

Anexos

Transcripción entrevista P1. “Camila”

Entrevistador: Bueno, buenas tardes “Cami”. ¿Cómo estás? Muchas gracias por venir, por participar en el ejercicio. Entonces, como te comentaba, el ejercicio es una entrevista precisamente enfocada a lo que es algo descriptivo frente a cómo las personas pueden de pronto utilizar el sonido, la música y utilizarlo a su favor o para acompañar momentos emocionales o simplemente ayudar a gestionar emociones.

En otras palabras, es algo que por naturaleza todos lo asumen, pero creo que es algo de lo que muchos dejan pasar por alto y no toman en cuenta cómo puede influir a veces un sonido en particular o una música en particular en el estado de ánimo: generar de pronto estrés cuando sientes mucha bulla en la calle o querer desaparecer precisamente usando audífonos, que son como herramientas muy cotidianas que todos pasan por alto y no notan de pronto mucho que podría influenciarse a su favor utilizando el sonido.

Entonces la idea es precisamente hacer un estilo de conocerte: conocer un poco tú quién eres, qué particularidades te dirigen de pronto a tener ciertos estilos musicales o ciertas preferencias sonoras o un paisaje acústico específico. Y pues eso es lo que nos va a ayudar precisamente a comparar los datos de los diferentes participantes.

Entonces, para empezar, me gustaría que te presentaras también, a que todo quede aquí en los records. Si quieres, cuéntame quién eres, qué edad tienes, tu nombre completo.

Participante: Bueno, mi nombre es “Camila”, tengo 25 años, soy Community Manager y trabajo como en heladería de marketing digital y también hago fotografía de vez en cuando.

Entrevistador: OK. ¿Qué fue lo que estudiaste tú?

Participante: Soy comunicadora social y periodista.

Entrevistador: Comunicadora social y periodista. ¿Y qué es lo que más te apasiona de lo que haces?

Participante: La fotografía, la reportería gráfica más que todo. O sea, creo que mi estilo de fotografía es más al instante, a los hechos. Eso me gustó mucho.

Entrevistador: ¿Y habría algo más de pronto que te gustaría hacer de pronto, no sé, alguna especialidad aparte o algo diferente?

Participante: Sí, pues no diferente, sino que va como por la misma línea audiovisual. Me gustaría mucho estudiar cine en algún momento de la vida o hacer una especialización con respecto a eso, como ampliar más esa visión como de la fotografía y lo audiovisual. Porque, si bien lo vi en la carrera, pues igual fue como un semestre, pero me enganchó muchísimo; fue lo que más me enamoré de la carrera. Entonces sí, pues.

Entrevistador: Te apasiona.

Participante: Exacto, me gustaría abordar en eso muy pronto.

Entrevistador: ¿Y tienes claro lo que te gustaría lograr? O sea, pues sí sé que te gustaría de pronto ahondar un poco en esto, ya que son artes audiovisuales, pueden conectar un poco bien. ¿Pero te gusta? ¿Tienes de pronto claro esa idea de qué te gustaría lograr con ello?

Participante: Sí, pues digamos como que mi sueño con lo audiovisual es ser como fotógrafa de eventos, de eventos musicales, pero tipo como Idartes. En cine me gusta mucho también como el documental. Pues ahorita no lo tengo muy claro porque no he abordado mucho como en esa carrera, pero sí quiero en un futuro estar ligada como a ese arte, o sea, como proyectos

así. Aunque creo que mis proyectos son más periodísticos también, o sea, periodísticos con música, no sé, como una mezcla rara.

Entrevistador: Suena chévere, suena interesante. ¿Desde qué edad decidiste o sabías que querías dedicarte a esto?

Participante: Como desde los 17. Yo siempre la tuve súper clara, no tuve como ese dilema de qué quiere estudiar; no. Siempre fui como muy clara con respecto a ello.

Entrevistador: OK. ¿Qué pensabas en ese momento? ¿Tienes de pronto en la cabeza algo: “yo quiero hacer esto, quiero estudiar esto, para esto, por esto”?

Participante: Sí, pues es que yo antes, cuando era más pequeña, era una chica muy tímida; me costaba expresarme ante la gente y eso. Entonces dije como: no, pues yo tengo como que hacer un cambio, como tengo que aprender como a que no me dé pena hablar o lo que sea. Entonces dije como: no, mi carrera tiene que ser algo que me ayudé como a crecer a nivel personal.

Entrevistador: Que te empuje a eso y pues...

Participante: Por eso elegí la carrera. Y pues en el camino la verdad me enamoré mucho de la carrera y creo que es lo mejor.

Entrevistador: ¿Y sientes que sí te ayudó, que sí cumplió el objetivo?

Participante: Sí, totalmente.

Entrevistador: ¿Rompiendo barreras?

Participante: Sí, sí, total. La verdad me encanta mi carrera.

Entrevistador: OK. ¿Crees que aparte de eso hubo algo más que te influenciara a interesarte por eso?

Participante: Creo que en un primer momento eso, pero creo que uno tiene como una corazonada, ¿sabes? O sea, como que lo que te digo: muchos a esa edad, tipo como 17 o en el colegio, tienen la súper crisis existencial de qué voy a estudiar, qué voy a hacer de mi vida y alguna otra... O sea, como esa fue como una razón, pero estaba muy segura de ello.

De hecho, el conflicto fue como después, porque mis papás siempre me decían: “tiene que estudiar algo que le dé plata, una ingeniería”. Intentaron como convencerme de lo contrario porque también pensé en estudiar Derecho; creo que era una carrera muy cuadriculada para mí.

Entrevistador: ¿No te ha llevado en eso?

Participante: No, aunque me gusta mucho leer, creo que también por ahí la pensaba, pero siempre fue la primera opción: la comunicación social y el periodismo.

Entrevistador: ¿Te sientes útil desarrollando ya la labor? ¿Sientes que lo que haces tiene un impacto en la empresa en la que estás o en los trabajos que haces?

Participante: Mira que yo he sido una chica muy afortunada porque yo desde que me gradué he tenido trabajo en lo que estudié y creo que eso para mí es muy importante. O sea, creo que para mí tener un trabajo estable, o sea que tenga que ver con lo que tú estudiaste, hace como toda la diferencia.

Y yo salí como de... o sea, fui como... estaban las prácticas y mi carrera obviamente era relacionada; me quedé un tiempo allí y ahorita estoy como en una agencia digital y siento que

me ha gustado mucho. También he encontrado nuevos retos profesionales que de verdad creo que son chéveres: estoy trabajando con marcas chéveres, me siento útil en la labor.

Para mí también es importante que como a estas alturas después de graduarme también use mi equipo, por ejemplo, eso: la cámara, el trípode, las luces... Como que eso también tenga una utilidad. En la empresa en la que trabajo ahorita me la alquilan por eventos, entonces siento que estuvo súper bien.

Entrevistador: Todo confluye un poco.

Participante: Sí, exactamente. Para mí es muy importante eso: que ejerza, que mis equipos también me estén dando... Sí, como que estén siendo útiles y que no queden arrumados y ya. Entonces es bueno. Creo que ahorita estoy en una buena etapa laboral.

Entrevistador: OK. ¿Has sentido de pronto algún miedo, frustración o no sé, una preocupación particular mientras que desarrollas esos planes, digamos, para lo de cine o que no pudieras hacer algo?

Participante: De pronto con lo del cine sí me preocupa un poco el tiempo, porque pues si bien estoy como en un momento estable laboralmente, pues es muy invasivo con respecto al tiempo. Entonces a veces me cuestiono y digo como que si estoy como en la agencia y estoy ejerciendo y todo y quiero estudiar, pero ¿cómo en qué momento?

Como que ahorita tengo muy poco tiempo para muchas cosas y eso de pronto me preocupa un poco frente como a estudiar algo. Sin embargo, pues yo no soy cerrada como tipo la edad, porque en cualquier momento es bueno para estudiar. No me preocupa la edad; más bien es como el tiempo: como que todo pasa muy rápido y es como ¿en qué momento voy a hacer todo lo que quiero?

Entrevistador: OK. Creo que esa es una carrera que muchos van llevando, pero igual no hay como un estándar de cuándo está bien o mal hacer las cosas.

Ahora, para pasar de pronto un poquito más a lo que nos compete como tal aquí en la entrevista: gracias por lo que nos compartes como un abrebocas para saber más o menos quién eres tú, a qué te dedicas. Nos gustaría saber, es más en este momento, ahora, de pronto si a lo largo de ese camino has identificado gustos particulares de tus estilos musicales y esa música o el sonido que te gusta te ha rodeado, te ha acompañado en tu vida, pues ha influenciado de alguna manera.

Para eso, una pregunta muy general sería: ¿qué lugar tiene en este caso la música en tu vida cotidiana? Y el sonido, ¿qué lugar le darías al sonido, a la música? ¿Qué es para ti?

Participante: Bueno, es muy importante. Yo siento que igual la música y las etapas que te acompañan con respecto a la música son claves. Yo he tenido a nivel musical muchas etapas. De hecho, uno de mis planes favoritos es como ir a conciertos, conocer música nueva.

Yo soy fiel creyente de que, por ejemplo, cierto tipo de música también define como tu estado de ánimo. Uno es así: uno cuando está triste pone baladas, ejemplo; uno cuando está feliz, en mi caso pone ska; no sé, cuando uno tiene ira pone un rock o cosas así. Entonces creo que sí tiene mucho que ver.

Y creo que uno lo vincula hasta de manera consciente en la emoción. Uno sabe que está triste, entonces elige como dentro de sus gustos musicales lo que más se acople como a ese momento.

Entrevistador: OK. Está muy ligado a lo que vamos a hacer después de las preguntas, como el pequeño ejercicio. Para eso necesito que te involucres mucho emocionalmente también: qué recuerdas, qué has vivido, qué cosas han sido significativas también para ti.

Pero seguimos con unas pequeñas preguntas antes de empezar ese ejercicio. En este caso: ¿qué significado personal le darías a los sonidos? Tipo sonidos comunes: un ruido urbano, la bulla de los carros, una voz, algún ambiente natural de los pájaros... No sé si viajas, si vas en carretera, sentir el silencio, cambiar de ciudad. Bogotá es muy caótico, es muy normal tener esa contaminación auditiva. ¿Qué significado le podrías dar a esos sonidos en tu vida? Para ti, ¿qué podrían ser?

Participante: Pues yo creo que el sonido es algo que nos rodea siempre, constantemente; pues obviamente es como muy valioso. Y cada sonido te puede transmitir cualquier cosa. O sea, hasta el mismo silencio te transmite algo.

Pues lo que tú dices: sí siento que es significativo, que es importante y que también tiene que ver con uno, con la esencia de uno. Lo que mencionas: la naturaleza, los pájaros...

Mira, por ejemplo, hay un sonido que me marca mucho en mi infancia: yo siempre he dicho que cuando yo viva sola siempre quiero tener un reloj de pared, porque me recuerda mucho a mi infancia cuando vivía con mis abuelitos. O sea, me crie allá. Entonces, siempre cuando había mucho silencio se escuchaba como el “tic” y eso me transmitía mucha tranquilidad.

En mi casa ahorita actualmente no tenemos uno, entonces por eso digo: cuando tenga mi espacio y viva sola, siento que el silencio lo quiero con ese sonido en específico.

Entrevistador: OK, entiendo. Te conecta un poco con tu infancia, con lo que viviste allá con tus abuelos.

Participante: Me parecía muy tranquilo. O sea, tipo: no sé, llegaban las cuatro de la tarde y ellos se acostaban a dormir y uno no tenía como celulares o algo... No sé, en ese momento no leía o algo; todo se quedaba en silencio y estaba como el sonido del tic-tac. Me transmitía mucha tranquilidad.

Entrevistador: OK. Me gusta, me suena curioso. Como te digo, esto es un poco también conversacional. Yo tengo una experiencia un poco parecida, pero a mí me da como un poco de fastidia.

Participante: ¿Ah, de verdad?

Entrevistador: Sí, porque... Nosotros también crecimos mucho tiempo entre primos, con mi hermano, con tíos, pero casi todos pasábamos tiempo donde mi abuela. Pero entre todos los primos decíamos que ella era un poco bruja y tenía una energía muy pesada. Entonces digo: eso es lo particular de que cada estímulo te puede también dar de pronto una conexión diferente, una sensación diferente.

A mí eso ahorita lo intento asociar con un metrónomo, algo más del área de la música, porque digo: no acordarme de la época de mi abuela y vivir por allá y estar todos allá es como...

Participante: Sí, yo creo que cambia con respecto al contexto de la persona.

Entrevistador: OK. ¿Creerías que de pronto la interpretación emocional de un sonido podría ser universal o depende de factores culturales?

Participante: No, yo creo que, si lo hablamos como en términos generales, podría ser cultural.

Entrevistador: ¿Cultural?

Participante: Sí. O sea, si es como a nivel general creo que es cultural. Si es el sonido como individual creo que es subjetivo, pues precisamente por lo que hablamos: ese mismo sonido a ambos nos emite diferentes recuerdos o emociones. Entonces depende el contexto. No sería como tan general.

Puede que yo vaya por la calle y haya un trancón y piten y yo esté súper parchada y no me importe, no sienta nada; como puede que a otra persona le moleste un montón y se descontrole, sienta ira o lo que sea. Depende. Siento que es subjetivo.

Si lo hablamos en términos generales, de pronto es cultural normalizar escuchar algunos sonidos en algunos espacios públicos. Y si es personal creo que depende del contexto de la persona.

Entrevistador: OK. ¿Cómo crees que las diferencias personales, como el estado de ánimo o la memoria o la cultura en la que te resistes (sic) tus propios espacios, influyen en la forma en la que tú interpretas los sonidos?

Participante: Sí, pues creo que es un poco lo que dije ahorita. Creo que es subjetivo dependiendo de las situaciones, los contextos de la persona. Porque lo que a mí me puede transmitir un sonido en específico, a la otra persona puede interpretarlo totalmente diferente y tiene que ver con rasgos personales y situaciones y personas y todo lo que pueda estar vinculado a ello.

Entrevistador: OK. Ahora, ¿crees que todos los sonidos tienen la capacidad de generar alguna emoción o solo algún tipo de sonido específico podría ser?

Participante: No, yo creo que todos los sonidos transmiten algo; implícitamente sí lo hacen.

Entrevistador: OK. De pronto puede ser que son cosas que se pasan muy desapercibidas y que a veces la gente no es muy consciente en cómo puede afectarse el estado de ánimo estando expuestos a algunos sonidos. Pero está interesante.

Participante: Yo creo que uno no... Eso que tú dices es muy cierto: uno no está consciente. Digamos, yo ahorita estoy pensando como en el sonido y por ejemplo ahorita en este momento estoy escuchando... ¿Cómo se llama ese cosito? Eso me gusta. Como el viento, ¿cómo se llama?

Entrevistador: Como el siseo del viento.

Participante: Sí, que mueve como el... ¿Cómo se llama?

Entrevistador: Esos... Yo no sé cómo se llaman, pero sé que es como un estilo de campanitas. Las campanas de viento.

Participante: Exacto, las campanas de viento. Eso me parece chulo, me gusta. Yo no lo había pensado; ahorita estoy, así como escuchando todo.

Entrevistador: Súper receptiva ya con esto encima. Bueno, ¿consideras que el estudio de los sonidos o darles más notoriedad a los sonidos podría ayudarnos a entender mejor las emociones de las personas o la conducta humana y sus emociones?

Participante: Sí, yo creo que sería muy útil ser conscientes de eso porque, por ejemplo, uno a veces... Si uno no es consciente, pero creo que sí pasa: no sé, yo estoy trabajando en mi casa y necesito concentración en algo muy importante y de repente alguien en la casa pone música a todo volumen...

Y yo creo que uno no se pone como a analizar en ese momento: “¿cómo estoy sintiendo?”, “¿me da mal genio por esto en específico?”, sino que uno lo piensa después, si no es

consciente en el momento. Pero obviamente sí tiene que ver automáticamente: si me pasa eso, a mí me da mal genio; obvio necesito silencio.

Me pasa mucho otra: en el conjunto donde yo vivo hay una destapada y en esa destapada hay un bar. Llega mucha gente y llegan manes con el carro con el bafle a todo volumen; lo ponen a las 12 de la noche hasta las 5 de la mañana a todo volumen. Tú escuchas el... ¿cómo se llama eso? Como el estruendo en las ventanas...

Entrevistador: El bajo del sonido ahí en las ventanas.

Participante: Y para colmo es música que no me gusta. Entonces me molesta. Uno no puede dormir bien, al siguiente día me levanto de mal genio, pero uno lo minimiza y dice: “no, pues no dormí bien”, pero evidentemente es ese factor externo que no depende de mí, que me hace sentir mal al siguiente día.

Entrevistador: Cuando existen esos factores externos, incontrolables para nosotros, ¿encontrarías otra manera mejor para lidiar con eso o mitigar ese sonido que te llega de afuera?

Participante: Pues con ese caso en específico que es heavy, uno no tiene nada que hacer. Me da mal genio, pero mi personalidad no es tan explosiva para hacer algo al respecto.

Con ese ejemplo, una vez pusieron música a todo volumen y un señor de enfrente salió por la ventana a gritarle cosas al man. Creo que ahí se diferencia esa subjetividad frente a diferentes personas con su reacción: él se dejó llevar por la ira, empezó a amenazarlo, a decir que lo iba a matar, que no sé qué, que la hija estaba durmiendo. Yo no: yo nada, hasta que me coja el sueño y ya; me resigno. Obviamente me da mal genio y es como “no dejan dormir, malditos”.

Entrevistador: OK.

Participante: Sí, pero este señor se dejó llevar por la ira y...

Entrevistador: Sí, lo escaló todo.

Participante: Sí, lo escaló todo. Empezó a gritarle. Lo manejamos diferente, pero en sí es el sonido el que nos generó esa emoción. Yo creo que, si somos más conscientes de la manera en que eso nos afecta, de pronto uno lo puede controlar mejor; por lo menos el señor podría controlar mejor.

Entrevistador: OK, gracias. ¿Tocas algún instrumento? ¿Tienes experiencia directa con alguna práctica musical?

Participante: En un momento de mi vida sí practiqué mucho el ukulele, la guitarra española y el teclado. Me gustaba mucho.

Entrevistador: De pronto porque dices “un tiempo”, seguramente lo has dejado un poquito de lado. ¿Podrías relatar desde tu experiencia qué sientes cuando practicabas alguno de estos instrumentos o qué sentías?

Participante: Para mí era como un reto. Yo siempre he sido... siento que en los músicos hay dos tipos de personas: al que se le da bien, nace con el don y se le facilita; y el que tiene que estudiar un montón para que le salga bien. Yo era la segunda opción.

Entonces me gustaba, no era muy buena, pero decía: “igual me llama la atención, quiero hacerlo”. No se me facilitaba, tenía que ver tutoriales; fue muy empírico. Sin embargo, me llamaba mucho. Entonces para mí era increíble cuando yo sacaba al menos un intro: me sentía súper triunfadora, porque duraba todo un día para sacarlo y sacarlo bien y rápido. Me generaba mucha satisfacción, me sentía feliz al hacerlo.

Entrevistador: En el momento de lograrlo.

Participante: Obvio.

Entrevistador: ¿Y durante el proceso que ibas aprendiendo el intro, ¿qué sentías?

Participante: No me frustraba; parchada. Como “bueno, tengo que sacarlo”, más ganas de aprenderlo bien. Era un hobby, no era una proyección muy grande.

Y mi estado de ánimo sí influía en las canciones que elegía: cuando estaba triste intentaba tocar algo como “Love of My Life” de Queen, así bien depre; cuando estaba feliz buscaba algo más chévere, y así sucesivamente con respecto a cómo me sentía.

Entrevistador: Y ya un poco más referente a los estilos musicales: ¿qué estilos musicales dirías que son más frecuentes para ti y cuál sería el favorito actualmente, de todo lo que has recorrido?

Participante: Mi historia musical es muy graciosa porque literalmente yo empecé con pop, tipo One Direction, y terminé después en la universidad escuchando punk. Es un cambio muy radical.

Pero yo creo que mi género musical favorito siempre ha sido el rock en español, y creo que en parte también es por mi papá, porque él es rockero clásico a morir. Entonces creo que ese sonido influyó mucho en mi vida desde siempre y fue un punto de partida para que me empezaran a gustar esos géneros.

A raíz de eso me han gustado muchos géneros diferentes: yo te puedo escuchar One Direction, luego punk, luego ska, luego salsa. Diferentes etapas de la vida han traído esos géneros, pero creo que el que más me gusta es el rock en español, también por la influencia de mi papá.

Entrevistador: OK, te guió mucho en eso de exponerte al rock.

Participante: Sí, pues tampoco era que me obligara, ¿no? Pero uno siempre escuchaba a mi papá con sus Rolling Stones, aunque él es más rock clásico en inglés y a mí me gusta más el rock en español.

Entrevistador: Y en este momento, aparte del rock en español, ¿qué otros estilos musicales te acompañarían?

Participante: Son géneros derivados. En la búsqueda del gusto musical, a raíz del rock uno empieza a escuchar varios géneros que antes no sabía que existían y ahora amo; son poco comunes.

Por ejemplo, me gusta mucho el ska: me parece muy alegre, una fiesta capitalina increíble. Me gusta bailarlo, cantarlo, verlo en vivo. Tuve una época de punk que fue un poco más oscura. Últimamente me ha gustado mucho la salsa, como que uno llega a esa etapa en la que dice “ya sé por qué los adultos escuchaban salsa”. Me gusta mucho. Y últimamente me ha gustado mucho la música alternativa.

Entrevistador: ¿Alternativa tirando a sonidos parecidos a qué?

Participante: Alternativa no como oscura, sino artistas alternativos tipo Edson Velandia, que es un lírico increíble de Colombia; para mí es el mejor. Hay unas chicas que se llaman Las Añez, La Muchacha, Isabel... por ese estilo. Lucio Feuillet... Son bandas increíbles, con muchas mezclas: raíces latinas, de repente mezclan cumbia, la lírica... Son chéveres y muchos son nacionales.

Entonces hoy en día me mueve mucho que el artista sea nacional; siento que tiene todo mi apoyo, como de apoyar lo nuestro. Me he movido mucho con ese tipo de artistas.

Entrevistador: OK. Y a partir de eso, ¿te has puesto a pensar en qué pasa en el cuerpo cuando escuchas algo o cuando estás sintiendo algo y escuchas algo que lo acompañe? ¿Podrías identificar reacciones físicas?

Participante: Sí, total. En eventos de ska a mí me gusta bailar, entonces suelo meterme como al revolcón. Con respecto al ska tienes que bailar: te genera felicidad, liberas energía, empiezas a saltar, estás con la tensión alta. Después uno termina cansado, pero transmite felicidad, es muy de fiesta. Se acelera el corazón por la emoción. Con música triste, sí: yo he llorado con música triste, obvio.

Entrevistador: Ahora, para ir cerrando esta sección: ¿qué características sonoras crees que producen mayor efecto en ti? ¿El ritmo, el tiempo, el timbre, la voz, la tonalidad, la melodía? ¿Qué es lo que más te gusta de una canción?

Participante: El ritmo. Me gusta mucho escuchar música en español, entonces la letra es muy importante. Si la letra no me transmite nada, no me llama. El ritmo, la letra, la tonalidad. Yo no voy mucho con el metal porque no les entiendo nada; a pesar de que está el ritmo chévere y potente, no me llama porque no les entiendo.

Y con el ritmo puede variar: si es ska, me gusta que sea movido; si es rock clásico melancólico, me gusta tipo balada. Entonces es ritmo, buena letra, melodía, tonalidad según el género.

Entrevistador: Ahora la idea sería pasar a un ejercicio breve. Vas a tener que cerrar los ojitos. Vamos a trabajar con cuatro emociones: alegría, miedo, tristeza, ira. No tiene que ser una canción como tal: ojalá compartas una experiencia importante y la asociemos a una canción o sonido pertinente para sentir la emoción.

Piensa en estar feliz... cierra los ojitos... recuerda momentos en que te has sentido plácida, acompañada, protegida... selecciona uno y dime cuando lo tengas.

Participante: OK, lo tengo.

Entrevistador: Listo. No es necesario que me lo compartas todavía, pero compárteme una canción que sientas que podría acompañar ese momento.

Participante: Es que no me acuerdo... Estoy tratando. Es muy difícil asociar una canción a un recuerdo. Hay una canción que me recuerda mucho a ese momento, que ni sé quién es el artista, ni tiene que ver con mis gustos actuales, pero es de una película que se llama *Coco*, animada. No me acuerdo bien el nombre.

Entrevistador: “Margarita” de Fito Páez

Participante: Me encanta esa canción.

Entrevistador: Ahora, después de eso, piensa en qué imágenes o recuerdos vienen con esa canción. Pueden ser palabras clave.

Participante: Recuerdo de la infancia cuando toda la familia se reunía en la casa de la abuelita y éramos realmente unidos. Siento que el pilar de las familias son los abuelos y en mi familia es mi abuelita. Mi abuelita se llama Margarita, entonces es un pilar muy importante. Yo siempre soy muy feliz cuando voy allá; es mi lugar seguro.

Recuerdo mucho las festividades cuando era pequeña y todo el mundo iba allá. Armábamos entre todos el árbol de Navidad, había regalos para todos los primos, jugábamos... En esa época era muy feliz. Ahorita no se da mucho; sigo visitando a mi abuelita, pero no es lo mismo. Entonces esa canción me evoca la felicidad que ella nos transmite como familia. Ella

nos unía. Me siento muy feliz cuando estoy con ella y puedo compartir momentos con ella.

Mi abuelita me hace feliz.

Entrevistador Esa imagen en particular.

Participante: Sí. Todos reunidos en la casa; ha sido la misma casa de siempre, construida por ellos mismos. Para mí la familia es muy importante y empieza con mi abuelita.

Entrevistador: ¿Has utilizado esta canción en algún momento particular, además de esta entrevista?

Participante: Sí, yo siempre se la pongo a mi abuelita y le recuerdo que esa es la que yo le dediqué. Ella se pone súper contenta porque, aparte de la música, hay varios símbolos que representan la felicidad que ella me da. Ella sabe que se llama Margarita y se pone cosas de margaritas; eso me da felicidad, ternura.

Entrevistador: Relacionas mucho esa felicidad con tu abuelita.

Participante: Sí, es un recuerdo muy seguro y muy feliz.

Entrevistador: ¿La usas tú también?

Participante: Sí, está en mi playlist. Es una canción importante.

Entrevistador: ¿La dejarías sonar en la playlist o la eliges conscientemente?

Participante: La dejo sonar en la playlist; salvo momentos específicos como el cumpleaños de ella, cuando sí la pongo consciente. Pero sí la escucho normalmente también.

Entrevistador: Ahora: piensa en una canción que te parezca muy triste, que te dé nostalgia. ¿Ya la tienes?

Participante: “Nostalgias” de Andrés Calamaro.

Entrevistador: Cierra los ojitos, escucha atentamente y enfócate en qué imágenes o recuerdos trae, qué te haya hecho sentir triste.

Participante: Pues es una canción que últimamente me transmite esa emoción. Me gusta, pero la odio en sí porque creo que es muy profundo. Me trae recuerdos de una persona en específico con la que compartí mucho tiempo y me hace sentir soledad. Está ligada a una ruptura reciente.

Entrevistador: ¿Qué es lo que más te llama la atención de esa canción: la letra o...?

Participante: La letra. Es un clásico tango-rock melancólico argentino. La letra es súper profunda. Habla de una ruptura, pero tiene más que ver con soledad, tiempo, juventud, perder el tiempo con alguien... Más allá de una persona. Por eso, cuando me mencionaste la emoción, ya la tenía clara con la canción; últimamente me transmite tristeza.

Entrevistador: ¿Qué tan frecuente la estás usando?

Participante: Un montón. La conocí hace poco a raíz de lo que pasó. No la había escuchado antes y fue como “uff”, me pegó porque era lo que yo estaba pasando. Me identifiqué con la letra. Y ese tango mezclado con rock y con salsa es justo el sentimiento de melancolía que atravieso. Aunque no es una melodía súper lenta, me transmite nostalgia.

Entrevistador: ¿En qué momentos la utilizas?

Participante: Es una canción para escuchar un domingo sola, con mis pensamientos. En el trabajo no podría; tengo muchas cosas en la cabeza y no soy consciente de sentir lo que transmite. Entonces la pongo cuando estoy sola, pensando, recordando.

Entrevistador: ¿Crees que te ayuda a digerir esa sensación?

Participante: Me reconforta porque me siento identificada, aunque es momentáneo. Las emociones son momentáneas: pasar el momento y después seguir con la vida. Me ayuda a catalizar esa tristeza en esa soledad.

Entrevistador: ¿Dirías que te deja algo útil?

Participante: Sí. Me siento identificada y soy consciente de lo que me transmite. Creo que con la música somos masoquistas: si uno está triste, escucha algo que sabe que lo pone triste. Yo lo hago consciente: sé que me voy a poner triste, y es como la canción perfecta para ponerme triste.

Entrevistador: ¿Qué hace que sea más efectiva que otras canciones tristes?

Participante: El tiempo: la conocí en el momento que la necesitaba. Y culturalmente el tango argentino está ligado a la melancolía y la nostalgia. Eso me atrapa de esta canción.

Entrevistador: La siguiente emoción es la ira. ¿Tienes algo que escucharías cuando estás con rabia o para procesarla?

Participante: Cuando tengo rabia busco mucho la música. Me pongo los audífonos y salgo, pero escucho algo más agresivo; en vez de calmarme me da más rabia. Sigo en la línea de que uno es masoquista: busca lo que necesita en el momento. Después me calma, pero necesito escuchar algo que me genere ir más.

Ayer o antes de ayer me pasó. Salí de un lugar con mal genio y estaba sonando esta canción. No la puse a propósito, pero me dio más rabia. Se llama “Esperando mejores tiempos”, de Rudeboy.

Entrevistador: Cierra los ojitos, piensa... ¿Qué imagen mental tuviste?

Participante: La de ayer, cuando salí de un lugar. Tenía una cita médica y los resultados no eran lo que esperaba. Me hicieron esperar 20 minutos. Le huyo mucho a los médicos. Es un estado de salud complicado, entonces me da mal genio.

Salí del médico, me puse los audífonos y sonó esta canción. Tiene una frase: “esperando mejores tiempos”, y lo asocié a lo que me dijeron de mi salud. Por eso la tengo tan fresca: pasó ayer.

Entrevistador: ¿La escucharías para sentir más la emoción o para regularla?

Participante: Para sentir más la emoción, total. Pero esa canción no la puse conscientemente: estaba en la playlist. Sonó y la relacioné con la situación. Fue perfecto. Me hizo sentir más ira y luego cambió la canción y ya se reguló.

Entrevistador: ¿Te deja algo útil?

Participante: Sí. A nivel emocional es como un pico. Me ayuda sentir la emoción, sacarla y luego me calmo. No soy buena reprimiendo emociones, al contrario: si estoy triste pongo algo triste, siento y luego ya estoy normal.

Entrevistador: ¿Pasa igual con felicidad?

Participante: Sí. La felicidad también es instantánea. Todas las emociones: no estoy feliz todo el día, ni triste todo el día, ni con ira todo el día; es instantáneo. Soy muy impulsiva y emocional, entonces soy consciente de eso: vivir el momento de la emoción y ser consciente.

Entrevistador: ¿Has usado esta canción o este género en otras situaciones?

Participante: Sí. Ayer pensaba “quiero ir a un toque ya de ska”. Me veo caminando brava hasta mi casa. Cuando estoy brava me gusta poner algo con un ritmo más pesado.

Entrevistador: Esta es más complicada. ¿Alguna pista, sonido o situación asociada al miedo?

Participante: Me da mucho miedo cuando tiembla. Vivo en un quinto piso y por lo general estoy con mi hermana menor. Cuando tiembla yo me pismo; no sé qué hacer. Todo el mundo baja y yo no reacciono. Me da miedo que le pase algo a mi hermana por no reaccionar. Es como el sonido de los crujidos del edificio... me da miedo, porque sé que mi cuerpo no reacciona como debería.

Y también: hace poco me intentaron atracar. Fue en diciembre, entonces estoy psicoseada con salir de noche. Si escucho una bicicleta cerca, una moto, pasos raros... me genera miedo. Está ligado a ese sonido en específico.

Entrevistador: ¿Crees que podrías usar música para regular ese miedo?

Participante: Instantáneamente no creo. Con el miedo no buscaría una canción; me domina más esa emoción. A diferencia de otras emociones, no la buscaría. Cuando pasó el atraco, lo último en lo que pensaba era en escuchar una canción.

Entrevistador: Ahora, unas preguntas de escala, del 0 al 10. ¿Qué tanta activación o energía te da una canción como “Margarita”?

Participante: Diez.

Entrevistador: ¿Y qué tan agradable o desagradable? (Cero es muy desagradable, diez muy agradable).

Participante: Diez.

Entrevistador: Para “Nostalgias”: ¿qué tanta activación o energía?

Participante: Como un tres.

Entrevistador: ¿Y qué tan agradable o desagradable se vuelve?

Participante: Le voy a dar un cinco porque me encanta la letra... Solo por eso. Como que es triste, pero la disfruto. Cinco.

Entrevistador: Para la ira, “Esperando mejores tiempos”: ¿activación o energía?

Participante: Como un ocho.

Entrevistador: ¿Y agradabilidad/desagradabilidad para procesar esa emoción?

Participante: Como un cinco.

Entrevistador: Para el miedo, aunque no hay canción: si escuchas una moto o bici por detrás, ¿qué tanta activación?

Participante: Ahorita un diez. Fue terrible.

Entrevistador: ¿Y agradabilidad/desagradabilidad?

Participante: Cero. Horrible.

Entrevistador: ¿Qué tal te pareció el ejercicio?

Participante: Muy interesante. Me voy con una reflexión de qué tan conscientes somos de nuestras emociones y de qué tanto influyen los sonidos. Antes no lo pensaba: uno lo vive y no lo analiza. Es un ejercicio valioso, de reflexión; no todo mundo lo tiene presente. Yo nunca lo había pensado. Uno no es consciente de eso. Soy consciente ahorita que lo analizamos juntos,

pero antes uno no se pone a pensar en esas cosas. Me voy con la reflexión: “¿qué me hace sentir esta canción?”. Sí, me voy con todas las preguntas y el ejercicio.

Entrevistador: “Cami”, muchas gracias por haber participado. Chévere que nos compartieras algo de tu historia personal; estas cosas son personales y no todo el mundo las comparte de manera abierta. Te lo agradezco. Por ahora creo que eso sería todo. Muchas gracias.

Transcripción entrevista P2. “Valeria”

Entrevistador 1: Va a empezar a grabar y te va a empezar la entrevista con unas preguntas sobre ti. Entonces, como te había comentado, pues el ejercicio, la entrevista que estamos haciendo es precisamente referente a la relación emociones con el sonido, con la música que tú de pronto escuches en lo cotidiano. Pues sé que estás trabajando aquí en Analicorp, pero me gustaría saber de pronto, digamos, ¿tienes...?

Participante: Yo tengo 21 años.

Entrevistador 1: 21 años.

Participante: 22.

Entrevistador 1: 22. ¿Y cuál es tu función como tal aquí en Analicorp? ¿A qué te dedicas tú?

Participante: Yo soy auxiliar contable.

Entrevistador 1: Auxiliar contable. ¿Y has hecho de pronto algún técnico, algo así?

Participante: Sí, yo soy tecnóloga de contaduría, gestión contable y financiera.

Entrevistador 1: Ok. Y digamos, ¿qué es lo que te apasiona en esa parte de la gestión contable o qué te gusta? ¿O te gustaría hacer de pronto algo más a futuro?

Participante: Pues la contabilidad no me gusta. Ok, o sea, es más que todo buscar algo para vivir, pero ya después me gustaría buscar la gastronomía.

Entrevistador 1: La gastronomía. ¿Y ya has mirado de pronto en dónde estudiarlo, qué posibilidades? O si también digamos tipo tecnólogos sí lo buscaba, pero...

Participante: Pues a mí la contabilidad no me gusta, pero a mí se me da muy bien en contabilidad, entonces estaba esperando terminar el profesional, ser contador.

Entrevistador 1: Que te guste más. Sí, yo te entiendo ese gusto por la gastronomía, sino que digamos hay cosas que son muy caras estudiar en la Mariano, en Oligo Verde, que son como los que se suponen que son top, pero esta vaina depende. Entonces, a lo largo de la entrevista pues se va a desarrollar también como un poquito más conversacional también para que sea algo fluido. La idea es como sin imponerte nada tampoco, sino que tú nos puedas responder de manera muy desde lo que piensas, que de pronto pues ojalá no te dé pena o no te sientas como juzgado o algo por lo que estudiar, porque pues al final pues nosotros como psicólogos estamos para escuchar a veces y sin juzgar ni nada, todos somos humanos, tenemos como cosas varias en la cabeza.

Ahora, ¿tienes claro de pronto, no sé, a qué edad fue que decidiste cómo dedicarte a esto ahorita, ser auxiliar contable? ¿Y a qué edad te gustaría de pronto empezar más o menos con la gastronomía?

Participante: Pues yo inicié con la contabilidad, que yo inicié haciendo el técnico en noveno. Yo me gradué de once, ya era técnica y continué siendo tecnóloga en el SENA. Ok, entonces más o menos con lo del Sena uno busca una homologación en una universidad y sale más o menos para dos años más, digamos. Yo pretendo por los 25 ya tener, decirlo así, como una

vida ya más clara, más establecida. Sí. Y ya si algo me da para sobrevivir, ya sería para buscar algo para vivir.

Entrevistador 1: Esperamos que todo salga muy bien. Sí, eso a veces va uno como con una carrera contra el tiempo y es como difícil esa crisis de los 20 también, digamos. ¿Quién o qué crees que podría haberte influenciado para interesarte de pronto como...? Pues principalmente por la gastronomía, que es algo que te gusta más. Pero también por esta parte de ser auxiliar contable.

Participante: O sea, ¿de quién me inspiró a estudiar?

Entrevistador 1: Sí, o de dónde viste como... Pues principalmente gastro, que ya sé que es algo que sí te gusta. Sé que eres auxiliar contable porque es como la facilidad con los números y pues porque es algo que te da algo para vivir. Pero digamos, con la gastronomía, ¿qué crees que te haya como apasionado esa parte?

Participante: Porque me gusta. O sea, la gastronomía me gusta es por... o sea, con la comida te muestra como un lugar, entonces te muestra la cultura y es como si te especificara mucho cómo es ese lugar. Digamos hace poco yo viajé a la costa, no conocía nada lo que era el mar y la comida ya es muy diferente a lo que es acá; que así sea que lo traigan acá, pero no es igual. Entonces te va a mostrar mucho cómo es como esa ciudad y en diferentes lugares es diferente. Entonces, lo que me gusta, o sea, que te muestra cosas diferentes a través de la comida.

Entrevistador 1: Ok, sí te entiendo. Firma cultural que tiene la comida creo que le permite a uno conocer bastante lugar. Y digamos, ¿te sientes útil, por ejemplo, ahorita? O bueno, ¿sientes que lo que haces ahorita como auxiliar contable lo haces bien, lo haces de manera eficaz? ¿O de pronto has dudado de ti en el proceso o sientes que habría algo que te gustaría mejorar en ese camino?

Participante: No es por dármelas, pero no. A mí se me va bien la contabilidad; a eso me refiero. Soy de entender muy rápido las cosas y digamos me enseñan algo y sé aprenderlo muy fácil.

Entrevistador 1: Multitasking también. Multitasking y también como de que aprendes rápido y te ponen de pronto más la obra y las puedes desarrollar bien. Ok.

¿Has sentido miedo de pronto en alguna ocasión pensando sobre el futuro que le puede parar a los planes que tienes?

Participante: Pues yo soy más de creer en el que el futuro uno mismo lo construye, entonces no es como que voy a esperar a ver qué sucede, sino que si uno no construye su propio presente pues no va a tener nada en el futuro.

Entrevistador 1: Sí, te entiendo. Sabes palabras para que aproveches de pronto mucho el tiempo que tienes hoy en día. Y ya como para empezar a entrar un poquito más en materia, sí es parte ese como preámbulo general de quién eres tú, qué haces. Lo último es de pronto tú, ¿con quién vives? ¿Vives sola, vives con pareja o con tus padres?

Participante: Tengo varias casas.

Entrevistador 1: ¿Tienes varias casas?

Participante: Mi lugar de residencia es con mi mamá, pero pues no siempre estoy con mi mamá. Yo también me la pasé mucho tiempo con mi pareja, entonces pues divido mi tiempo entre...

Entrevistador 1: ¿Y tu pareja es esposo, novio?

Participante: Novio, novio. Todavía muy joven para casarte.

Entrevistador 1: No, pues qué te digo yo. Pues ya para seis años yo cumplo con él seis años.

Entrevistador 1: Ay madre. Ya llevan hartos. Ahí tienen esa proyección de pronto formar familia, casarse o algo así.

Participante: Sí, sino que pues nos gustaría más que todo tener algo propio para poder sí crear una familia.

Entrevistador 1: Bien, sabia decisión la verdad. Ahora sí, pues gracias por compartirme un poquito a grandes rasgos de quién eres tú. Obviamente no se puede conocer pues toda tu historia personal, que te ha pasado, posibles traumas, que eso es lo que a uno de pronto hasta le da más desarrollo de personaje por así decirlo, pero vamos a ver si algo de eso puede salir ahorita.

Las siguientes preguntas son un poquito más relacionadas con lo que significa de pronto el sonido, la música. Qué cree sobre precisamente esa estimulación auditiva que gracias a Dios tú puedes escuchar. Entonces nos gustaría desconocer en este caso precisamente qué significado personal tiene para ti, por ejemplo, los sonidos: una voz, un ruido urbano, un tono musical, un ambiente natural. ¿Cómo lo interpretas tú en tu vida cotidiana o le das detalle de pronto a ese tipo de cosas en tus espacios cotidianos?

Participante: Sí, de por sí yo escucho bastante música. Digamos aquí me levanto y al salir de la casa yo siempre necesito como música para venir. Digamos yo vengo manejando, entonces para no escuchar, así como el ruido de la ciudad yo vengo escuchando música. Llego acá y escuchando música, o sea casi todo el día estoy escuchando.

Entrevistador 1: Como para distraerte de todo el ruido ambiental.

Participante: Sí, más que todo. Digamos aquí pues no hay tanto ruido ambiental porque aquí está trabajando, pero digamos la música como que no siento yo que... como que no te deja tanto estresarte, sino que como que van fluyendo las cosas. Digamos aquí cuando ya no hay música, o sea, si no hay música se siente como muy solo, como si no hubiera nadie acá.

Entrevistador 1: Ok, ok. Y digamos, ¿tú crees que de pronto la interpretación emocional de un sonido puede ser universal o depende de factores culturales y personales? Digamos el cómo interpreto yo de pronto el ruido fuerte aquí en la ciudad depende más de precisamente lo que me ha rodeado aquí en Bogotá, o es algo que podría suceder también, digamos, en la India, en China, algo universal. Ese efecto que tiene en ti, por ejemplo, ese ruido ambiental cuando vienes hacia acá, del cual te distraes escuchando música, ¿crees que de pronto eso podría pasar a manera universal?

Participante: Que a lo que me refiero entonces yo vengo manejando y yo me distraigo con la música, así. Pero aun así en todos lados hay mucha gente que va estresada en su carro, que pite, que no. Eso pasa en todo lado: aquí en Colombia, en cualquier mundo es así. De pronto mucha gente también hace lo mismo, ponen música como para no escuchar al resto de personas o que están pitando, que están gritando.

Entrevistador 1: Ok. Ahora, ¿de pronto crees que las diferencias personales, no sé, digamos el estado del ánimo o la memoria, pues el mismo contexto donde tú como persona creciste influye en la forma en la que se puede interpretar un sonido? Digamos un vallenato te puede sonar bien o te puede sonar feo, mientras que de pronto tu familia le suena toda esa música como lo mejor del mundo y tú pasas en un gusto musical diferente.

Participante: O sea, más que todo que a mí me gusta música variada, pero digamos qué sería el mundo si todos escucharan lo mismo.

Entrevistador 1: Mismo.

Participante: O sea, cada quien tiene su personalidad. Digamos a mi mamá le gusta mucho la salsa, a mí me gusta la salsa, pero pues no tanto, digamos. Y a ella no le gusta, así como el reggaetón ni eso, pero ella sabe que a mí me gusta.

Entrevistador 1: Y en ese caso, ¿qué crees que hace la diferencia de que por ejemplo a ti te gusta el reggaetón y que a ella no le guste?

Participante: No sé en qué sentido la diferencia.

Entrevistador 1: ¿Qué crees que puede hacer que a ti te llame la atención un género como el reggaetón? ¿Y qué crees que hace que a tu mamá no le guste, por ejemplo, el reggaetón? La cual podría ser la crítica de ella para decir “no, pues yo no escucho esa cosa porque me parece..., porque...”.

Participante: De pronto puede que sea vulgar y así. Sí, o sea, ella lo entiende más que todo de que es vulgar y... o sea, que no tiene... lo que dice ella es que no tiene la música, como que no tiene casi sentido. Digamos que la salsa habla más, hay salsa romántica, entonces digamos para ella tiene más sentido eso.

Entrevistador 1: Ok, muchas gracias. Ahora, ¿cómo reaccionas físicamente ante sonidos fuertes o repetitivos? Digamos el ruido del tráfico, sirenas, si se te cae algo acá que suene muy duro, ¿reconoces bien cómo es tu reacción en ese momento? ¿Te sobresaltas, te estresas, te da fastidio?

Participante: Escapas de lugar. O sea, estresarme... pues digamos si es un ruido así que no es común, pues uno como que se asusta, pero no es que así que como que me estrese y eso no.

Entrevistador 1: Entonces tu reacción es, por ejemplo, ¿un sobresalto?

Participante: Sí, puede ser como un sobresalto, pero pues ya si solo es como que no es un sonido repetitivo cada rato.

Entrevistador 1: Pues no. Digamos veo que aquí pasan muchos aviones, ¿qué tal la llevas con ese ruido por ahí de cada avión que va pasando?

Participante: Yo digo que es más que tú te acostumbras. Es más que tú te acostumbras porque digamos si tú ya los escuchas, pero pues ya los ignoras, ya es como si tu cerebro te lo ignorara; ya sabes qué pasa.

Entrevistador 1: Sí, ya aprendes como no pelear con eso, pues no se puede.

Participante: Controlar, es algo que va a pasar.

Entrevistador 1: Ok. Ahora, no sé, ¿podrías de pronto desde lo que tú crees, no sé, que todos los sonidos tienen la capacidad de generar emociones o de pronto solo algún tipo de sonidos específicos?

Participante: Sí puede generar emociones. Digamos, hay música que es triste, pero digamos genera la gente como a sentirse triste. O hay música que es emocionante, o sea digamos hay música como emotiva. O sea, digamos el tecno me parece que es como más emotivo, más a uno sobresaltarse y sentirse como emocionado. Pero hay música... digamos un vallenato por allá triste hace que se sienten emociones con la música.

Entrevistador 1: Ok. Y si lo reducimos más a sonidos, ¿no? Como tanto de pronto música, que la música ya es algo que nosotros como humanos pues es darle precisamente forma, armonía, melodías, ritmos para organizar sonidos y que se genere precisamente algo que exprese una emoción. Pero si lo vieras de pronto como sonidos, digamos cuando uno viaja y sale de Bogotá, creo que uno puede notar mucho eso que es lo que se le llama ese sonido del

silencio, de esa paz, de no escuchar el tráfico, no escuchar como el caos que tenemos acá. No sé si de pronto podrías pensarlo más en ese punto de qué tal el sonido de pronto de la naturaleza o de, no sé, los animales que puedas escuchar, digamos los pajaritos de la mañana cuando todavía no se escucha toda la bulla. ¿Tú crees que esto también podría influenciar de pronto alguna manera de sentir o interpretar el mundo?

Participante: Sí. Digamos a lo que tú te refieres: digamos si uno sale acá a la ciudad, uno se va a casi y uno se siente en paz estando en un pueblo que no se escucha nadie, la gente no escucha el ruido. Sí, no.

Entrevistador 1: Y para ti, ¿qué tal sería eso? O sea, digamos de tener silencio. Porque digamos aquí yo sé que puedes decir como “se siente silencio, no hay música”. ¿Qué tal lo llevas? ¿Qué emoción sientes?

Participante: Me gusta el salir de acá de Bogotá. Uno se siente como desconectado. Digamos cuando yo viajo literalmente me olvido toda la ciudad, del trabajo, de todos, y me desconecto totalmente. Me parece muy bueno uno cada cierto tiempo estarse desconectando como de la ciudad, como volverse a encontrar uno mismo. Porque digamos que aquí anda uno así todo atareado, estresado, qué hay que hacer, que no hay que hacer, y allá pues no es tanto; es más disfrutar como de lo que te da la naturaleza, por decirlo así.

Entrevistador 1: Ok. Y no sé, ¿de pronto hay algún sonido que tú digas que para ti tenga algún significado emocional que crees que de pronto los demás podrían no entenderlo como tú lo entiendes?

Participante: No, mira qué no, así como un...

Entrevistador 1: Sonido emocional. No que tú digas como no sé, a mí me gusta sentir el sonido de las uñas golpeando de pronto las mesas o me gusta... o de pronto no sé decir como a mí me gusta el hard techno, me gusta el tecno, me gusta esto y siento que de pronto no es una emoción que comparta todo el mundo.

Participante: Lo de las uñas es por estrés. Ok, más que todo, pero así sonidos no. Lo que te digo, la música es muy variable, entonces me gusta escuchar varias; no, así como un sonido específico, específico no.

Entrevistador 1: Ok, ok. Sí, porque pues existen particularidades de gustos raros como el que unta de pronto, no sé, una papa con helado por allá en el McDonald's... así como esas mezclas. Que sí, pues también existen como los gustos raros de decir pues a mí me gusta cómo suena de pronto un marcador rechinando por ahí que a mí por ejemplo me destempla los dientes y como es fastidioso.

Participante: Sí.

Entrevistador 1: No sé, de pronto desde tu perspectiva, ¿tú podrías considerar que estudiar los sonidos podría ayudarnos a entender mejor la conducta humana y las emociones?

Participante: Sí, puede ser. Digamos, de pronto lo que me dices de los sonidos, así se puede buscar como qué le estresa a la gente, digamos con los sonidos. Lo que tú dices de lo del marcador puede que no sea solo aquí, sino que haya bastante gente que le estrese eso o cuando corren las sillas, que también suena casi igual; así se puede expresar, digamos, que un sentimiento como de estrés, por decirlo así.

Entrevistador 1: Ok, ok, ok. Ahora, no sé, ¿tú has tenido alguna práctica musical alguna vez o sabes tocar algún instrumento?

Participante: Alguna vez probé con la guitarra.

Entrevistador 1: Ok, ¿y qué tal te fue?

Participante: Me fue bien, sino que lo dejé.

Entrevistador 1: ¿Qué hizo que lo dejaras?

Participante: Me sintió que me gusta algo, me apasiona por ese algo, pero ya como que después me aburre y sigo con otra cosa y así hago varias cosas.

Entrevistador 1: Ok, ok. ¿Te gustó la guitarra y todo, te iba bien?

Participante: Sí. Digamos a lo que te digo: yo aprendí rápido, entonces aprendí a las... lo que las dos, re, mi... pasa con las canciones, así me las aprendí, así las tocaba en la guitarra y ya. Pero después ya como que dejó de interesarme y pasé a otra cosa.

Entrevistador 1: Lo vio como monótono.

Participante: Sí, o sea más que todo como que me gustaba, aprendí y ya después de aprender pues ya dije “no, ya no quiero más”.

Entrevistador 1: Ok, ok, te entiendo. Ahora, pues un poquito también más de ti: digamos dentro de los estilos musicales que tú escuches, no sé, ¿cuáles crees que son los más comunes que tú escuches por ejemplo ahorita o que hayas escuchado a lo largo de tu vida que te hayan gustado y cuál dirías que es tu favorito?

Participante: Yo escucho bastante... Digamos, si tú... te pongo una idea: tú estás acá, tú bajas aquí, pasas aquí a la oficina con todo el día, estás escuchando casi todo el día rancheras. Digamos a mí me gusta el reggaetón, pero es muy poco que me escucho reggaetón. Tú bajas al tercer piso y encuentras más variado, encuentras en la sala de micro que están escuchando

salsas o música de plancha. Es muy raro. Al otro lado de donde las chicas, a donde Juan, uno pasa y está escuchando siempre salsa, sí.

Entrevistador 1: O sí, de salsa. Y digamos todo eso varía. ¿Te gusta?

Participante: Sí, porque me gusta la música variable, pero sí es como uno ya sabe qué clase de música le gusta al resto de personas. Entonces digamos... ¿cómo fue lo que me preguntaste?

Entrevistador 1: Dentro de los estilos musicales que tú escuchas... yo sé que de pronto aquí pues te relacionas con los que están en el tercer piso, en la oficina de Juan... pues uno de vez en cuando se pasea y escucha música por todo lado. Pero es más tú: no solo en este espacio, sino que tú escuches también de camino a casa o en tu casa. Pues yo sé que te gusta el reggaetón, pero ¿qué otros estilos tú acostumbrarías para escuchar que tú puedes controlar el lugar o la música que se va a poner? ¿Qué es lo que más de pronto acostumbras a escuchar? Y dentro de eso que más acostumbras a escuchar, ¿cuál sería tu género favorito?

Participante: El reggaetón.

Entrevistador 1: Ok. ¿Y qué otros estilos musicales dices que de pronto te gustan a ti?

Participante: Pues de manera recalcada, digamos que así el reggaetón. Yo escucho bastante guaracha y el rap, pero en español de acá, acá de Bogotá.

Entrevistador 1: ¿Pero tipo como Crack Family o como tan fuerte?

Participante: No, tampoco tan fuerte. Pues de pronto una que otra, que no sepa, una que otra, pero que...

Entrevistador 1: Sea así como digamos de pronto más “peñair” o algo así.

Participante: Sí, más o menos así. Pero es que tampoco que yo escuche así como muchísimas canciones, sino que una que otra, más que todo. Sí, reggaetón, no tanto reggaetón ahorita, sino un poquito más el viejo.

Entrevistador 1: Ok. Tipo qué: Plan B o Don Omar o cositas así más o menos.

Participante: Sí, sí, sí.

Entrevistador 1: Te entiendo el gusto. Sí. Ahora, ¿cómo conociste ese estilo de música?
¿Cómo conociste en este caso, digamos, el reggaetón?

Participante: Más que todo como en el colegio.

Entrevistador 1: En el colegio. ¿Y fue porque...?

Participante: Amigos. Por más que todo el reggaetón, digamos. Porque en esa época digamos que yo estaba en el colegio tipo 2016-2015, entonces no sé si recuerdes, pero en mi colegio hacían mucho de esos que eran las chiquitecas... entonces uno ponía como la música e iba conociendo música. Y para ella pues uno lleva como que le gusta ese cantante, entonces ya busca más para allá la música de él y así.

Entrevistador 1: Ok. ¿Y en dónde empezabas tú a buscar, digamos, más esa música?

Participante: En internet, en YouTube.

Entrevistador 1: En YouTube, sí. Ok. Ahora no sé si de pronto... Pues la idea va a ser ya como... esto es un preámbulo precisamente como para conocer un tanteo de qué es más o menos lo que te gusta, lo que te llama la atención, pues es la información que igual nosotros tendríamos que traducir y pues que nos sirve para comparar de pronto con respuestas de todos los que participan.

Ahora, la idea es que vamos a hacer un pequeño ejercicio que es precisamente un ejercicio de explicación al estímulo, pero la idea es que lo vamos a relacionar con cuatro emociones básicas que son como las que nos dan todo el abanico de emociones: la alegría, la tristeza, la ira y el miedo. De pronto a veces, digamos, por ejemplo el miedo es una de las que es más difícil que la gente pueda asociarlo con un estilo musical o pues algo de lo que uno escuche. También está bien si de pronto no encuentras algo que asocies precisamente, que tú y yo es como “no, pues pienso en algo de miedo y creo que no tengo de pronto una canción en mente”.

Participante: Pero yo digo que de miedo sí hay. Digo que las películas de miedo se basan más que todo como que en los sonidos para hacer... Digamos tú ves una película de miedo en un cine, o sea, te va a retumbar a ti esa música que ponen al fondo. ¿Qué es lo que más te da como el suspenso y te asusta?

Entrevistador 1: Sí, pues, o sea, creo que pues esa parte del séptimo arte que ha sido el cine, las películas creo que sin música serían muy planas. Creo que eso es parte de lo que busca dar como emoción a cierta escena.

Participante: Cómo atrapar a la gente, más que todo.

Entrevistador 1: Exacto, para hacerla más entretenida, llamativa. Según el género de cine que estén viendo, pues sea de suspenso, sea de terror, sea amor... cada uno le mete sus producciones musicales específicas. Sino que pues como no es común de que nosotros asociemos ese estilo de música, de pronto la cotidianidad, sino de si no te surge algo ahorita en mente, pues no está mal, igual nos da información, pero si de pronto te llega pues nos lo compartes.

Entonces esto es donde uno dice de pronto aquí se puede poner un poquito más personal

porque la idea es así, a grandes rasgos, pedirte que pienses en una canción que tú digas “me hace sentir un poco de felicidad” o podría sentirme alegre o me da energía, como tú la sientas. Que la escuches, pero mientras que la escuchas hagamos ese trabajo de lo que es la imaginación, que es precisamente pensar en qué viene a ti; que te concentres mucho en algo que tú digas como “recuerdo este momento en el que yo fui feliz”, que pienses precisamente en algo que tú digas como “de verdad en este día me sentí feliz totalmente bien”, como decir “qué chévere tener este recuerdo”. Más o menos va ligado a eso el ejercicio. Entonces la idea es transitar un poquito estas cuatro emociones, ver qué tal te va y pues precisamente cómo reaccionas ante el ejercicio, cómo te la llevas y de pronto puedes compartírnos; entre mayor información nos puedas compartir pues mejor.

Yo saco aquí unos audífonos. Entonces, ¿quién me puede seguir compartiendo? No sé, piénsate en una canción que tú digas como “me trae de pronto algo de felicidad”. Puede ser de reggaetón, puede ser de cualquier otro género, de salsa, de merengue o hasta de guaracha, lo que tú quieras.

Participante: O sea, yo no soy como tanto de que esa canción me hace sentir feliz o no, eso me hace sentir triste. No soy de decir como... no soy muy... pues estoy feliz, es muy raro que esté así como triste. De pronto el enojo es más notorio, pero triste, triste...

Entrevistador 1: Piensa de pronto en una canción que te pueda producir de pronto no tal vez felicidad como tal, sino tal vez que se sienta bien, que se sienta placentera. Y la idea es que la vamos a poner acá, la vas a escuchar con los ojitos cerrados. Y pues el ejercicio es para que tú de pronto digas “¿cómo puedo asociarlo a este momento en donde sentí esto?”. Generalmente también es muy difícil que se pueda hablar de las emociones, de cómo se sienten, pero creo que por ejemplo los ejemplos clásicos es como decir: siento enamoramiento, amor, siento esas mariposas en el estómago.

También es difícil que la gente, por ejemplo, asocie cómo se siente uno físicamente, qué pasa a nivel físico, de si surge una aceleración del pulso o de si se aumenta de pronto la frecuencia de la respiración... todo este tipo de cosas son como a veces difíciles para las personas para que los puedan identificar. Permíteme un segundito... sí me va a tocar como compartirme los datos porque está muy lentico en cargar.

Cierra los ojitos, escúchalo atentamente. Si quieres, podrías entonces irme comentando de pronto precisamente con esta canción de Antonio Aguilar, ¿qué imágenes o recuerdos aparecen mientras la escuchas?

Participante: Esa canción me recuerda mucho... fue esa a unos amigos. Tuvimos una fiesta, todos amanecimos en una casa y esa canción la pusimos como a las 4 de la mañana, de que ya viene amaneciendo, pues para seguir la fiesta. Y seguir la fiesta era llegar a Mesitas y seguir la fiesta. Más que todo me felicidad por... porque fue un plan chévere.

Entrevistador 1: Ok, ok. Digamos, ¿usas de pronto... la has usado, no sé, esta canción, la has escuchado generalmente en otro momento donde te haya servido para distraerte o para de pronto recordar o para pasar un ahora? No sé, ¿sientes que de pronto este estilo de música te podría acercar a alguien específico, un grupo, de pronto familia, una comunidad, tus amigos?

Participante: Pues es música no que escuchemos mucho entre nosotros, sino que fue como el significado de amanecer para seguir.

Entrevistador 1: Ok.

Participante: Más que todo porque no es música así como muy normal de escuchar.

Entrevistador 1: Ok. Fue más como relacionarla precisamente con esa ocasión.

Participante: Sí, más que todo.

Entrevistador 1: Ok. Ahora no sé si de pronto, teniendo en cuenta eso, ¿qué crees que hace más fácil para ti, en este caso con esta felicidad, que puedas asociar de pronto esta canción en comparación a otra música que te gusta como el reggaetón? Que haya sido más fácil, por ejemplo, que llegue a tu mente de pronto esta canción de Antonio Aguilar para recordar ese momento, en comparación de pronto utilizar una canción de reggaetón para recordar otra cosa.

Participante: Porque siento que reggaetón recuerda más a la fiesta, a lo que es la fiesta. Hay ciertas canciones que me recuerdan es como el momento de que sucedió. Y digamos esta me recuerda es como todo lo que sucedió, como que con ellos.

Entrevistador 1: Como un momento bien especial, bien vivo. Más sincero que lo que es una fiesta cualquiera.

Participante: Sí, porque te lo puedo asociar de que escucho mil veces la misma canción en bastantes fiestas. Esta no es que tú lo escuchas en... es muy raro escucharlo porque creo que la canción ya es vieja, pero cuando la escucho me acuerdo del momento de qué sucedió con ellos.

Entrevistador 1: Digamos, si pudieras hacerlo en una escala del 1 al 10 que nos permita acomodarle unos valores, en este caso pensarlo como del 0 al 10, siendo 0 de que te dé muy poca energía o muy poca activación y 10 que te dé mucha energía o mucha activación de la emoción que estás sintiendo, ¿cómo la calificarías?

Participante: A mí me da felicidad escucharlo, pero ¿qué emoción?

Entrevistador 1: ¿Emociona? Y si lo pudieras entonces poner en esa escala, ¿cuánto lo pondrías por ahí?

Participante: Que un ocho. ¿Un ocho? Siete.

Entrevistador 1: Ocho, siete. Ok. Y digamos entre lo que sería agradabilidad o desagradabilidad, siendo cero desagradable, diez agradable: ¿qué tan agradable o desagradable lo pondrías lo mismo?

Participante: No me desagrada ni me disgusta. O sea, no me disgusta ni es que... bueno, que me agrade mucho la canción porque la canción no tiene que hable.

Entrevistador 1: Es más el recuerdo.

Ahora vamos a hacer el mismo ejercicio con las otras tres emociones. Lo que te digo: ahora pues de pronto la más fácil que uno puede asociar la música es como la tristeza. Entonces déjame comparto aquí los datos precisamente porque el internet aquí... ¿Está bien, está bien? ¿No has pasado por un momento de tristeza que lo hayas acompañado con música alguna, estilo...?

Participante: Me siento muy triste.

Entrevistador 1: Ok. ¿Generalmente no sientes mucha tristeza, entonces?

Participante: Generalmente no. O sea, no dejo como que mi cerebro se quede pensando mucho.

Entrevistador 1: En que estoy triste. Ok. ¿No es una emoción que te guste sentir o sientes que la evitas?

Participante: No es tanto como que la evites. Me refiero: porque como enfocarse en estar triste... no hay razones para estar triste, pues intenta salir de ahí. No explicarlo... no enfocarse en estar triste es como yo lo siento. Así que es como estancarse en algo, ¿para qué estar ahí?

Entrevistador 1: O sea, cuando tú estás triste, generalmente ¿qué haces para salir de la tristeza?

Participante: Lo que te decía: yo día a día no procuro estar triste.

Entrevistador 2: ¿Experiencia triste que te haya pasado en tu vida? No necesariamente este año, fue una experiencia... muerte, bastante, una pérdida, digamos.

Participante: Que perdías así, no he sentido. Ok. Y no es que considere como que la muerte es como el final, sino que la muerte... solo muere un...

Entrevistador 1: Cuerpo. Ok, ok. Bueno, no necesariamente muerte.

Entrevistador 2: Pero tipo alguna experiencia de tristeza. ¿Nunca has sentido tristeza en tu vida o...?

Participante: O sea, no es que nunca haya estado triste, pero así como un momento específico que yo lo haya acompañado con música...

Entrevistador 2: Así no es solo que se siente la tristeza, pero la música no la acompaña. Simplemente una experiencia que te pasó de tristeza y ya.

Participante: Es que no recuerdo experiencias tristes, tristes.

Entrevistador 1: Ok, ok. Pues válido. Y no sé, ¿has pasado de pronto por un momento que tú digas como “me da piedra”, me da rabia, no sé, que te haya molestado algo, que te haya fastidiado bastante algo? ¿O no tienes de pronto en mente algún momento así en específico?

Participante: Depende. Es que me ha dado genio.

Entrevistador 1: Rápido. Te da mal genio rápido. Ok. Y bueno, en este caso, teniendo en cuenta de que te da mal genio algo, no sé, ¿qué cosas te puedan poner de mal humor? Podrías de pronto pensar en algún momento que te haya puesto así como con rabia o que te haya puesto de mal humor o que te haya fastidiado, y pensar en una canción que lo pudiera acompañar. O un sonido específico, no necesariamente algo de música.

Participante: No asocio como una canción, un sonido.

Entrevistador 1: Ok. O sea, digamos tú cuando vives la ira o la rabia, el fastidio, ¿cómo lo vives? ¿Qué pasa? ¿Qué hace que te dé, por ejemplo, mal genio?

Participante: Hay muchos factores. Digamos, más que todo el mal genio es como las actitudes de las personas. Más que todo es por eso. Entonces, digamos si a mí no me gusta X como contestan, ya me dan mal genio. Y así mismo como contestan, así mismo voy respondiendo. Y así mismo si me aceptan el mal genio.

Entrevistador 1: ¿Y cómo lo manejas en ese momento? ¿Qué haces generalmente para que se te quite?

Participante: Cuando es así, pues intento como que no tomármelo tan personal como para que no me dé tanto mal genio. Pero yo soy mucho de contestar feo, entonces es mi reacción: mal genio contestando feo. Ok, en ese sentido.

Entrevistador 1: Ok, ok, válido también, lo que te digo. Y después de pensarlo así, ¿no sientes que podría haber un sonido que te acompañe ese mal genio? O que pudiera simplemente ayudarte como a pensar en otra cosa que no es ese mal genio. O una música, algo que te ayude no necesariamente a sentir más mal genio: de pronto calmarlo, de pronto acompañarte...

Entrevistador 2: Que puede que ni siquiera sea tan consciente. Tipo, no sé, un ejemplo: te da rabia y sales a tomar aire y de repente están sonando, no sé, el aire, unos pajaritos por allá y te calmas, pero tú no eres consciente de eso. ¿Alguna vez te ha pasado?

Participante: Puede ser de pronto más así como lo que David. Sí, David. Es más que todo como el no escuchar tanto ruido.

Entrevistador 1: O sea, ¿tener un ambiente más silencioso te ayuda?

Participante: Sí, más que todo.

Entrevistador 1: Ok, sigamos. Estas cosas... pues lo que yo le explicaba también ahorita a Jara, por ejemplo... pues también pasó con algunas de las otras entrevistas: de que a veces no se podía, por ejemplo, asociar directamente un sonido, una música o algo con alguna emoción, porque creo que no lo habían tenido de pronto como presente, porque pues no es una utilización, una práctica que se maneje. Pero digamos, en este caso, ¿qué crees que el silencio, en este caso, pues ya no es un estilo de música, pero pues el silencio al final de cuentas viene siendo algo que hace parte del ambiente sonoro en el que estás...? ¿Si te ayuda a conectar de pronto con algún recuerdo, una persona específica o algo cuando estás de mal genio que te ayude como procesar también, pasar de pronto esa rabia? ¿En qué piensas en ese momento?

Participante: Más que todo hay gente que lo hace como inconscientemente. Entonces, mientras yo me enojo con esa persona X, la otra persona...

Entrevistador 1: Sí, son cosas que a veces uno no puede ir a obligar a los demás de pronto actuar de una manera u otra para que nos caiga de pronto mejor el momento o nos desagrade menos la situación. Entonces, pues lo que te digo, válido.

Y de pronto con el miedo, ¿hay algún sonido o hay algún estilo de música que pudieras asociar precisamente a una emoción de miedo?

Participante: Digamos que el sonido no tanto como música, siendo más que todo el sonido de... no sé si entiendan. Digamos que no sé si han escuchado las mulas andar, los caminos grandes de mulas, tractomulas y así. A mí me asusta muchísimo el miedo tenerlo cerca. O cuando pasa así un bus muy cerca, eso sí me asusta. Digamos yo manejo moto y el meterse como al lado de una mula me asusta bastante, más que todo me asusta al tener un accidente.

Entrevistador 1: O sea, te trae la imagen de pronto: una mula cerca me puede de pronto estrellar, de pronto puede no verme en el retrovisor o algo así.

Participante: Sí, más que todo escucharla. El motor de esas mulas tiene el sonido muy diferente a un carro normal.

Entrevistador 1: Y de pronto no sé, ¿con qué tipo de recuerdo lo asocias para que te dé miedo? De pronto se mueven las mulas para hacerte pensar que pueda ocurrir de pronto un accidente...

Participante: No. De día a día, más que todo. O sea, digamos las mulas son muy comunes para hablar en la ciudad; en carretera también. Digamos lo que ve uno día a día: hay muchísimos accidentes con demasiado pocos sobrevivientes.

Entrevistador 1: Ok, ok, ok, sí te entiendo. Y aparte de este sonido, ¿no hay otro sonido o alguna música particular que te pueda traer una emoción de miedo o algún recuerdo en el que hayas sentido miedo?

Entrevistador 2: Las películas de terror cuando se... Bueno, no tanto la peli en sí mismo, sino como el ambiente sonoro que es como así todo, no sé, como tenebroso, ese tipo de sonidos así como...

Participante: Lo que te decía hasta el principio, que yo le decía que las películas de terror tenían eso: ese sonido como que de fondo para que asustara más.

Entrevistador 1: Pero a ti como tal, ¿no? Las...

Participante: Películas... a mí no me mienta ni...

Entrevistador 2: Los sonidos así ni nada de eso, los que... los sonidos así como tipo...

Participante: De las... o sea, como de suspenso.

Entrevistador 2: Exacto. Solo los sonidos, sonidos de suspenso te generan como miedo y así.

Entrevistador 1: Yo te decía de pronto a veces puede ser como difícil asociar esa sensación de miedo porque el miedo es una reacción más de supervivencia. Generalmente uno siente... o cuando tiembla un edificio, cuando no sé, me van a robar, o de pronto pues en el caso, digamos tú que manejas moto, de pronto puede ocurrir un accidente si tengo una mula pasando cerca. Porque sí es difícil que la gente lo asocie precisamente a una música en particular...

Pero en este caso, con la ira: ya que nos dices que por ejemplo el silencio te ayuda precisamente cuando estás pasando por un momento de ira, vamos a hacer también otra vez esas pequeñas preguntas de escala para cerrar.

Cuando estás enojada, ¿qué tan agradable resulta, siendo ese sonido del silencio...? Siendo cero desagradable y diez agradable. Y en cuestión de activación, del 0 al 10: ¿qué hace ese silencio con esa energía que tienes de esa emoción?

Participante: Te ayuda porque pues baja la euforia, más que decirlo así, baja la euforia.

Entrevistador 1: Digamos, en esa escala del 0 al 10, siendo que 0 es como apaga un poco esa emoción y 10 que la activa más, ¿en qué punto lo pondrías?

Participante: Sí la baja. Yo soy de que tengo la euforia muy altísima y baja así de un momento a otro, no es que dure todo el día, imagino.

Entrevistador 1: Ok, ok, ok. A esto me refiero con estas preguntas de escala en cuestión de decir: te activa más con esa emoción o la desactiva.

Y pues la otra: si resulta algo agradable o desagradable. Digamos, con el miedo, ya que me dices que por ejemplo es precisamente con el sonido de los camiones algo más particular que tú puedas identificar: ¿qué tan agradable o desagradable lo encuentras, del 0 al 10? Y del 0 al 10, ¿qué tanta activación te da?

Participante: Para reaccionar.

Entrevistador 1: Ok. Ahora, en la última, de la tristeza, me decías que tú no estás acostumbrada de pronto también a eso de escuchar música triste o cosas así; que pues es una emoción que tal vez no has transitado mucho o que la buscas transitar rápidamente. Pero ¿hay algún sonido que tú digas como “de pronto esto me acuerdo en un momento que estuve triste” o me trae de pronto una sensación de tristeza?

Participante: No. De tristeza no. O sea, cero.

Entrevistador 1: Ok. Asociabilidad con esa emoción y un sonido. Ok. ¿Viste lo que te digo? Válido. Creo que pues realmente no sé... la idea de estos ejercicios es precisamente como ver qué tanto se puede concientizar un poco sobre qué está haciendo el ambiente sonoro con el que nos rodeamos. Qué haces tú precisamente con el ambiente sonoro: si de pronto te pones

audífonos, por ejemplo, cuando manejas moto para escapar de la bulla que trae Bogotá, o si la utilizas para acompañar el momento laboral, o si la usas de pronto para recordar momentos de felicidad o para llorar cuando estás triste o no sé.

Participante: Más que todo porque digamos hace que uno se autoinspeccione, entonces cómo revisar qué te hace feliz, qué te hace triste y para relacionarlo con música. Porque música prácticamente está en todos lados, todo el mundo escucha música. Es como para hacer que la gente se exprese un poquito mejor. De pronto conmigo no. O sea, lo de la tristeza y eso no es algo que me enfoque tanto en sentirse triste; prefiero sentirme feliz. Recuerdos, momentos, personas, no tanto así como en la música. Pero sí me parece bueno. Así creo que se puede... así se puede como que reconocer cómo se sienten las personas, así sea que tú las veas y las veas felices.

Entrevistador 1: Ok. Digamos, ¿crees que de pronto eso, darle un poquito más de atención al sonido, la música que hay en el ambiente, podría ayudar a la situación de salud mental de muchas personas acá o que podría ser un poco irrelevante?

Participante: Sí, pero yo diga lo que dices tú de que uno sale, se siente así como la paz... es muy poca gente que digamos que se pone mal genio y como que no busca calmarse sino explotar. Explotar como calmarse un poco. Sentir que tiene alrededor, escuchar que tiene alrededor y como calmarse un poco.

Entrevistador 1: Ok, ok, ok. Bueno pues no sé, ahora te agradecemos mucho también por haber participado, por compartirnos también un poquito de lo que es tu experiencia, pues quién eres tú, pues cómo vives precisamente también esto de rodearte de un paisaje sonoro específico y pues que tú en tus propias particularidades de la vida que tienes obviamente lo interpretas de una manera pues muy tuya...

Transcripción entrevista P3. “Andrés”

E1: Listo entonces, Esteban, muy buenos días. Pues no sé, te agradecemos por participar primero que todo, por estar aquí colaborándonos, dando de pronto un poco más de información sobre lo que estamos haciendo en nuestra investigación ahorita del trabajo de grado. En este caso, como te comentaba ahorita, sí, en medio introducción vamos a hacerte unas pequeñas preguntas. Esto es más para conocerte a rasgos generales: más o menos quién eres, cuántos años tienes, todo esto como para ir dando esas pequeñas diferencias particulares tuyas. Entonces, para empezar me gustaría que me compartieras: ¿cuántos años tienes? ¿Diecinueve, 19 años? ¿Y a qué te dedicas?

P: Pues actualmente en esta empresa como tal, soy parte de validaciones y asesorías, que es como tal el mantenimiento y el cuidado de los equipos que tenemos aquí, aparte de mantenimientos o diversas verificaciones que se le hacen al funcionamiento de los equipos para que éstos estén bien. Además también hacemos servicios a terceros, que son nuestros clientes, los cuales se llaman servicios de calificación, que nosotros vamos a verificar que el equipo cumpla con las normas estipuladas y que el equipo está funcionando correctamente.

E1: OK. Y digamos, ¿hiciste algún técnico, tecnólogo?

P: Yo soy... ahorita me gradúo; de hecho, en este momento soy aprendiz SENA en esta empresa. Ahorita me gradúo en como dos semanas del tecnólogo de mecatrónica y ahorita ya estoy estudiando en la ECSI la carrera de Ingeniería Mecatrónica.

E1: OK. ¿Qué te gustaría de pronto, no sé, hacer más a futuro cuando tengas la de mecatrónica?

P: Pues mi plan a futuro es como tal especializarme o buscar trabajo en una empresa donde sea más enfocada hacia la robótica, la mecánica y lo que viene siendo como la automatización industrial. Es algo...

E1: Que te gustaría. ¿Tienes claro algo en específico que te gustaría lograr? Digamos, no sé, invención o innovación o automatización.

P: Mi carrera se basa en mejorar los procesos industriales, entonces eso viene también arraigado a la innovación, a probar nuevas cosas para que sea más eficiente el procedimiento industrial.

E1: OK, suena chévere, interesante. Yo creo que ingeniería siempre fue algo como un poquito denso, pero chévere, chévere. ¿Desde qué edad sabías que querías dedicarte a eso?

P: Desde hace mucho tiempo. Yo tengo un primo que estudió lo mismo que yo y siempre me apasionó. Al principio era más por los carros, más que todo como por la mecánica de los carros, y luego fui viendo ya también lo que viene siendo la robótica, la electricidad y lo que tiene la mecatrónica, que es como la medicina general de las ingenierías. Nosotros sabemos de electrónica, de electricidad, de todo. No somos especialistas en ninguna de las ramas, pero sabemos todo un poquito.

E1: Se complementan un poco de manera holística entre las ingenierías. Pues ahí me dices que fue como con un primo. ¿Tú crees que él fue la principal influencia en ese camino?

P: Sí.

E1: OK. Ahora, no sé, ¿te sientes de pronto habilidoso, útil en ese camino a decir “pues sí, lo hago bien” o “siento que podría mejorar”?

P: Pues siento que uno siempre puede mejorar, obviamente, pero uno también tiene que tener en cuenta que pues uno se tiene que valorar a sí mismo y no echarse tantas piedras. Y obvio, lo que te digo, puede mejorar uno, sí la listo, pero no tiene que tener la capacidad de entender que el la embarré no va a volver a pasar, aprender de los errores y seguir, porque si uno se apedre: “no, no, la embarré, la embarré, la embarré”, se queda ahí estancado. Entonces es saber que uno la puede embarrar, pero saber cómo solucionarlo y querer solucionarlo.

E1: Sí, que son oportunidades precisamente para aprender a hacerlo mejor. ¿No sé, de pronto en alguna ocasión has pensado con miedo, con angustia, lo que depara en el futuro para ese camino de ingeniero de mecatrónica?

P: Yo diría que yo siempre he dicho que uno tiene que tener metas claras, pero también debe tener en cuenta que cualquier cosa puede pasar: el día de mañana puede que un carro me espiche o lo que sea. O sea, uno tiene que saber a dónde va, pero saber que puede cambiar esas cosas y que cada día es diferente. Entonces es vivir el día a día construyendo esa meta, sabiendo que uno puede cambiar y que cualquier cosa puede cambiar.

E1: OK. Aquí me faltó poner unas chiquitas así como de datos demográficos, que en este caso sería: ¿tú con quién vives?

P: Yo actualmente vivo con mis papás, mi hermana y mi perro.

E1: OK. ¿Y tus papás, tu hermana y tu perro en qué sectores?

P: Eso es Puente Aranda.

E1: OK. Siempre lejitos.

P: Sí.

E1: ¿Y en qué te movilizas?

P: En moto.

E1: En moto casi mucho. ¿Todos se movilizan como en moto, no?

P: Sí. Ya.

E1: Eso es como literalmente lo que te digo: una breve información sobre ti para saber más o menos cuál es tu proyecto, qué tipo de perfil de pronto pues botas. Y ya un poco más como introducirnos precisamente al tema que nos aqueja de pronto en la investigación es: digamos, ¿qué lugar tiene para ti la música y el sonido en tu vida cotidiana?

P: Yo digo que es uno de los primeros. Yo no puedo hacer nada, absolutamente nada. Yo para leer necesito música, para trabajar necesito música, para andar en moto necesito... o sea, para todo.

E1: ¿Lo usas más como para qué? ¿Para distraerte de lo que pasa afuera o para de pronto vivir más, tranquilizarte o enfocarte, concentrarte?

P: Digo que lo utilizo para muchas cosas. A veces es para distraerse, otras veces para enfocarse. Siento que el cerebro está aquí, está allá, y se enfoca más, no sé. O sea, es como que a veces no es que uno tenga presente la música, sino como que la escucha lejos, pero la tiene presente ahí. Entonces no sé: hay letras, canciones que motivan más a uno a hacer, no sé, las cosas. Que dependiendo, no sé, porque puede uno estar en el gimnasio y no sé, el rock o cualquier canción lo puede motivar a uno más; cuando no sé, uno está trabajando, no sé, uno puede poner a Mozart, lo motiva más. Entonces es de cómo depende del momento. Pero sí, interesante porque pues...

E1: Suena música clásica, algo de rock. Pues creo que cambia mucho entre persona y persona, esos estilos musicales que de pronto ahorita nos vamos a ir un poquito más para allá. Parte de nuestras preguntas es más guiado también. Por ejemplo: ¿crees de pronto que la interpretación emocional de un sonido en específico podría darse de manera universal o de pronto depende más de factores culturales y personales?

P: Yo creo que depende más de factores culturales y personales.

E1: ¿En qué sentido?

P: Porque cada persona interpreta diferente. O sea, si no, todo el mundo le gustaría la música clásica. Si cada persona interpreta diferente y genera emociones diferentes hacia una persona... no sé: el rock para una persona puede ser súper motivante, pero también hay rock que puede ser para unas personas melancólicos, puede recordar. Entonces yo creo que es más factores culturales y personales.

E1: OK, sí, muchas gracias, bastante nutritivas las respuestas. ¿Cómo crees de pronto que esas diferencias personales influyen en esa forma en que interpretamos los sonidos? ¿Qué crees que puede influir en esa variación de gustos?

P: Yo creo que las experiencias y a qué relacionan cada cosa con la música; que relacionan cada nota, cada estribillo. Porque la música... y música pues obviamente que solo es la pista; música que contiene letra... entonces depende la persona cómo asocie. Porque la mayoría de veces es como la canción y nosotros la asociamos a un hecho... algo melancólico. Digamos la música popular ahorita, digamos, no sé, con la muerte de Jason Jiménez, que cada uno las letras la asocian con la muerte de él, entonces es como... como melancolía. Entonces depende: las canciones que siempre las asociamos a un momento feliz.

E2: O a un momento triste, siendo más al estado de ánimo.

E1: OK, OK. Y de pronto, no sé, ¿eres consciente de cómo reaccionas físicamente ante sonidos fuertes o repetitivos?

P: Sí, pues yo digo que depende porque ya es cuestión de costumbre, más que todo en Bogotá. Una ciudad es como saber acostumbrarse. O sea, no digo que sea chévere; digamos no sea un sonido de una tracto mula... digamos aquí lo que siempre es un sistema de ventilación que suena 24-7, pero ya es cuestión de costumbre.

E1: Pero al principio, o sea, como que...

E2: Al principio te afecta, pero luego te vas acostumbrando.

P: Sí, sí. Como es que yo todo el tiempo estoy como en la música. O sea, yo literalmente para en la moto escucho música; en el trabajo de hecho aquí hay un barril, escucho música. Entonces trato de... o sea, como dejarme el mundo exterior y la música de...

E1: Adecuar el espacio más con algo que te ayude. OK. Ahora, no sé, de pronto podrías describir alguna experiencia en la que un sonido, no necesariamente música, haya provocado en ti alguna emoción intensa.

P: Yo digo que la guaracha cuando vengo en moto o el merengue rapidísimo es como que me genera, no sé, como adrenalina... como excitación al momento de como... No, adrenalina no escoger, sino como energía. Sí, energía. Lo mismo que la salsa me genera también tranquilidad porque yo soy goylarín, entonces pues también es como eso. Sí, depende.

E2: ¿Algún tipo de sonido, no necesariamente música, sonido que pueda ser así como que intensifique una emoción?

P: No. Es que sí, a mí siempre me gusta más las cosas como que tienen letra que me ayudan como a recordar algo, pero sí así como sonidos como tal...

E1: Yo te digo como... digamos, porque es que es un ejemplo chistoso porque creo que parte del ejercicio es precisamente eso: que pues es muy fácil a veces identificar que la música sí nos puede mover, pero creo que nos olvidamos un poco de cómo el sonido como tal, como un estímulo, a veces puede afectar precisamente de alguna manera. Es por ejemplo lo que se dice: ese sonido del silencio que existe a veces cuando uno sale, por ejemplo, de la ciudad; o el sonido de la naturaleza, de los pájaros en la mañana... que por ejemplo son cosas que uno a veces no toma en consideración cuando uno digamos siente calma o cuando uno se siente feliz o en paz o que se aleja de todo el caos. Aquí como buenos rolos, creo que todos nos hemos acostumbrado mucho a evitar ese ruido que sentimos: que el Transmilenio, que las mulas, que todo lo que ocurre alrededor es un poco abrumado. Yo por eso en parte te entiendo mucho; en eso los audífonos se usan mucho.

P: Sí, pues yo diría que como el silencio sí tiene sonido y es mucho lo que aquí en Bogotá uno se acostumbra al ruido. Entonces es raro... o sea, para las personas es raro tener 5 minutos sin nada, es muy raro. Pero también es como la pasividad que puede generar el sonido. Y a la gente le da miedo quedarse callada, o sea, a la gente le da miedo como un silencio incómodo. O sea, uno puede estar... le da miedo quedarse callada, entonces procede a hablar y les incomoda que haya silencio, básicamente.

E1: Sí. De pronto, pensándolo por ese lado, ¿sientes que haya algún sonido que en algún momento de tu vida haya podido generar de pronto alguna emoción intensa o algún tipo...? Por eso te pongo un ejemplo, digamos.

E2: Yo no soy creyente ni nada de eso, pero cuando pequeño entré a una iglesia y estaban como haciendo cantos, estaban tocando el órgano y eso me hizo sentir algo impresionante. Pero es algo muy X, muy específico.

P: Pues no sé si sonido, pero sí aromas. Aromas, sí. Digamos mi familia es de campo y pues yo no es que sea de campo, pero pues uno va a la finca y uno puede ver el aroma... o sea, el aire que se siente puro literalmente allá. Y es como una sensación de vida, porque aquí es contaminadísimo. Uno no se da cuenta hasta que ya va a la finca: allá es potrero literal y uno siente... o sea, esa emoción intensa de sentirse vivo, de saber que hay otro mundo diferente cuando uno puede respirar mejor, muy...

E2: Permeado, como estar en la naturaleza, pasar...

E1: Del aire, el aroma y todo. Creo que eso es el ejemplo para mí más claro de salir de aquí de Bogotá y decir “afuera se siente mucha paz”, tanto por lo que uno respira, por el cambio de ambiente, el cambio de ruido. Es un ambiente muy diferente realmente. Ahora, no sé, de pronto: ¿crees que todos los sonidos pueden tener la capacidad de generar emociones o solo algún tipo de sonidos específicos?

P: No, yo creo que todos los [sonidos] por lo mismo que te venía diciendo: que cada persona asocia diferente. Entonces para todas las personas o para diferentes personas puede significar algo, otra cosa, pero todos los sonidos pueden generar algo.

E1: OK. Digamos: ¿hay algún sonido que para ti tenga un significado emocional que otras personas no podrían comprender?

P: Yo digo que, digamos, el ladrido del perro cuando llegó a la casa. Sí, porque... o sea, es que... o sea, tiene dos ladridos: digamos cuando no conoce a nadie es como un ladrido súper

grueso y cuando ya lo huele a uno ya empieza a ladrar mucho más agudo. Entonces es como sentir que alguien llega a casa. O también el sonido cuando, no sé, mi mamá prende la luz en la mañana... mi mamá me cocina, me hace el desayuno, me hace el almuerzo... entonces es como esa satisfacción y ese agradecimiento al hecho de que me se levanta. Entonces es como que eso me llena de gratitud hacia ellos.

E1: OK, OK, OK. Chévere. Digamos, no sé, de pronto podrías considerar que de pronto estos estudios sobre los sonidos podrían ayudarnos a entender mejor las emociones y la conducta de los humanos.

P: Sí, porque siento que las personas a veces no escuchan. O sea, tú le puedes poner una música, un sonido, la gente es como que está en su mundo, y cuando le dices, no sé, le preguntas la letra o qué sonido fue que pasó, la gente sí no sabe responderte. Entonces es como ser conscientes de que esos sonidos, esas letras pueden ayudarnos a... no sé, a lo que yo te decía: como a estar más concentrados. Entonces siento que las personas tienen que saber, digamos: ese sonido me gusta, me identifica. No sé: el sonido de las olas me hace estar más tranquilo... por eso mismo hay gente que utiliza el sonido de las ondas de la naturaleza para dormir, para estar más tranquilo. Siento que la gente debe ser como más consciente de que hay sonidos que nos ayudan como a dejar que todo fluya. Porque con este estrés de la ciudad, del trabajo, de lo que sea, nos olvidamos de que también necesitamos un momento para estar tranquilos, para relajar. Así sea en el trabajo, tal vez. Digamos: yo puedo aquí ahorita poner música y puedo estar súper estresado, pero cantando me alegro un poco, entonces eso también ayuda.

E1: Sí, sí, sí, te entiendo. Pues creo que también, por ejemplo, las redes sociales ahorita influyen mucho en eso de la cultura de la inmediatez y ya, y todo rápido, y no detallar un

poquito lo que nos hace estar vivos. Ahora, no sé, de pronto: ¿has tenido alguna práctica musical en tu vida o has tocado algún instrumento?

P: Pues en el colegio como tal... la flauta, pero no mucho más. El tambor. Y digamos yo me acerqué a la música hacia la parte artística, que es el baile. Me acerqué más por ese sentido. Pero sí, tocar instrumentos, no.

E1: OK. Sí, no, o sea, creo que eso está también como algo que uno dice: para nosotros es una unidad de análisis. Que decimos: como de pronto hay gente que no ha utilizado para nada alguna práctica musical. Pues en este caso el baile también me parece una manera muy interesante porque pues igual es la corporalidad: cómo expresar lo que sentimos a partir del sonido. Pues eso es chévere. ¿Tú bailas salsa y bailas algo más?

P: Pues digamos, sé bailar de un poco de todo. La verdad es que es interesante ver cómo el baile también hace parte de la tradición de diferentes culturas. Entonces también nutrirse como de esa danza... no sé, puede ser de los mayas, de diferentes culturas como ancestrales; ahorita los indígenas. Porque cada cultura es diferente. Y como ese mismo baile ha venido evolucionando... como han sido críticas sociales, como han sido estallidos... digamos ahorita hace pues con lo del Che, con lo del chileno que matan este Allende y Pinochet... no, Pinochet mató era un músico que tocaba música contra el régimen de Pinochet, ese era un guitarrista... bueno, ahorita no me acuerdo, pero digamos la música se utilizaba para eso. O sea, digo que sí.

E1: Bueno, interesante también. Gracias también por compartirnos un poco de esas partes de ti también, de lo que piensas. Digamos... porque veo que también eres como de gustos variados. Todos esos estilos musicales que de pronto te puedan gustar, ¿cuáles crees que son los más frecuentes para ti y cuál dirías que es tu favorito entre esos?

P: Digo que no frecuencia, todos. O sea, yo te puedo escuchar a Pastor López, a Rocío Dúrcala, no sé, a Julio Jaramillo. También puedo escucharte a Pachebel; te puedo escuchar a no sé, Mozart, Beethoven. Pero también te puedo escuchar a Dr. Crápula, Metallica. O sea, yo digo que depende. Pero mi favorito como tal es la bachata. Siento que cambia muchas formas de pensar y mete la sensualidad con la letra. Siento que uno tiene que aprender a escuchar diferentes canciones y entender por qué son las canciones así. La gente dice como “no, el reggaetón”, pero si tú te pones a ver, hay merengues antiguos que tienen una letra horrible. La mayoría de canciones de salsa hablan de infidelidad, pero es el sonido. Es ese mismo sonido que no sé... el reggaetón puede ser como lo que viene siendo la guitarra, lo que viene siendo el bajo. Entonces diferentes sonidos más gruesos hacen que la letra se vea un poco más fea cuando es la misma letra en salsa que en reggaetón.

E1: Y que son esas pequeñas críticas que hay entre... Pero pues si usted critica el reggaetón porque es grotesco, escuche de pronto también el rap y todo lo que le toca saber inglés en algunos casos para entender cosas de los raperos de por allá de West Coast que hablan de pues quién es el más cholo, quién es el que más chicas se va a conseguir... que es algo un poco de lo que se ha transformado un poco a veces el reggaetón. Incluso así como hay reggaetones un poco más románticos y todo, como hay variedad en todo. En este caso con la bachata, ¿cómo conociste ese estilo? ¿Quién te lo presentó? ¿En dónde o cuándo?

P: Yo creo que mi hermana. Mi hermana, porque mi hermana era fan de Romeo. Y pues yo sí... yo ahí que escuchaba tales... yo antes era mucho más de música en inglés. Me gusta mucho Pilot también, raperos, no sé, Dua Lipa; también escuchaba Ariana Grande. Bueno, era más de música hasta que ya fue como que mi hermana empezó y yo escuchar como bachata y Romeo y empecé como ya a diversificar como mis gustos. Entonces ya ahora... no sé,

escucho lo que te digo: bachata, rock, lambada, afro house, afrobeats, música regional, popular.

E1: OK, OK. Y un poquito de variedad no está de más también para disfrutar esa calidad del sonido que uno puede encontrar por todo lado. Ahora no sé si... Bueno, estas son unas preguntas acá que me toca bajarlas, qué pena. Entonces ya con esto de pronto que nos ofreces un poco esa perspectiva más personal, un poco de creencias, de qué es lo que tú identificas realmente como en la importancia del sonido en la música, lo que te acompaña en la cotidianidad, los paisajes sonoros que te acompañan también... Vamos a hacer un pequeño ejercicio precisamente con lo que son las cuatro emociones básicas de alegría, miedo, tristeza y la ira. Yo sé que tal vez no para todos puede ser muy fácil algunos de estos ejercicios o generar asociaciones, pero en este caso lo que vamos a hacer es que vamos a pedir que de pronto pienses en una canción primero que sepas que pueda darte como esa energía alegre y por ahora, para que la podamos reproducir acá, vamos a prestar los audífonos. La idea es que escuches esa canción, que cierres los ojitos, que la escuchamos muy atentamente y que te dejes llevar un poquito precisamente por qué imágenes vienen a ti cuando escuchas esa canción: si vienen recuerdos, si vienen de pronto incluso aspiraciones a futuro... lo que te venga a la cabeza. Sí. No sé si de pronto tengas por ejemplo, en este caso, una canción en mente que tú digas como “bueno, esto de pronto me da alegría, me pone feliz, me da calma”.

P: Un lado hombre en paz.

E1: OK. Lo escuchaba mucho mi hermano.

P: Porque mi papá... no, es que mi papá es más de música como religiosa. Mi papá es católico, entonces... Pero es uno de los pocos rocks que le gusta. Entonces es como que

siempre... o sea, uno sabe qué canción le gusta, entonces... Entonces la única canción como diferente es lo... Porque yo cada vez que pongo esa canción me acuerdo de boca.

E1: OK. Ahora te voy a prestar los audífonos. Si quieres, apenas te los pongas le voy a dar play. Por favor. Ah, es que sí, ellos son un poquito... epa. Entonces ahí sí: cierra los ojitos y de pronto incluso haz de cuenta que nosotros aquí no estamos. Si te da por tararearlo, por seguir el ritmo, lo que sea... No sé. La idea es que lo puedas escuchar muy claramente y cuando termine la canción vamos a continuar desarrollando las ideas que tengas en la mente. Listo. ¿Qué tal te fue con ese tema? En este caso, ¿qué fue la primera imagen que te vino a tu mente?

P: Mi papá bailando.

E1: Tu papá bailando. OK. Y no sé: de pronto ¿notas cuáles son los cambios corporales cuando escuchas esa música?

P: Sí, me siento como más alivianada.

E1: Más alivianada.

P: Sí. Es como que un peso se va porque me hace recordar un momento en familia. Porque, o sea, digamos cuando estamos, no sé, con mi mamá, mi hermana, mis hermanas y ponemos esa canción, todos sabemos que es uno de los pocos roles que mi papá dice y que se acuerda de la letra.

E1: Son bien momentos, bien significativos realmente. Bueno, no sé... ¿qué crees que pronto podría ser como función de esta canción? ¿La pondrías de pronto para sentir más una emoción o para regularla?

P: Para sentir más una emoción.

E1: OK. ¿Y utilizas esta canción aparte de los momentos en los que estás, por ejemplo, con tu familia?

P: Pues uno que otro que... o sea, que salga como en la playlist. Es como que uno se acuerda y tales. Y como que yo te diga como “no”... sino que lo que te digo: depende de la... o sea, puede salir.

E1: En tu playlist ahí de modo aleatorio y te ayuda precisamente como a recordar. Siempre recuerdas ese momento, ¿no?

P: Sí.

E1: OK. Ahora, bueno, en este caso me dices que te acerca más precisamente a tu familia y, bueno, te conecta con ese recuerdo de tu papá. ¿La has usado en algún momento como compañía para actividades diarias, digamos de cocinar, de estudiar, de desplazarte?

P: Pues lo que digo: como tal que suene ahí yo la dejo, pero así... Sí. O sea, porque... o sea, yo puedo estar... o sea, ahorita no quiero escuchar eso, sino quiero que usted o lo que salga, puedo escuchar. No hace un momento así una guaracha así bien, entonces ahí luego puedo escuchar, no sé, “Piero, mi viejo”, alguna cosa así. Entonces pues sí, es...

E1: OK. Digamos, ¿crees que te deja algo útil esta canción?

P: Sí: que no todo es eterno y que uno tiene que valorar más a la familia.

E1: OK.

P: Porque yo no soy muy expresiva. Si es con mis favoras, a veces se me cuesta, pero yo a ellos los quiero mucho, los amo. Y, o sea, son esas pequeñas situaciones que uno recuerda y que son esos momentos... son los que quedan. Porque pues al final uno se convierte en carne

y se convierte en polvo, entonces los momentos son los que... esos momentos son los que quedan.

E1: Sí, creo que es parte también de aprovechar el viaje antes de que todos lleguen al mismo destino al que nos vamos todos ahora.

P: Listo.

E1: Ya con eso voy a hacer una pequeña... un par de preguntas también de tipo escala, que serían precisamente pensarlo en este caso: piénsalo como en estado de que te da activación o energía, poniéndolo en una escala del 0 al 10. 10 es que te da pronto energía o activa un poco más esa emoción y 0 es que te da pues muy poca activación o lo alivia o de pronto la merma un poco. En este caso, tratándose de la felicidad, ¿cómo lo calificarías? Siendo 10 de pronto activa más esa emoción y 0 que la activa muy poco con la canción, con esta canción que acabas...

P: Un 8.

E1: OK. Y en agradabilidad también pensémoslo en una escala de 0 es muy desagradable, 10 es muy agradable. ¿Cómo lo calificarías en este caso?

P: 9.

E1: OK. Ahora ya con eso cerramos digamos esta emoción y es lo que vamos a hacer con las otras tres emociones. Creo que vamos a pasar de pronto desde las más fáciles de identificar de pronto a lo más difícil que viene siendo el miedo realmente. Que es muy difícil que generemos de pronto alguna asociación musical o eso muy específico, pero vamos a ver cómo nos va en este caso. Piensa de pronto en una canción o un sonido que de pronto puedas

asociar a algún momento o cosas de pronto que te digas como “lo escucho y de pronto me puede poner triste”.

P: “¿Tú?”, de Nico Hernández. La versión de Nico Hernández “Tú”.

E1: De Nico Hernández “Tú”. Yo creo que...

E2: Mucho no me topaba con un melómano.

E1: Sí, sí, es chévere, chévere, chévere.

E2: Creo que ha sido la persona que más nos ha aportado estas entrevistas.

E1: Entonces vamos a ponernos acá. ¿Nico Hernández “Tú”? Listo. Entonces de nuevo el mismo ejercicio: cierra los ojitos. Ese es aquí lo volteas. Entonces el mismo ejercicio.

Nosotros no estamos acá.

E1: Finish. Finish. ¿Qué tal te fue con eso?

P: Diferentes emociones.

E1: ¿Qué fue lo primero que vino a tu mente en este caso? ¿Qué es lo primero que asocias con esta canción?

P: Una persona. Yo creo que la persona más importante de mi vida, quitando obviamente a mi familia, que pues por razones de la vida, circunstancias y todo eso, ya pues no está conmigo, no nos hablamos. Pero...

E1: ¿Era tu ex novia o quién?

P: Es que esa persona sí fue muchas cosas para mí. Muchas cosas para mí: fue un apoyo, una amiga, fue mi exnovia.

E2: ¿Como tu compañera de vida?

P: Sí, literal. Han pasado casi cuatro años y que yo no me poné a pelar. Y de hecho hace años no escuchaba esa canción por eso mismo, porque yo sé que uno lo recuerda y sí me enseñó muchas cosas. Yo digo que yo soy como soy gracias... no hago lo que soy para que ya vuel... no, sino que ella me enseñó muchas cosas de la vida.

E1: ¿Fue como tu primer amor, así de joven? ¿Cuántos años tenías cuando la conociste?

P: Como unos catorce, quince años.

E1: OK.

P: Y no tanto me duele por el hecho, sino porque... o sea, perdí una persona que me... que me sacó de muchas cosas y que me enseñó a querer a mí mismo. Porque si antes uno que dice como “ay no, yo no merezco que me quieran”, ella dijo como “no”. Y Carmo hice toda esa... como esa ira que uno tiene a veces por dentro... y sí... ella le dio mucho.

E1: Digamos, con referencia por ejemplo a esta canción, tú me dices que no la has escuchado hace mucho, ¿no? ¿Y anteriormente, cuando estaba un poquito más reciente esa separación, la ponías seguido?

P: No... bueno, más o menos. Sino que hay una canción que también me pone muy mal: “Cuando lloraba mi guitarra”, de Julio Jaramillo.

E1: Canción tan... o sea, en esos momentos de tristeza, ¿qué crees que hace este tipo de música como triste? ¿Qué te ayuda a sentirla más o te ayuda a evitar la tristeza?

P: No, me ayuda a sentirlo más. Yo soy de las personas que tienes que vivirlo varias veces para entender lo que pasó y saber de eso y aprender de eso. Yo soy de las personas que dicen

como “no”... esas personas que guardan como todo, dejan que fluya, pero yo digo como: tú mismo tienes que sentirlo. Y de hecho lo aprendí por eso, porque yo tuve así un periodo que me dio ansiedad y diagnosticada... sí, no es ay no, no diagnosticada. Y a mí me decían que yo tenía una cosa que se llamaba ansiedad anticipativa: que yo pensaba que iba a pasar algo y no pasaba. Entonces también me decían que yo guardaba muchas cosas conmigo, entonces también es como dejar que fluya ese momento y sentir. Y si tiene que llorar, llora, porque siento que igual el llorar calma. Entonces el estar contigo... siento que las personas se olvidan de estar consigo mismos y de quererse así.

E1: OK. ¿Has usado de pronto este estilo de música un poco triste en otro tipo de situaciones donde digamos la tristeza no se movía?

P: Sí, también como para entender, para poner, no sé, ponerle atención a la letra. No por el hecho de que te sientas mal, sino por... porque en sí la letra de la canción es muy linda, es muy linda. Lo mismo... no sé... puede ser como “Cuando lloraba mi guitarra”. Pueden ser canciones que narran como la historia de una persona que perdiste, pero si tú la ves como desde otro vómito también es muy linda. Es como también agradeciéndole a esa persona por estar allí en tu vida.

E1: OK, OK. Suena chévere, interesante. No sé si sientes que de pronto esta música te podría acercar a alguien o algún grupo, tipo amigos, familia.

P: No, porque no es una canción que yo creo que de aquí nadie más sabe que esa canción me afecta tanto.

E1: De pronto es más como un espacio...

P: Muy íntimo para ti, para recordar a la persona.

E1: OK. No sé, en este caso pues te conecta con ese recuerdo específico de esta chica. De pronto con la música triste que puedas escuchar ahí, ¿algún otro tipo de recuerdo que pueda venir?

P: No, yo creo que eso y no mucho así como fuerte, no.

E1: OK, OK. En este punto, hoy en día, cuando la escuchaste ahorita en ese ejercicio, ¿qué fue lo que pensabas mientras la escuchabas?

P: Todo lo que vi con ella. Yo siempre he dicho que los hombres más que todo tenemos una persona que es la que es el amor de nuestra vida. O sea, uno puede tener amores y puede querer una persona así. Te voy a decir que no fue la única persona a la que quería, por qué no quería que quise, porque no, pero fue la persona que más me importó y que sí... lo que después de... Yo no la veo así tres, cuatro años... Yo no sé ya hace tres, cuatro años, pero siempre está marcada. O sea, yo digo que uno podrá ser Bo, pero yo digo que si me llaman, yo sí. Entonces es como eso, creo que pues...

E1: Tú tienes la oportunidad de que de verdad estás un poco más joven. Sí, pues todavía tienes 19 años. Yo digo que ese amor joven es... Tuve una chica así que fue mi amor joven cuando viví un año por allá en Armenia. Cuando terminabas... me afectó mucho, la verdad, hasta que conocí una chica que fue mucho peor el golpe. Creo que es una historia un poco compleja, pero creo que son las personas que nos enseñan un poco a desarrollar eso de por lo menos aprender a cómo querernos, cómo querer a la otra persona, no ser invasivos, no irrespetar tampoco los esp... espacios de uno mismo y prácticamente volverse una amalgama. Entonces creo que pues todavía estás muy a tiempo de decir lo que queda es vida y creo que no...

P: Sí, o sea, no. Yo tengo entendido eso. O sea, yo sé que me voy a enamorar, que sí, porque ya... yo ya me volví a enamorar, obvio. Pero hay una persona que sí, que es la que te marca. No te voy a decir “ay no, me voy a cerrar, me voy a poner a llorar”, no, porque no. O sea... no, no, nunca. Pero sí, o sea, saber que hay una persona que, lo que te digo, después de cuatro años cualquier persona...

E1: ¿Esta es la chica que te ha marcado hasta el momento?

P: Yo creo que cualquier otra persona, cualquier muchacha con la que yo estuve... pero no. Yo siento que a ella sí le respondería. Sí, yo siento que todas las personas tenemos alguien que sabemos que... lo que digo yo: ya me he enamorado, pero no es lo mismo. No es lo mismo. Y digamos, yo sé que podrán pasar mucho, mucho, mucho porque yo también me enamoré también de otra persona muy profunda... o sea, profundamente, profundamente. Y yo la quise, pero sí, no... o sea... porque ella fue la primera persona, fue la que me enseñó a querer. Porque digamos, yo de nacimiento tengo una enfermedad, entonces es como complejo ese ámbito que uno siempre se marca que es diferente. Y fue que ya no le importa. Fue súper importante para mí que ella dijera “a mí no me importa, yo te quiero a ti”.

E1: Sí, no te va a juzgar precisamente.

P: Entonces ella fue la que me enseñó cómo a quererme como soy. Entonces sí. Lo que digo yo: a ella... y de hecho podrá ser muy cursito, pero digamos a las personas que son muy importantes para mí me las tatúan. Yo tengo dos tatuajes de dos personas que son mega importantes para mí. Porque también es no recordarla, digamos a ella como “ay no, la perdí”, sino lo que uno le enseña a la persona.

E2: Eso estaba por decir: ¿no? Bonito que puedas acompañar una canción o recuerdos específicos con la persona y no como no traumatizado.

P: Es que las personas no entienden que cuando finaliza una relación se queda con lo bonito y no con lo feo. Listo. Ya otra cosa es la infidelidad, eso ya es otro tema, pero la gente siempre le tira piedra terminando. Uno tiene que también quedar... Si uno lo quiso en algún momento es porque hizo algo bien.

E1: Son cosas de la magia. Aprender a relacionarse aquí entre humanos y aprender a sentir las cosas sin tener que apegarse a eso de manera patológica, por así decirlo.

E2: Y los finales no significan odio.

E1: Oportunidades de vivir la vida. Ahora, no sé, de pronto, pues en este caso: ¿qué hace que este estilo de música sea de pronto un poco más efectivo para sentir esta emoción que...

P: ¿Otros estilos que me recuerdan a ella? Fácil, conciso, literal.

E1: OK, OK, perfecto. Ahora vamos de nuevo con nuestras preguntas escala: en un nivel de activación, siendo 10 te activa bastante la emoción y 0 muy poco o nada, ¿cómo lo calificarías?

P: Con un 10.

E1: Y entre lo que sería agradabilidad, siendo 10 muy agradable o 0 pues una sensación un poco desagradable.

P: Un 6.

E1: OK. Ahora esta semana es un poco... pues más no sé, ha tenido su variedad entre lo que ha sido participante a participante, que creo que las emociones que son digamos la ira o el miedo tal vez no todos las viven de la misma manera. ¿No sé si tú de pronto has acompañado la ira en este caso o la rabia en algún momento con algún sonido en específico o con música?

P: Yo diría que con “Frijolero” o con “American”. “Frijolero”, de Molotov, y “American”.

E1: ¿Y cuál escogerías en este momento para escuchar? ¿O alguna otra extensión que...?

P: “Frijolero”, “Frijolero”.

E1: Vamos a hacer este mismo ejercicio.

P: Pues digamos a mí me da risa mucho porque la canción en sí pues es como un grito social al estigmatismo que muchas veces nosotros mismos nos tenemos y en general se nos tiene a los latinos y a los colombianos... bueno, a los latinos en general. Es como... Y también nos estigmatizan, pero nosotros queremos seguirnos yendo a Estados Unidos y todo el mundo nos ha dicho “ustedes son la cucaracha”, “ustedes el holocausto”. Literal, nos han dicho como “no, ustedes son diferentes” y nosotros seguimos ahí.

E1: Ahí queremos ser el tercer mundo.

P: Sí. Entonces ahí es como... como que... y nosotros queremos hacer parte del primer mundo. O sea, no creamos como nuestra propia identidad, sino es copiarnos de Estados Unidos. Por eso digamos el dólar es universal y todos los países lo tienen y todos nos llevamos... digamos en el caso de Argentina que se dolarizó. Entonces es como seguir esa rienda y es como perder la identidad y también... sí, es como que juegan con nosotros, nos siguen ahí nocturnos, seguimos comiendo literal.

E1: OK, OK. Sí, te entiendo un poco el punto. Y ahorita más con todo lo que pasa... creo que también yo también escuchaba por ejemplo mucho punk y mucho ska, muchas cosas y como muy situación social: “vale, salga a protestar”. Te entiendo un poco ese punto, y donde uno hace las críticas a la sociedad porque es imposible no hacerlas. Cuando la gente deja de perder... deja de tener identidad para adquirir una identidad que no es de nosotros. No sé. En

este caso pues ya sabemos que esas son como las imágenes que te trae de pronto Trump, de pronto que somos tercer mundo y que aquí no hay una identidad latina como tal. Ahora no sé si de pronto sientas que esta música de algún sentido pudiera unirse o acercarte a alguien, algún grupo, algún amigo.

P: Yo siento que es más como acercarme hacia la identidad. Sí, o sea, como el hecho de no olvidar... o sea, dónde salimos y enorgullecerse uno de eso. Entonces yo no me puedo decir, digamos, yo soy moreno... no puedo... “ay no soy color mierda”, entonces pues...

E1: Te acerca un poco más precisamente a eso: principios y valores. Ahora no sé si de pronto te conecta con algún recuerdo específico.

P: No, como tal no específicamente.

E1: OK. ¿Y qué tan frecuente escuchas este tipo de música, por ejemplo?

P: Seis, siete.

E1: O sea, ¿con qué frecuencia?

P: Perdón, es que como estaba más o menos como bastante alta, yo digo que...

E1: Bastante alta. Digamos, no sé, semanalmente, muy diaria o día por medio.

P: Que diaria. Y o sea, es que lo que te digo, la lista está ahí. Lo que puede salir, sale. Y pues digamos yo no puedo poner ahorita que no, sino lo que tenga. Entonces sí, más o menos yo diría que uno o dos días a la semana hay una canción así como bien crítica social.

E2: OK, pero no buscas ninguna emoción como tal, es como aleatorio.

P: Sí, exacto. Pero cuando sé que suena la canción, ahí sí ya uno entra como en el mood de la canción.

E1: Te conecta un poco con esa emoción.

P: Sí, en el momento ya. Sí. Pues digamos cuando ya uno está como, no sé, ya más tranquilo... que no sé, no estoy trabajando... y uno puede, no sé, digamos para cocinar, para lo que sea, quiero, no sé, esta vez... no sé, escuchar Slipknot o quiero escuchar, no sé, Doctor Crápula o... Entonces ahí sí.

E1: ¿Y digamos qué te deja de útil este estilo de música, por ejemplo?

P: Yo creo que la conciencia social. Y pues saber que no todos queremos lo mismo: ay, ser gringos, o ni siquiera gringos, sino ser del primer mundo. Sino que también hay una belleza en lo poco que algunos tienen. Hay una belleza en Las Cruces, en la Ciudad de Bolivia. Hay una bonita belleza. Es como hacer parte de eso y ser autóctonos con lo de nosotros y saber que somos de ahí y agregarle una poquita belleza. Saber que digamos, no sé, Estados Unidos, lo que sea, Europa, Alemania, España, lo que sea... es como sí, tales, pero muchos envidian como la felicidad de los latinos, la amigabilidad por decirlo de alguna forma. Entonces también es ver que en las cosas materiales puede que nos ganen, pero siento que la esencia de la vida es saber vivirla y vivirla.

E1: Bien: con poco, con mucho, ser feliz. Suena una bonita perspectiva. Me gusta. Me conecto un poco con el punquero de hace como tal vez unos 13 años ya. Pero ahora, haciendo de pronto esta valoración en preguntas de escala, ¿qué tanta activación crees que te da de pronto del 0 al 10?

P: Yo creo que un 7.

E1: ¿Un 7? ¿Y entre agradabilidad, qué tan agradable es ese sonido? ¿Cero al 10?

P: 7, 8.

E1: También un 7, 8. OK. Ahora, ¿tienes en mente algo para el miedo? Una canción o un sonido en espiritual.

P: Metal pesado por el hecho de las letras pesadas y no saber lo que uno significa, porque hay [hard rock] que es... o sea, que dicen como “no, hermosa”, pero por el hecho de la voz grave... no sé... puede ser Manson, Slipknot... algunas bandas así. Es como por el hecho del sonido fuerte, es como que uno no sabe qué pueda pasar, ¿sí me entiendes?

E1: OK, pero digamos en este caso, no sé: ¿has conectado el miedo con alguna canción en específico? O sea, una situación de miedo que hayas dicho como “lo conecto con esta canción” o “estoy...”

P: No, la verdad yo trato de... pues no soy que sea una persona... sino que yo digo como pues es enfrentar los miedos. O sea, yo siempre he dicho... tengo una frase que pues “el que tenga miedo a morir que no nazca”, ellos y hágale. Entonces es como que pues saber que en cualquier momento me voy a morir y pues...

E1: OK. Entonces sí. No, en este caso digamos que con el miedo, precisamente como es una emoción bien particular, que es un mecanismo de supervivencia, no sé de pronto qué pienses en este caso: si de pronto existe algún sonido o música o lo que tú digas que te ayude, por ejemplo, digamos a enfrentar algún miedo. No sé, pues no sé, yo...

P: Creo que depende de la situación. Pero sí. Digamos yo soy una persona que le tiene respeto al mar. Yo creo que así como sonidos mar... pero no como el de la sola, sino no sé, algo... no sé... sonidos de ballenas, de lo que sea. Yo digo como “uy, uy”, se van...

E2: Como miedo a lo desconocido, inmenso.

P: Sí, pero más que todo a lo desconocido en el mar. Es que... porque la gente, digamos, son cosas que no sé... la gente le tiene miedo a los conscientes: pum, tome su tiro. O cosas que no entendemos: pum, tome su tiro. Porque la gente le gusta que lo entendamos, que todo sea normal, que no haya como esa brecha para ver que es algo diferente. Todo es su tiro. Lo que no entendemos: pum, lo matamos.

E1: OK.

P: Sonidos de maras y wish... pero no lo relacionan sino los wish, sino...

E1: Bueno. No sé. En este caso, para irle dando de pronto un poquito de cierre al ejercicio: pues primero que todo agradecerte también por participar, porque pues igual también creo que con cada persona surgen cosas muy diferentes. Sí. Creo que es también un poco interesante ver cómo para algunos puede ser unas sensaciones más receptivas eso de apegarse a la emocionalidad por medio de la música o los sonidos, o de pronto ser un poco crítico con eso que se siente, mientras que hay otras que de pronto no le prestan tanta atención a eso de la estimulación auditiva. No sé. En este caso, por ejemplo: ¿qué piensas de todo lo que se ha hecho, por ejemplo, aquí en este ejercicio? Si crees que sería como importante cuestionarse un poco más esta relación que existe entre el sonido y cómo nos afecta y que puede activar o desactivar, y si esto nos puede ayudar de pronto a manejar mejor las emociones en una ciudad tan caótica como lo es Bogotá y nuestra cultura que es un poco fuerte en algunas ocasiones.

P: Yo creo que de hecho está muy bien el hecho de conectar más con la música, con los sonidos. Porque lo que yo te decía: en algún momento nos ayuda como... puedo estar muy estresado en el trabajo, lo que sea; pongo una canción que me guste, la empiezo a cantar y eso no quiere decir que deje trabajando; la empiezo a cantar, sigo trabajando y eso puede

aligerarme un poco. Lo mismo los sonidos... no sé... de la naturaleza. Y es como entender también la gente la emoción que estaba sintiendo. Porque la gente muchas veces trata de no sentir, trata de no... y que todo salga literal sin sentirlo, sin sentirlo. Entonces siento que a la gente falta como cuestionarse a sí mismo y decir como: “¿qué estoy sintiendo?, ¿qué me está pasando?” Y eso lo puede hacer por medio de un sonido. Digamos lo que yo te decía: como el sonido del mar es para mí como “uy, zonas pasa”. Yo ahí no sé... no sé qué yo me recuerdo o no recuerdo, sino me imagino como yo debajo en el mar y que vea un sonido super kraken o lo que sea que exista allá. Entonces como “uy”. Y otras personas lo pueden relacionar con diferentes cosas. Pero saber lo que te genera y lo que sientes y lo que te ayuda... no sé... con tu vida cotidiana, con que te emocione, con que te agrade, y saber que todas las emociones son importantes. Que la vida es de momento: no todo el momento va a ser feliz, no todo el momento va a ser triste, no todo el momento vamos a tener ira. Y es saber y sobrellevar las canciones, los sonidos que nos puedan ayudar.

E1: OK. Bien importante también lo que tomas. Creo que es un poco lo que buscamos concientizar con estos ejercicios. Creo que aquí en Colombia no tenemos un enfoque muy artístico, ¿no? Y lo tenemos por todo lado, sino que es algo que se vive mucho sin prestarle de pronto mucha atención a veces a que más nos puede nutrir. Porque ahorita lo que te decía precisamente, por ejemplo, de las redes sociales: que ahorita no se impone esa cultura de la inmediatez, de que muchos artistas ahorita se ven confrontados por lo que produce, por ejemplo, la inteligencia artificial. Donde pues ya muchos no se interesan... es como hacer las cosas con las manos y no dejar que la vida las haga. Y volverse tal vez los ingenieros de la vida que va a hacer las cosas un poco más fáciles. Te agradecemos de nuevo. Muchas gracias porque pues creo que es interesante escuchar cuando la gente tiene de pronto más perspectivas que nutran de pronto para contraponerlas con gente que le gusta pararle bolas, por así decirlo, a lo que es sentir, estar vivos, tener un poco una conciencia como seres

humanos que no se dejan primero americanizar y segundo desvincular de lo que es sentir la vida. Entonces, muchas gracias, David. Vamos a ver que cuando podemos también compartir resultados, precisamente lo que se hizo, de qué encontramos, de qué fue lo que comparamos con cada uno de los participantes. De nuevo, muchísimas gracias. Yo creo que ya con esto vamos para nuestra grabación.

Consentimientos por participante



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA TRABAJO DE GRADO

Facultad de Ciencias de la Salud, Programa de Psicología

Ciudad: Bogotá, D.C.

Día: 02

Mes: 06

Año: 2024

Usuario autónomo, de manera libre y voluntaria, en ejercicio pleno de mis facultades.

Yo, Laura Daniela Farías Guaneme identificado/a con C.C. #1000178081 Hago constar que:

Una vez informado sobre los propósitos, objetivos, pruebas/procedimientos que se llevarán a cabo durante la investigación denominada “Espectro sonoro y conducta humana: Una comprensión sobre la influencia del sonido en relación con el manejo de emociones de los jóvenes” y los posibles riesgos que se puedan generar de la prueba o procedimiento, autorizo mi participación, en la misma, así como el uso de los datos obtenidos con fines estrictamente académicos e investigativos.

Declaro, adicionalmente, que se me ha informado que:

1. Mi participación en esta investigación es completamente libre y voluntaria y puedo retirarme de ella en cualquier momento.
2. No recibiré beneficio personal de ninguna clase por la participación en este proyecto/producto, ni retribución económica alguna. Sin embargo, se espera que los resultados

obtenidos permitan incidir positivamente en los procesos de mejoramiento de personas con condiciones similares a las mías, o a las de la persona bajo mi responsabilidad.

3. Toda la información obtenida y los resultados de la investigación serán tratados confidencialmente; en virtud de ello, esta información será archivada en papel y/o medio electrónico. Los archivos del estudio se guardarán en la Universidad Santo Tomás, bajo la custodia del grupo de investigación "Espectro sonoro y conducta humana: Una comprensión sobre la influencia del sonido en relación con el manejo de emociones de los jóvenes", adscrito al programa académico Psicología, perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Santo Tomás y la responsabilidad de los investigadores participantes en el proyecto/producto.

4. Puesto que toda la información en este proyecto de investigación es llevada bajo condición de anonimato, los resultados personales no pueden estar disponibles para terceras personas como empleadores, organizaciones gubernamentales, compañías de seguros, medios de comunicación u otras instituciones educativas. Esto también aplica al cónyuge, miembros de la familia y médicos (o profesionales de salud tratantes) de los participantes.

5. En caso de requerir mis datos personales, las fotografías, los videos y otra información, resultantes de la aplicación de la prueba o procedimiento para presentación con fines estrictamente académicos o científicos en eventos tales como seminarios, congresos, cursos, simposios, revisiones de casos clínicos y publicaciones, entre otros tipos de espacios de divulgación científica, autorizo su uso, si así lo considero, a través de la firma de este documento.

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad. Por lo anterior, hago constar que he sido informado a satisfacción sobre los procesos, procedimientos o pruebas que se realizará por parte de los profesionales participantes en el proyecto como investigadores y, por tanto, doy mi consentimiento.



Firma Participante

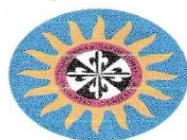


Firma Investigador 2

Firma docente supervisor



Firma Investigador 1



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA TRABAJO DE GRADO

Facultad de Ciencias de la Salud, Programa de Psicología

Ciudad: Bogotá, D.C.

Día: 03

Mes: 06

Año: 2024

Usuario autónomo, de manera libre y voluntaria, en ejercicio pleno de mis facultades.

Yo, Heidy Nohemy Molis J.

identificado/a con C.C. # 1000.036.096

Hago constar que:

Una vez informado sobre los propósitos, objetivos, pruebas/procedimientos que se llevarán a cabo durante la investigación denominada "Espectro sonoro y conducta humana: Una comprensión sobre la influencia del sonido en relación con el manejo de emociones de los jóvenes" y los posibles riesgos que se puedan generar de la prueba o procedimiento, autorizo mi participación, en la misma, así como el uso de los datos obtenidos con fines estrictamente académicos e investigativos.

Declaro, adicionalmente, que se me ha informado que:

1. Mi participación en esta investigación es completamente libre y voluntaria y puedo retirarme de ella en cualquier momento.

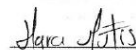
2. No recibiré beneficio personal de ninguna clase por la participación en este proyecto/producto, ni retribución económica alguna. Sin embargo, se espera que los resultados obtenidos permitan incidir positivamente en los procesos de mejoramiento de personas con condiciones similares a las mías, o a las de la persona bajo mi responsabilidad.

3. Toda la información obtenida y los resultados de la investigación serán tratados confidencialmente; en virtud de ello, esta información será archivada en papel y/o medio electrónico. Los archivos del estudio se guardarán en la Universidad Santo Tomás, bajo la custodia del grupo de investigación "Espectro sonoro y conducta humana: Una comprensión sobre la influencia del sonido en relación con el manejo de emociones de los jóvenes", adscrito al programa académico Psicología, perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Santo Tomás y la responsabilidad de los investigadores participantes en el proyecto/producto.

4. Puesto que toda la información en este proyecto de investigación es llevada bajo condición de anonimato, los resultados personales no pueden estar disponibles para terceras personas como empleadores, organizaciones gubernamentales, compañías de seguros, medios de comunicación u otras instituciones educativas. Esto también aplica al cónyuge, miembros de la familia y médicos (o profesionales de salud tratantes) de los participantes.

5. En caso de requerir mis datos personales, las fotografías, los videos y otra información, resultantes de la aplicación de la prueba o procedimiento para presentación con fines estrictamente académicos o científicos en eventos tales como seminarios, congresos, cursos, simposios, revisiones de casos clínicos y publicaciones, entre otros tipos de espacios de divulgación científica, autorizo su uso, si así lo considero, a través de la firma de este documento.

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad. Por lo anterior, hago constar que he sido informado a satisfacción sobre los procesos, procedimientos o pruebas que se realizará por parte de los profesionales participantes en el proyecto como investigadores y, por tanto, doy mi consentimiento.

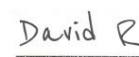


Firma Participante

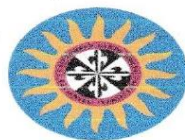
Firma docente supervisor



Firma Investigador 2



Firma Investigador 1



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS

FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA TRABAJO DE GRADO

Facultad de Ciencias de la Salud, Programa de Psicología

Ciudad: Bogotá D.C.

Día: 03

Mes: 06

Año: 2024

Usuario autónomo, de manera libre y voluntaria, en ejercicio pleno de mis facultades.

Yo, David E. Rodríguez

identificado/a con C.C. # 1021513345

Hago constar que:

Una vez informado sobre los propósitos, objetivos, pruebas/procedimientos que se llevarán a cabo durante la investigación denominada "Espectro sonoro y conducta humana: Una comprensión sobre la influencia del sonido en relación con el manejo de emociones de los jóvenes" y los posibles riesgos que se puedan generar de la prueba o procedimiento, autorizo mi participación, en la misma, así como el uso de los datos obtenidos con fines estrictamente académicos e investigativos.

Declaro, adicionalmente, que se me ha informado que:

1. Mi participación en esta investigación es completamente libre y voluntaria y puedo retirarme de ella en cualquier momento.

2. No recibiré beneficio personal de ninguna clase por la participación en este proyecto/producto, ni retribución económica alguna. Sin embargo, se espera que los resultados obtenidos permitan incidir positivamente en los procesos de mejoramiento de personas con condiciones similares a las mías, o a las de la persona bajo mi responsabilidad.

3. Toda la información obtenida y los resultados de la investigación serán tratados confidencialmente; en virtud de ello, esta información será archivada en papel y/o medio electrónico. Los archivos del estudio se guardarán en la Universidad Santo Tomás, bajo la custodia del grupo de investigación "Espectro sonoro y conducta humana: Una comprensión sobre la influencia del sonido en relación con el manejo de emociones de los jóvenes", adscrito al programa académico Psicología, perteneciente a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Santo Tomás y la responsabilidad de los investigadores participantes en el proyecto/producto.

4. Puesto que toda la información en este proyecto de investigación es llevada bajo condición de anonimato, los resultados personales no pueden estar disponibles para terceras personas como empleadores, organizaciones gubernamentales, compañías de seguros, medios de comunicación u otras instituciones educativas. Esto también aplica al cónyuge, miembros de la familia y médicos (o profesionales de salud tratantes) de los participantes.

5. En caso de requerir mis datos personales, las fotografías, los videos y otra información, resultantes de la aplicación de la prueba o procedimiento para presentación con fines estrictamente académicos o científicos en eventos tales como seminarios, congresos, cursos, simposios, revisiones de casos clínicos y publicaciones, entre otros tipos de espacios de divulgación científica, autorizo su uso, si así lo considero, a través de la firma de este documento.

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su integridad. Por lo anterior, hago constar que he sido informado a satisfacción sobre los procesos, procedimientos o pruebas que se realizará por parte de los profesionales participantes en el proyecto como investigadores y, por tanto, doy mi consentimiento.


Firma Participante


Firma docente supervisor


Firma Investigador 2

David R
Firma Investigador 1