic of growing interest in Psychology. The objective of this work is to delve into theoretical aspects of this phenomenon and explore how it is expressed in the execution of musical instruments. Method. Musical instrument performers (n=210) participated (18.8% women and 81.2% men). Instruments. Sociodemographic questionnaire and Inventory of Enjoyment in Musical Performance (IDEM). An analysis of descriptive statistics, correlation and a confirmatory factor analysis (CFA) were carried out. The results allow to conclude that the enjoyment of musical instrument performers, unlike what happens with other activities, includes emotional, cognitive, motivational and contextual aspects related to each other. Likewise, this experience is expressed as a state, but also as a process and as a result. Given the conceptual and empirical developments, it is important to consider enjoyment as relational and in the context of vital meanings of the person. Finally, knowing how this experience is expressed in specific activities as well as the factors that determine it, allows promoting it to contribute to a better quality of life for the subjects.

Keywords: enjoyment - flow - execution of instruments - musicians

La cuestión acerca de la motivación en la realización de las actividades humanas ha sido y es una preocupación creciente en Psicología (Blythe y Monk, 2018). En los últimos años, ha aumentado el interés por las actividades que se disfrutan durante el transcurso de su realización, así como también las características del sujeto que las disfruta y el contexto facilitador de esta experiencia. El presente trabajo intenta

responder ¿Cuáles son los componentes psicológicos del disfrute? ¿cómo se relacionan entre sí? ¿cómo se observan empíricamente? Las actividades que se disfrutan ¿mejoran la calidad de vida del sujeto?

Uno de los conceptos que ha permitido avanzar en este camino ha sido el de experiencia óptima de fluidez (*flow*). ¿Cómo es el estado psicológico de fluidez que algunos sujetos

experimentan en la participación en una determinada actividad? Delle Fave et al. (2011), Csikszentmihalyi y Figurski (1982) y Hilgard (1980) identificaron el flow (fluir) como una experiencia subjetiva óptima siendo éste un estado complejo y altamente estructurado de profundo involucramiento, absorción y disfrute personal. Esta experiencia óptima se compone de nueve dimensiones que la caracterizan (Csikszentmihalyi, 1990) (ver Tabla 1).

En este fenómeno se observa la presencia de aspectos positivos a nivel cognitivo, emocional y motivacional. Si estos aspectos aparecen, se habla de experiencias positivas en la actividad. Las características de la experiencia óptima de fluidez se han descrito en diferentes culturas, clases, género y edad, así como a través de diferentes tipos de actividad (Csikszentmihalyi, 1997; Nakamura y Csikszentmihalyi, 2002).

Componentes del Flow

Tabla 1

Dimensiones	Descripción
Balance entre las habilidades y el desafío	Si las habilidades que requiere la actividad superan el desafío: aburrimiento. Si las habilidades son menores al desafío: ansiedad. El flow se encuentra en el límite entre ambos donde las habilidades y el desafío están balanceadas (disfrute) (Csikszentmihalyi 1990).
Fusión entre la acción y la conciencia	El individuo está completamente absorbido en lo que está haciendo; percibe balance entre las habilidades y el desafío. El sujeto siente y piensa que se ha encontrado con "sus actividades". Otros estímulos no serán tomados en cuenta excepto si son necesarios para continuar la actividad.
Metas claras	Las metas deben establecerse antes que se inicie la actividad. El sujeto sabe exactamente que se espera de él, no es necesario dudar de sus acciones. (Jackson y Csikszentmihalyi , 1999)
Devolución (retroalimentación) clara e inmediata	El feedback proviene del individuo tanto como de los índices del medioambiente en el que está inserta su actividad.
Concentración	En el disfrute los sucesos distractores y pensamientos irrelevantes no son tenidos en cuenta. (Csikszentmihalyi, 1990)
Sentido de control potencial	Libera al individuo del miedo a fracasar y contrariamente genera un sentimiento de empoderamiento (empowerment) (Jackson y Csikszentmihalyi, 1999). El individuo experimenta una sensación de control en las situaciones difíciles después de haber desarrollado habilidades para enfrentar el desafío.
Perdida de la autoconciencia	En las experiencias óptimas los participantes no reportan una pérdida de la conciencia de sí mismos, en una dimensión estática. En vez de ello, perciben compromiso y control de la situación. La pérdida de la auto-conciencia asociada con la experiencia óptima de fluidez debe ser entendida como una completa absorción con la actividad que deja a la persona libre de preocupaciones sobre su propio comportamiento, auto-imagen o juicio social.
Alteración del sentido del tiempo	En el fluir, la sensación del tiempo se convierte en un integrante natural de la propia experiencia, en lugar de ser una restricción arbitraria que ignore lo que hacemos y cómo nos sentimos al respecto. (Csikszentmihalyi, 1993. p.270)
Personalidad autotélica	(Csikszentmihalyi, 1999) define a la experiencia autotélica como una actividad que no se realiza con la expectativa de futuros beneficios sino porque la actividad es intrínsecamente recompensada Es el resultado final de todas las otras dimensiones de flow y es considerada un agregado de todos los otros estado de flow. (Russell, 2001)

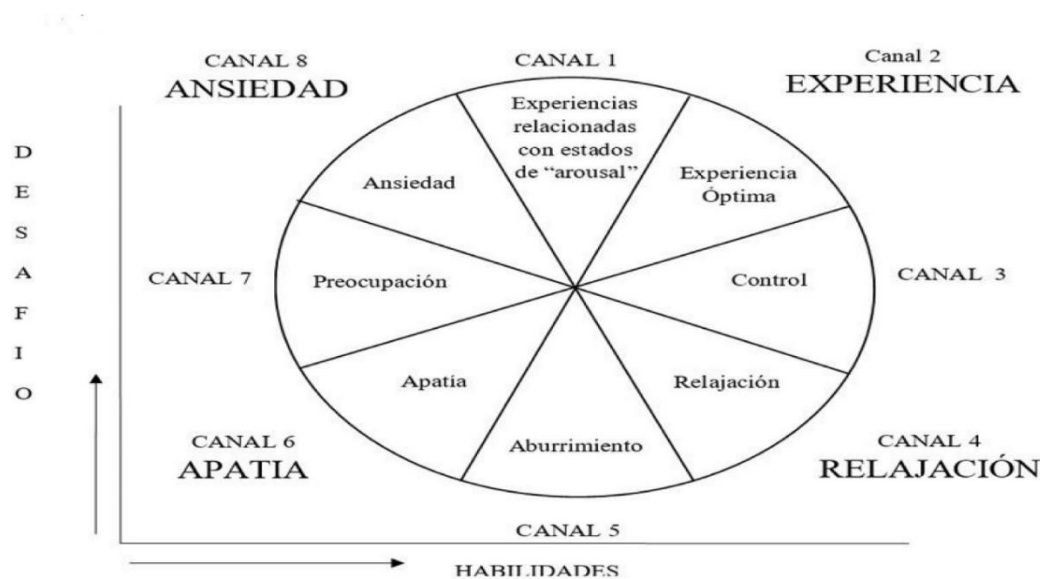
Para Delle-Fave y Massimini (2005) los individuos, como sistemas vivos y abiertos, interactúan activamente con su

entorno. A lo largo de su vida repiten, preferentemente, determinadas oportunidades de acción disponibles.

Este proceso ha sido etiquetado como selección psicológica y se basa en la calidad de la experiencia en situaciones cotidianas. La evidencia empírica ha demostrado que los individuos preferentemente seleccionan, reproducen y cultivan las actividades asociadas con las experiencias óptimas. Estas experiencias caracterizan un estado de conciencia distintivamente positivo y complejo. Así conceptualizada, los hallazgos indican que se trata de vivencias intrínsecamente gratificante y lleva a los individuos a buscar repetir las (Csikszentmihalyi, 1993; Delle-Fave et al., 2011).

En tanto los sujetos se van especializando en la realización de actividades desafiantes, desarrollan niveles más altos de la habilidad y la actividad en sí deja de ser tan absorbente como lo era antes. Para experimentar una experiencia óptima, los individuos deben identificar y comprometerse con desafíos más complejos (Leibovich et al., 2014, Leibovich, y Martucci, 2020, Leibovich et al., 2018). Desde esta perspectiva, la experiencia óptima fomenta el desarrollo de competencias individuales, modelando el patrón de

selección psicológica. Una actividad que favorece las experiencias óptimas provee un sistema de desafíos graduales, que permiten a la persona acomodarse a ellos continuamente y disfrutar profundamente, mientras las habilidades crecen (Csikszentmihalyi, 1993). La relación entre habilidades y desafíos se ha estudiado también con relación a la apatía en diferentes muestras y actividades. Se detectó un núcleo estable cognitivo para ambos estados, alrededor del cual las variables afectivas y motivacionales fluctúan de acuerdo a la estructura de las actividades. También se recogieron pruebas empíricas de la apatía caracterizada por la desconexión, la interrupción de la atención, el afecto negativo y los bajos desafíos percibidos (DelleFave y Massimini, 2005). A continuación, se presenta una figura que muestra el modelo de fluctuación de la experiencia (EFM). Los ocho canales identifican diferentes estados de experiencias sobre la base de la percepción del balance entre desafío-habilidad. Uniendo así los estados de ansiedad, experiencia óptima, relajación, apatía, etc. en función del balance percibido (ver Figura).

Modelo de fluctuación de la experiencia

Nota: Extraído de Delle Fave y Massimini (2005)

En el estado de flow las personas se hallan tan involucradas en la actividad que están realizando que nada más parece importarles. Esta experiencia es tan agradable que las personas desean realizarla por el disfrute que les proporciona la actividad en sí misma, incluso cuando esta actividad pueda ser extremadamente difícil o peligrosa o pueda no existir recompensa tangible (Csikszentmihalyi, 1990).

Disfrute en la ejecución de instrumentos

En el presente trabajo, se ha centrado el interés en aquellas experiencias subjetivas positivas que se disfrutaban y se ha fijado una actividad para su

observación y caracterización. La actividad elegida ha sido la ejecución de instrumentos musicales. Esta elección se debió al significado que ella tiene para los sujetos en todas las culturas y a través de la historia de la humanidad

El concepto de disfrute y los motivos para la ejecución musical deben ser investigados y analizados desde la perspectiva de los propios agentes de la actividad y su contexto sociocultural (Leibovich et al., 2018). El significado de la música para el sujeto se puede entender como fundamentalmente estético, personal o social, o en términos de combinaciones de alguno o todos estos dominios. El trabajo de DeNora (2000) sugiere que la música para los

oyentes puede ser significativa para realizar un "trabajo emocional", principalmente respecto de la regulación de sus emociones y estados de ánimo en la vida cotidiana. Los hallazgos de DeNora se ven reforzados por los de Sloboda et al. (2001), quienes utilizaron un enfoque innovador (el método de muestreo de experiencia) para mostrar la naturaleza y el significado de la experiencia de la música en la vida cotidiana. Encontraron que la música era particularmente significativa en la regulación de la emoción y el estado de ánimo en contextos tanto sociales como individuales.

En relación a la actividad musical Csikszentmihalyi y Rich (1997) concluyen que la improvisación musical es un excelente vehículo para la experiencia de *flow*. Si los músicos pueden elegir el nivel de dificultad para su propio nivel de habilidad y luego ir un paso más allá, se logra el balance entre el desafío y la habilidad en una sesión ideal de música. Si todas estas condiciones están presentes, el proceso de improvisación se vuelve intrínsecamente reforzador. Este refuerzo intrínseco del disfrute se siente cuando la actividad es realizada al más alto límite de nuestra habilidad y mantiene a los ejecutantes probando una y otra vez para superarse a

sí mismos. Sin disfrute, la motivación que se necesita para perseverar se pierde.

El sentido o significado que tiene la música para el sujeto, está determinado por su "tema de vida" (*Life Theme*). Csikszentmihalyi et al. (1979) define este fenómeno como una representación afectiva y cognitiva de los problemas existenciales que la persona desea resolver. Es la base fundamental de las interpretaciones de la realidad y la vía para afrontar la misma. El disfrute de una actividad está relacionado con el sentido que tiene ésta para el sujeto en función de sus temas de vida o las experiencias subjetivas vitales relevantes de esa persona. El disfrute ocurre cuando la actividad tiene un significado vital para el sujeto, es decir, cuando forma parte de su tema de vida, contribuyendo de este modo a su satisfacción vital. Habe et al. (2019) compararon la satisfacción vital de ejecutantes y atletas de elite. Los resultados obtenidos mostraron diferencias entre ambos grupos en cuatro dimensiones del flow: transformación del tiempo y experiencia autotélica fue mayor en los músicos, mientras que metas claras y feedback fue mayor en atletas. La satisfacción con la vida correlacionó positivamente con todas las dimensiones del flow pero solamente el

balance desafío-habilidad fue un predictor de la satisfacción con la vida.

Diversos autores proponen una variedad de definiciones de disfrute. El disfrute ha sido señalado como una primera razón para iniciar y mantener el compromiso con la actividad (Balaguer et al., 2017). Moon y Kim (2001) lo definen como el estado que se produce cuando un sujeto encuentra una actividad auto-motivante y así se compromete por razones intrínsecas más que por recompensa extrínseca. Para Ryan y Deci (2017) el disfrute es la experiencia que se genera cuando desarrollamos actividades intrínsecamente determinadas, es decir, cuando las realizamos por el placer y la gratificación que las mismas generan, no siendo necesarias recompensas externas o control ambiental para llevarlas a cabo. Asimismo, el término disfrute ha sido utilizado para indicar una disposición positiva general hacia el gusto por una actividad o contenido. Posee componentes afectivos, cognitivos y comportamentales que operan a un nivel evaluativo y experiencial de la persona (Nabi y Krecmar, 2004; Blythe y Monk, 2018; Martela y Ryan, 2016). Resta conocer si estas definiciones se ajustan a la experiencia musical.

Nuestra propuesta conceptual

Dado los antecedentes conceptuales y empíricos previos, en este trabajo se entiende al disfrute como un componente derivado del estado de fluidez con características propias. Tomando la perspectiva de Smith et al. (2014) se define el disfrute como un estado afectivo positivo que ocurre cuando una persona se involucra en una experiencia o actividad que satisface un deseo, meta o necesidad que incluye, entre otros aspectos, la necesidad de placer, significado, seguridad, sustento, estima, pertenencia o amor. A su vez, dado los modelos empíricos contrastados, se considera al disfrute desde sus expresiones afectivas, cognitivas y motivacionales.

El disfrute surge con relación a una actividad. Debemos diferenciar:

a. El sujeto del disfrute. Incorpora a la persona y sus características e historia personal y social que la modela. En estudios previos se han identificado las características disposicionales de personalidad que se asocian a la experiencia de disfrute en distintas muestras (universitarios, músicos, deportistas, etc. (Giménez y Leibovich, 2019, Leibovich, 2019 et al., Schmidt et al., 2020). Algunos autores se refieren al

disfrute como una disposición personal y otros han identificado una serie de rasgos que hacen al constructo “personalidad autotélica”.

b. El objeto del disfrute. El objeto del disfrute refiere al evento que convoca a este estado. El disfrute está determinado situacionalmente, por lo tanto, no podemos prescindir de la actividad en la que se ancla y de allí deriva su condición situacional. Aquí podemos señalar una diferencia con el flow que se manifiesta en actividades estructuradas, en tanto el disfrute también puede darse en actividades no estructuradas. Hay disfrute en actividades musicales no estructuradas (composición, improvisación, creatividad, ejecución) (Csikszentmihalyi y Rich, 1997)

c. El estado de disfrute. Consideramos al disfrute como un estado psicológico razón por la cual está inscripto en un tiempo. Esta experiencia de disfrute tiene diferentes intensidades según el sujeto. Es una experiencia autotélica con gratificación actual. Es un estado psicológico óptimo por las emociones positivas que produce.

d. El contexto del disfrute. Ya sea en la ejecución de una actividad, en su rememoración o en el fantaseo prospectivo, el disfrute se expresa en un escenario (real o imaginario) que da

encuadre al estado en su totalidad. Se tiende a concebir la música como una construcción social de la cual los significados solo se pueden dilucidar mediante el análisis de los procesos y condiciones que pertenecen a los contextos dentro de los cuales se produce y recibe la música. Como Jacoby et al. (2020) indica, la música puede cumplir una multiplicidad de funciones en diferentes sociedades, sus significados pueden interpretarse mejor como signo de concepciones émicas, de hechos y circunstancias sociales.

Es importante considerar las características significativas del evento o actividad para ese sujeto. El disfrute ocurre cuando está dentro de las actividades significativas (tema de vida) del sujeto. Podemos decir que la ejecución musical se vuelve significativa en el contexto histórico del sujeto. Se denomina contexto histórico del sujeto a las circunstancias y las incidencias que rodean a un suceso en un momento dado de su trayectoria vital. Este contexto está formado por todo aquello que, de alguna manera, influye en el hecho cuando sucede. Un hecho siempre está atado a su tiempo, es decir, a su época.

En la presente propuesta consideramos que el tema de vida da significado al objeto del disfrute durante

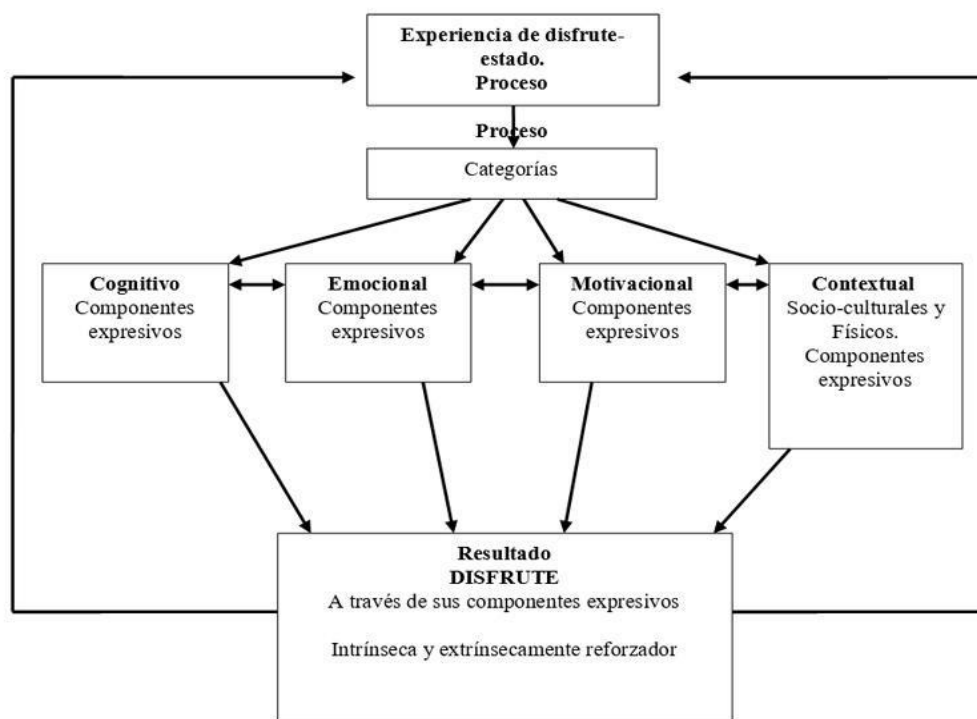
el transcurso de la experiencia del mismo. El significado de la música ha sido conceptualizado de diversas maneras por filósofos, músicos, antropólogos y sociólogos. La visión estética del significado de la música ha sido predominante durante los últimos

Un estudio cualitativo previo permitió definir las categorías emergentes de la experiencia de disfrute desde la percepción de ejecutantes de instrumentos musicales. De este modo, se confirmó un modelo de cuatro componentes a través de los cuales se expresa el disfrute en la ejecución musical (anonimizado). A partir de las categorías que emergieron en el estudio cualitativo, y considerando los

dos siglos. Ya en 1956, Meyer señalaba que otras concepciones para el significado de la música han ido surgiendo. Estas concepciones se ubican en el fluir de la experiencia musical o en las relaciones entre la música y los factores y fuerzas sociales.

desarrollos conceptuales previos, se generaron ítems que permitieron operacionalizar las mismas. Los ítems fueron redactados siguiendo las consideraciones de Hogan (2015). Esta versión es la que se ha aplicado en el presente estudio con el objeto de confirmar el modelo de 4 componentes. Presentamos a continuación nuestro esquema conceptual

Figura 2- Esquema conceptual propuesto:



:

Método

Alcance del estudio y diseño: Estudio descriptivo-correlacional de diseño no experimental transversal (Hernández Sampieri y Torres, 2018).

Participantes: La muestra no probabilística fue seleccionada intencionalmente en tanto que su propósito no fue la representatividad de los datos sino la selección de casos característicos de ese grupo. De un total de 210 participantes ejecutantes de instrumentos musicales, 40 eran mujeres (18.8 %) y 170 eran varones (81.2 %). Respecto de los años de práctica, la media fue de 14 años, con un mínimo de 1 año y un máximo de 50 años de práctica. Sobre la cantidad de horas dedicadas a la práctica del instrumento, la media fue de 8.3 horas semanales. Respecto al tipo de instrumento que ejecutaban, el 68.5% de la muestra refirió dedicarse a las cuerdas (n = 146), seguido por percusión (11.3%, n = 24), el 9.4% a viento (n = 20), el 8.5% a piano (n = 18), y por último el 2.3% (n = 5) a teclado. Se estableció el contacto con los/as músicos de distintas instituciones y se explicó el objetivo de la investigación. El anonimato y la confidencialidad de las respuestas fue garantizado e informada a los participantes quienes consintieron

participar de manera voluntaria. Se cuenta con el aval del comité de ética de la Universidad de Buenos Aires.

Instrumentos

-Cuestionario sociodemográfico construido ad hoc. Explora algunas características generales como edad y sexo, y otras específicas referidas a la ejecución de un instrumento musical: qué instrumento ejecutan, hace cuánto tiempo, cuántas horas semanales le dedican a su práctica, etc.

-El Inventario de Disfrute en la Ejecución Musical (IDEM; Leibovich et al., 2014) que incluye 38 ítems (primera versión) con escala Likert de cinco opciones (que van desde “no lo experimento” a “lo experimento fuertemente”) referidos a la intensidad de las sensaciones de disfrute al ejecutar un instrumento musical. Se obtienen puntajes por categoría y un puntaje total. Los 38 ítems se dividen en cuatro categorías lógicamente agrupadas: a) Cognitiva (10 ítems): Objetos del pensamiento en relación a sí mismo, a la tarea, al rendimiento, b) Emocional (7 ítems): registro subjetivo de percepciones con relación a estados afectivos durante la experiencia de disfrute, c) Motivacional (9 ítems): tendencia a la acción, a la inversión de tiempo real en la práctica de la ejecución

musical d) Contextual (12 ítems): Condiciones contextuales de la experiencia, relacionado con el dónde, cómo o con quién e integra la interacción social de la performance. Implica el reconocimiento de la naturaleza cambiante y dinámica del contexto.

Análisis de datos

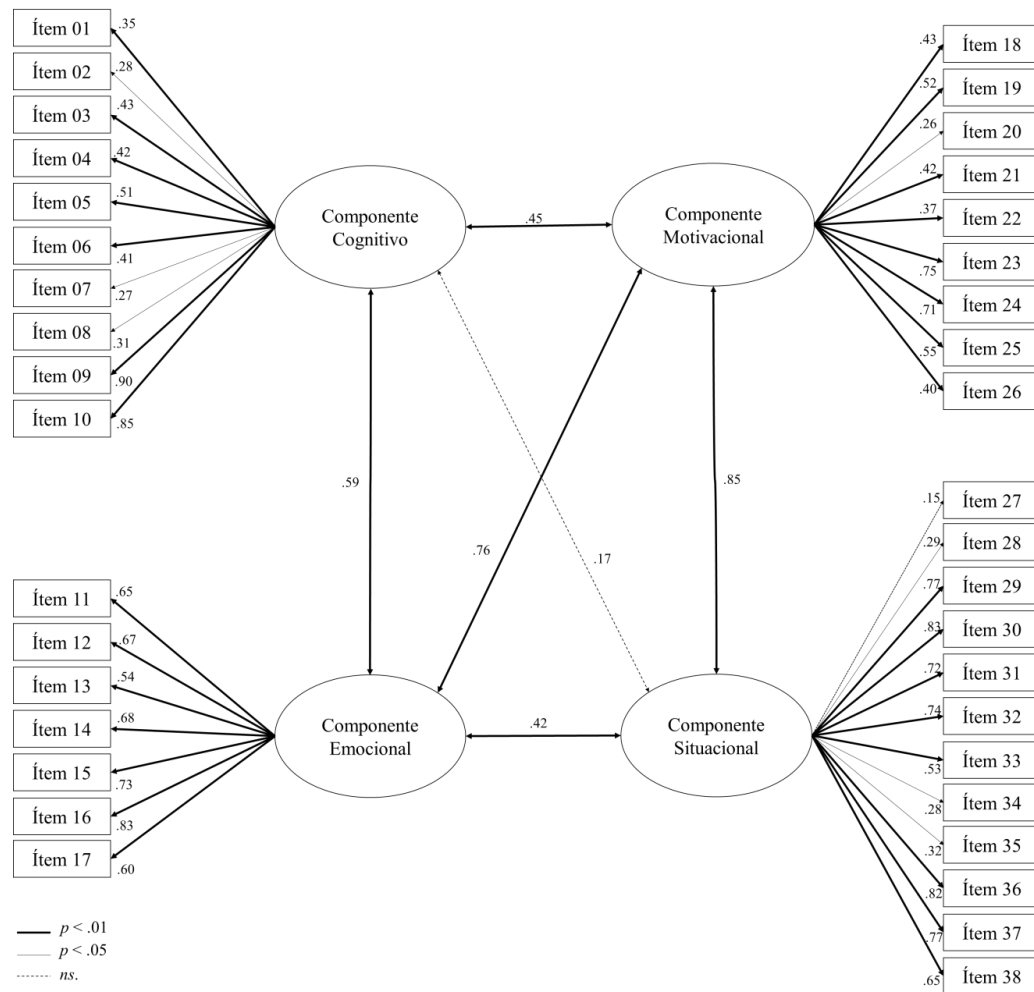
Se procedió a llevar a cabo un análisis factorial confirmatorio (AFC). Para este análisis se utilizó la estimación de mínimos cuadrados no ponderados como matriz de input para el análisis de datos (Arbuckle, 2014), y se utilizaron los índices de ajuste, siguiendo recomendaciones y convenciones (Hu & Bentler, 1998, 1999). Los índices de ajuste elegidos han sido: χ^2 (como prueba de bondad de ajuste del modelo

propuesto a los datos), AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index), GFI Goodness of Fit Index), NFI (Normed Fit Index) y RMSR (Root Mean Square Residual). Se testeó, en primer lugar, el modelo teórico propuesto, y también alternativos.

Resultado

El modelo a confirmar (ver Figura 2) estaba conformado por 4 componentes: cognitivo, emocional, motivacional y contextual o situacional. El mismo se testeó en primer lugar incluyendo las respuestas de los sujetos a los 38 ítems. Los resultados de este análisis mostraron buenos indicadores de ajuste general salvo por un indicador (NFI): $\chi^2_{(82)}=70.02$; $p = .17$; AGFI = .93; GFI = .94; RMSR = .02 y NFI = .88 (ver Figura 3).

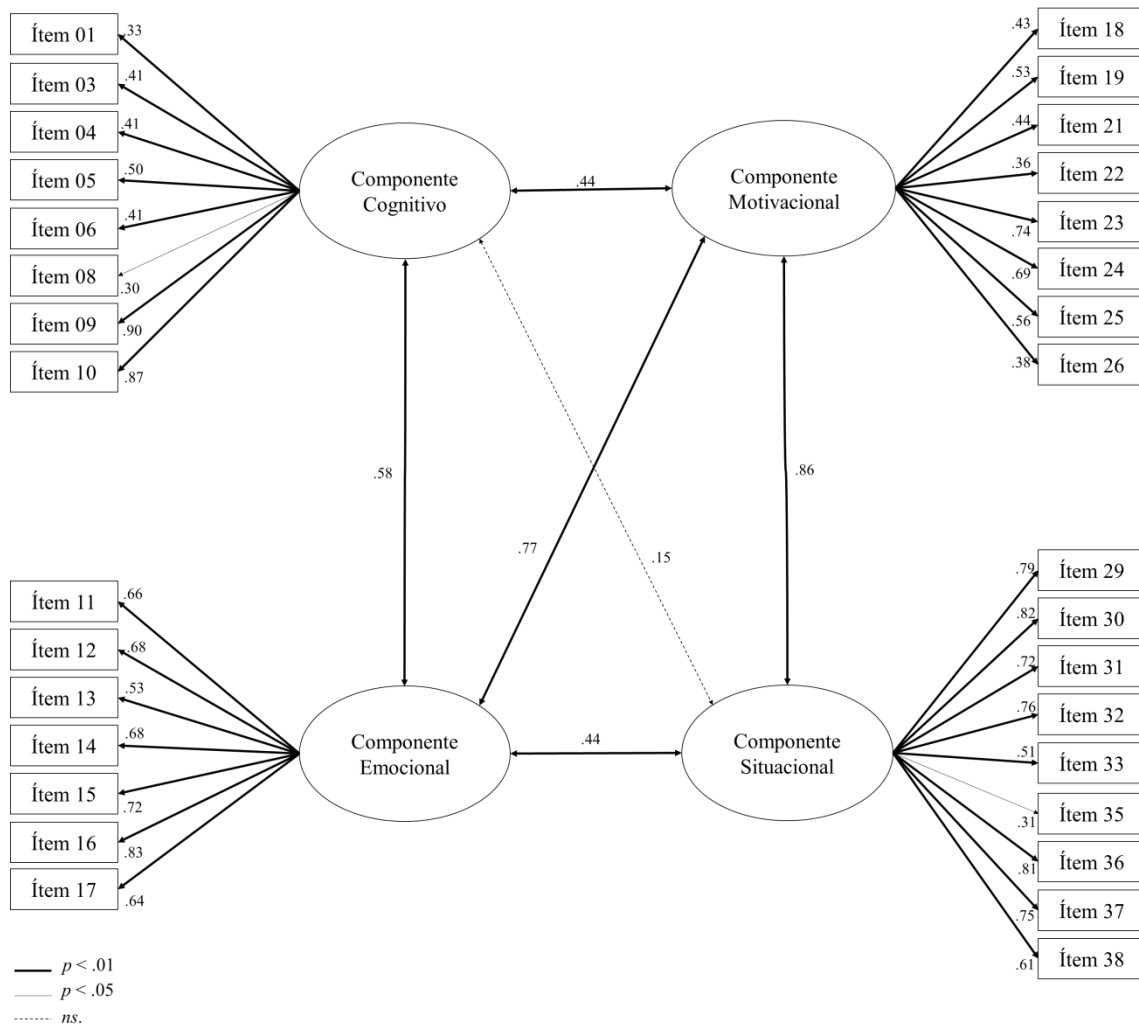
Figura 3. Pesos de regresión y correlaciones entre los factores del modelo propuesto



Al observar los pesos de regresión, se decidió llevar a cabo un segundo análisis, pero suprimiendo los ítems que mostraron cargas no significativas o inferiores a .30. Así, no se tuvieron en cuenta en el segundo análisis, el ítem 2 y 7 (componente cognitivo), el ítem 20 (componente motivacional), y los ítems 27, 28 y 34 (componente situacional).

El análisis realizado, mostró muy buenos indicadores en todos los índices de ajuste general: $\chi^2_{(70)} = 52.23$; $p = .06$; AGFI = .94; GFI = .95; RMSR = .02 y NFI = .90. En la figura que se presenta a continuación pueden observarse los pesos de regresión (ver Figura 4).

Figura 4. Pesos de regresión y correlaciones entre los factores del modelo modificado



El modelo final muestra que los factores están bien representados por los ítems, con pesos de regresión entre .30 y .90. Este modelo muestra correlaciones significativas entre los factores latentes, a excepción de la relación entre el componente cognitivo y el componente situacional.

Conclusión y discusión

En relación al esquema conceptual propuesto, el AFC confirma la presencia

de los componentes cognitivo, emocional, motivacional y contextual relacionados en diferentes grados. El componente cognitivo y contextual son factores no relacionados. El componente motivacional correlaciona fuertemente (.85) con el contextual. La motivación para la ejecución musical está relacionada con las condiciones contextuales. El componente emocional con el motivacional (.76). Esta relación muestra la influencia de las emociones

en la motivación para la ejecución. Todos los factores contribuyen a la experiencia del estado de disfrute en la ejecución de instrumentos musicales. En síntesis, la intensidad del disfrute en la ejecución musical está relacionada con experiencias cognitivas, emocionales, motivacionales y situacionales. La semejanza entre el modelo conceptual propuesto y los resultados del AFC proveen validez factorial al instrumento de medición (IDEM).

El fenómeno del disfrute se ha estudiado previamente en otras muestras específicas con el objeto de conocer los factores que la componen. En la actividad deportiva (Latorre-Román et al., 2016; Schmidt et al., 2022), el disfrute se define a través de un componente afectivo (que incorpora sentimientos y emociones positivas) y un componente cognitivo (que implica concentración y total “absorción”, un estar compenetrado en la actividad). En el uso de TICS, Fang y Zhao (2010) propusieron y corroboraron empíricamente un modelo trifactorial de disfrute a través del uso de videojuegos, confirmando la existencia de un componente afectivo, uno cognitivo y uno conductual. Y lo mismo ocurrió con el disfrute en juegos digitales de aprendizaje (Hou et al., 2021) y

exergames (i.e. videojuegos que incluyen actividad física) (Fitzgerald, 2020). El disfrute en el aprendizaje de lenguas extranjeras también mostró un modelo de tres factores (Botes et al., 2021).

Dado los hallazgos del presente estudio, es posible afirmar que el disfrute en la ejecución de instrumentos musicales se expresa a nivel cognitivo, emocional, motivacional y contextual. Este último componente parecería ser propio y definitorio de la actividad musical, a diferencia de lo que ocurre con otras actividades en las que el contexto no forma parte del fenómeno, sino que es señalado como condición o como aspecto facilitador del disfrute. Es por ello que el disfrute en la ejecución puede ser visto como una experiencia relacional (con la actividad, consigo mismo, con otros y con objetos del entorno).

En el presente estudio, el disfrute se reportó tanto en la implicación al momento de la ejecución del instrumento, como al recordar la ejecución que ha tenido buenos resultados para el sujeto. Por este motivo, en este trabajo hemos propuesto diferenciar objeto, sujeto y estado de la experiencia de disfrute, así como entenderlo en su contextualización y en

su cualidad dinámica en la que proceso y resultado no se encuentran dissociados. La experiencia de disfrute expresa su dinamismo al ser considerada proceso y resultado. Se podría pensar al disfrute como camino y como llegada. Incluso como punto de partida a estados más complejos, de la mano de la selección psicológica, desde donde puede entenderse como una experiencia óptima que aporta a la complejización de la experiencia humana.

La cualidad dialéctica entre proceso y resultado en el disfrute conlleva la cuestión de lo novedoso, en tanto en cada experiencia de disfrute existe un descubrimiento (sobre el propio estado, sobre lo que se genera en otros, sobre la interacción entre objeto y sujeto del disfrute). Si pensamos una vida sin disfrute, al menos en el campo de lo psicológico, nos encontraríamos con diversas caracterizaciones psicopatológicas como abulia o depresión. A decir de Delle Fave y Massimini (2005), transcurre temporalmente en un continuo que varía del aburrimiento (ausencia de disfrute) al disfrute profundo.

El feedback también fue consignado por los sujetos como parte de la experiencia de disfrute, asociado al proceso y al resultado de la performance

musical. La experiencia de disfrute lleva a una mayor complejidad personal, a modo de proceso espiralado ascendente. La complejidad es la resultante de la armonía existente entre pensamientos, emociones, motivación y acción en contexto. El disfrute puede ser pensado entonces, como una experiencia óptima donde la necesidad de equilibrio entre desafío y habilidades pone al sujeto en la búsqueda de desafíos cada vez más complejos para lograr la experiencia.

El disfrute se da asimismo en un contexto significativo para la persona. Es un estado que puede ser experimentado por cualquier ser humano siempre y cuando el objeto del disfrute (la actividad) sea vitalmente significativa para él. La significación vital de la actividad variará de sujeto a sujeto en función de las significaciones culturales de las actividades que lo producen. El disfrute se encuentra en relación con nuestras experiencias más significativas, que nos forman como personas, y que hacen a la huella que dejamos en el mundo. La universalidad de la experiencia de disfrute (aspecto ético) y sus componentes culturales específicos (émico) constituyen aspectos abiertos de este complejo concepto. Ciertas actividades específicas no tienen el mismo significado y función en

diferentes culturas. La detección de diferencias psicológicas debidas a rasgos culturales nos puede ayudar a descubrir los rasgos universales comunes de los seres humanos. Esta perspectiva ética asume que todos los miembros de nuestra especie tienen experiencias comunes. Cada cultura tiene códigos y un conjunto exhaustivo de instrucciones en relación a la conducta de los individuos. La relación entre la conducta individual y las instrucciones culturales es mejor entendida dentro del sistema cultural específico (émico).

Aún falta mucho por investigar acerca de este concepto y su evaluación empírica. Estamos en la vía y este artículo representa un aporte sobre la temática en el campo disciplinar de la Psicología y sus intersecciones con otras ciencias. Finalmente, la posibilidad de alcanzar experiencias positivas y lograr bienestar es un derecho de todo ser humano. Si conocemos las condiciones y componentes de las mismas podremos incentivar adecuadamente estas experiencias y aportar a una mejor calidad de vida mejor para los sujetos.

Referencias

- Arbuckle, J.L. (2014). *IBM SPSS AMOS 22 User's Guide*. Mount Pleasant, SC: Amos Development Corporation.
- Balaguer, I., Duda, J. L., y Castillo, I. (2017). Motivational antecedents of well-being and health related behaviors in adolescents. *Journal of human kinetics*, 59(1), 121-130.
- Blythe, M., y Monk, A. (2018). *Funology 2: Critique, Ideation and Directions*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-68213-6_1
- Botes, E., Dewaele, J. M., y Greiff, S. (2021). The Development and Validation of the Short Form of the Foreign Language Enjoyment Scale (S-FLES). *PsyArXiv*. DOI: 10.31234/osf.io/984hb.
- Jacoby, N., Margulis, E. H., Clayton, M., Hannon, E., Honing, H., Iversen, J., ... & Wald-Fuhrmann, M. (2020). Cross-cultural work in music cognition: Challenges, insights, and recommendations. *Music Perception*, 37(3), 185-195.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper Collins.
- Csikszentmihalyi, M. (1993). *The Evolving Self*. Kairós.

- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Aprender a fluir*. Kairós.
- Csikszentmihalyi, M. y Figurski, T.J. (1982). Self-awareness and aversive experience. *Journal of Personality*, 50 (1), 15–28. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1982.tb00742.x>
- Csikszentmihalyi, M. y Beattie, O. (1979). Life themes: A theoretical and empirical exploration of their origins and effects, *Journal of Humanistic Psychology*, 19(1), 45-63.
- Csikszentmihalyi, M. y Rich, G. J. (1997). *Creativity in performance*. R. Keith Sawyer Washington University Ablex Publishing Corporation.
- Delle Fave, A. y Massimini, F. (2005). The investigation of optimal experience and apathy. Developmental and psychosocial implications. *European Psychologist*, 10 (4). 264 -274.
- Delle Fave, A., Massimini, F., y Bassi, M. (2011). *Psychological selection and optimal experience across cultures: Social empowerment through personal growth*. Springer Science & Business Media.
- DeNora, T. (2000). *Music and everyday life*. Cambridge University Press.
- Fang, X. y Zhao, F. (2010). Personality and enjoyment of computer game play. *Computers in Industry*, 61, 342.
- Fitzgerald, A., Huang, S., Sposato, K., Wang, D., Claypool, M., y Agu, E. (2020). The exergame enjoyment questionnaire (eeq): An instrument for measuring exergame enjoyment. *In Proceedings of the 53rd Hawaii International Conference on System Sciences*.
- Gimenez, M. y Leibovich, N. (2019). *Disfrute y características de la personalidad en ejecutantes de instrumentos musicales*. *Epistemus - Revista de estudios en Música, Cognición y Cultura*. 7 (1), 29-48. <http://revistas.unlp.edu.ar/Epistemus>
- Habe, K., Biasutti, M., & Kajtna, T. (2019). Flow and satisfaction with life in elite musicians and top athletes. *Frontiers in psychology*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00698>
- Hernández-Sampieri, R., & Torres, C. P. M. (2018). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hil Interamericana.

- Hilgard, E. R. (1980). The trilogy of mind: Cognition, affection, and conation. *Journal of the History of the Behavioral Sciences*, 16(2), 107-117.
- Hogan, T. P. (2015). *Pruebas psicológicas: Una introducción práctica* (2ª ed., Trads: J. Cisneros Herrera y L. E. Aragón) [*Psychological Testing. A Practical Introduction*]. Manual Moderno
- Hou, X., Nguyen, H. A., Richey, J. E., Harpstead, E., Hammer, J., y McLaren, B. M. (2021). Assessing the Effects of Open Models of Learning and Enjoyment in a Digital Learning Game. *International Journal of Artificial Intelligence in Education*, 1-31.
- Hu, L. y Bentler, P.M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3, 424–453. <https://doi.org/10.1037/1082-989X.3.4.424>
- Hu, L. & Bentler, P. M. (1999). Cut-off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6(1), 1–55. <https://doi.org/10.1080/10705519909540118>.
- Latorre-Román, P. Á., Martínez-López, E. J., Ruiz-Ariza, A., Izquierdo-Rus, T., Salas-Sánchez, J., y García-Pinillos, F. (2016). Validez y fiabilidad del cuestionario de disfrute por el ejercicio físico (PACES) en adolescentes con sobrepeso y obesidad. *Nutrición Hospitalaria*, 33(3), 595-601.
- Leibovich, N., Giménez, M., Aranda Coria, E., y Esparza Baigorri, T. (2014), Flow y características de personalidad en estudiantes universitarios avanzados. *Anuario de Investigaciones*, XXI, 269 -275. Facultad de Psicología, UBA.
- Leibovich, N., Gimenez, M., y Martucci, F. (2018). Evaluación de la intensidad de la experiencia de disfrute en la ejecución musical. Propiedades psicométricas del IDEM (Inventario de disfrute en la ejecución musical). *Actas del Congreso CLACIP Mar del Plata, Argentina*.
- Leibovich, N., Gimenez, M., y Martucci, F. (2019). Los efectos del disfrute en la ejecución de instrumentos musicales. *Epistemus - Revista de estudios en Música, Cognición y Cultura*. 7(2), 27-56. <https://doi.org/10.24215/18530494e002>

- Leibovich, N. y Martucci, F. (2020) Personalidad, disfrute y consumo de alcohol en ejecutantes de instrumentos musicales. *Actas XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología de la UBA*. 1, 16-21.
- Martela, F., & Ryan, R. M. (2016). The benefits of benevolence: Basic psychological needs, beneficence, and the enhancement of well-being. *Journal of personality*, 84(6), 750-764.
- Meyer, L. (1956). *Emotion and meaning in music*. University of Chicago Press.
- Moon, J.W.; Kim, Y. G. (2001). Extending the TAM for a World-Wide-Web context. *Information & Management*, 38(4), 217–230, [https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/S0378-7206\(00\)00061-6](https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/S0378-7206(00)00061-6)
- Nabi, R. L., & Krcmar, M. (2004). Conceptualizing media enjoyment as attitude: Implications for mass media effects research. *Communication theory*, 14(4), 288-310.
- Nakamura, J. y Csikszentmihalyi, M. (2002). The Concept of Flow en Snyder & Lopez *Handbook of Positive Psychology* (pp. 89–105). Oxford University Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. Guilford Publications
- Schmidt, V., Leibovich, N., García-Arabehegy, M., Molina, M.F. y Gonzalez, M.A. (2020). Personalidad desde el Modelo de los Cinco Factores y su relación con la experiencia de disfrute en el deporte. *Actas XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología de la UBA (Trabajo completo)*. 1, 16-21.
- Schmidt, V., Molina, M. F., Raimundi, M. J., Celsi, I., González, A., Perez-Gaido, M. y García Arabehegy, M. (2022). ¿Qué implica disfrutar del deporte? Presentación de un instrumento para su evaluación. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 18(1). <https://doi.org/10.15332/22563067.6009>
- Sloboda, J. A.; O' Neill, S. A.; Ivaldi, A. (2001), Functions of music in everyday life: an exploratory study using the Experience Sampling Method, *Musicae Scientiae* 5(1), 9–32.
- Smith, J. L., Harrison, P. R., Kurtz, J. L., & Bryant, F. B. (2014). Nurturing the capacity to savor: Interventions to enhance the enjoyment of positive experiences. In A.

C. Parks & S. M. Schueller (Eds.), *The Wiley Blackwell handbook of positive psychological interventions* (pp. 42–65). Wiley Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118315927.ch3>

Agradecimientos

A los organismos que financiaron el proyecto: Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), Universidad de Buenos Aires (UBA) y Universidad Abierta Interamericana (UAI). Y a la Lic Florencia Martucci por su colaboración en la presente investigación.

Fecha Recepción: 2022-07-28

Fecha Aceptación: 2022-11-14