



*Revista Internacional*  
**PsicoMúsica**

**Vol. I, nº 1 - 2026**

<https://doi.org/10.14679/4889>

**ISSN: 3101-6960**

**ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PSICOLOGÍA DE LA  
MÚSICA Y LA INTERPRETACIÓN MUSICAL -**

**AEPMIM**





# **Revista Internacional *PsicoMúsica***

**REVISTA CIENTÍFICA EDITADA POR:**

**Asociación Española de Psicología de la Música y la  
Interpretación Musical**

**- AEPMIM -**



**Dirección**

**MARGARITA LORENZO DE REIZÁBAL**

**Subdirección**

**ANA RAMÍREZ CARRO**



## COMITÉ EDITORIAL

Dra. Maravillas Corbalán Abellán  
Dra. Cristina Marín Oller  
Dr. Francisco de Paula Ortiz Ruiz  
Dra. Lucía Herrera  
Dr. Samuel Arias  
Dra. Laura Moral Bofill  
Dra. Amalia Casas Mas  
D. Charles dos Santos Cruz

## COMITÉ CIENTÍFICO

Dr. Jordi A. Jauset  
Dr. Ricardo Gassent  
Dra. Patricia Blanco  
Dra. Miren Zubeldia  
Dra. Katya Martín Requejo  
Dra. Almudena González Brito  
Dra. M<sup>a</sup> Jesús del Olmo  
Dr. Mauricio Weintraub  
Dr. Favio Shifres  
D<sup>a</sup>. Emma Plana  
Dr. Rolando Ángel Alvarado  
Dra. Nerea Palomares  
Dra. Teresa Fernández de Mosteryn  
Dr. Javier Monteagudo  
Dr. Oscar Casanova

**Esta obra está bajo una licencia  
Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional**



© Los autores

Editorial DYKINSON, S.L. Meléndez Valdés, 61 - 28015 Madrid  
Teléfono (+34) 91 544 28 46 - (+34) 91 544 28 69  
e-mail: [info@dykinson.com](mailto:info@dykinson.com)  
<http://www.dykinson.es>  
<http://www.dykinson.com>

ISSN: 3101-6960

*Maquetación:* Realizada por los autores

# ÍNDICE DE ARTÍCULOS

**PSICOMÚSICA: UN ESPACIO HISPANOHABLANTE PARA LA INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA DE LA MÚSICA.** Hacia una comunidad científica internacional cultural y socialmente informada. [Editorial]

Margarita Lorenzo de Reizábal y Ana Ramírez Carro [9 – 15]

**INTERVENCIONES MUSICALES EN ENFERMEDAD DE PARKINSON Y SU IMPACTO CLÍNICO.**

Natalia Herrera Marín y Ricardo Montoya Monsalve [17 – 33]

**INTERVENCIÓN BREVE DE MINDFULNESS Y SONORIDAD GRUPAL: EFECTOS SOBRE LA ATENCIÓN, LA AFINACIÓN Y EL RESULTADO SONORO EN BANDAS DE MÚSICA AMATEURS.**

Eleonora García Malbrán [35 – 58]

**UN AMBIENTE VISUAL DE APRENDIZAJE MUSICAL PARA INFANCIAS SORDAS: UN ANÁLISIS DE CASO COMPARATIVO SOBRE SINCRONIZACIÓN SENSORIOMOTORA.**

Coral Italú Guerrero-Arenas, Guillermo Hernández-Santana y Leonardo da Silveira Borne [59 – 74]

**EL MÉTODO RÓFRANI: MODELO DE PEDAGOGÍA MUSICAL INCLUSIVA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD FUNCIONAL SEVERA Y PROFUNDA.**

Irene Rodríguez Franco [75 – 84]

**SALUD FÍSICA Y MENTAL EN LOS CONSERVATORIOS SUPERIORES DE MÚSICA EN ESPAÑA: UN ANÁLISIS COMPARADO DE LAS PERCEPCIONES DEL PROFESORADO Y DEL ESTUDIANTADO.**

Marta Sancho-Andrés, Alexandre Fortuny, Margarita Lorenzo de Reizábal y Ana Álamo Orellana [85 – 104]

**DIARIOS DE APRENDIZAJE Y AUTORREGULACIÓN EN LA EDUCACIÓN MUSICAL SUPERIOR: ANÁLISIS DE MODELOS Y UNA PROPUESTA APLICADA.**

María del Carmen Jiménez-Montes, Amalia Casas-Mas y Amador Cernuda-Lago [105 – 123]

**DESARROLLO DE *PERFORMANCE PULSE APP* PARA LA GESTIÓN DE LA SINTOMATOLOGÍA DEL DISPLACER ESCÉNICO.** Hacia una pedagogía con consciencia en el bienestar integral del intérprete.

Ayelén Correa [125 – 143]

**SATISFACCIÓN LABORAL, *ENGAGEMENT* Y *BURNOUT* EN LAS ORQUESTAS SINFÓNICAS ESPAÑOLAS: UN ESTUDIO EXPLORATORIO.**

Millán Abeledo Malheiro y Patricia Blanco-Piñeiro [145 – 166]



## DIARIOS DE APRENDIZAJE Y AUTORREGULACIÓN EN LA EDUCACIÓN MUSICAL SUPERIOR: ANÁLISIS DE MODELOS Y UNA PROPUESTA APLICADA

### LEARNING DIARIES AND SELF-REGULATION IN HIGHER MUSIC EDUCATION: AN ANALYSIS OF MODELS AND AN APPLIED PROPOSAL

María del Carmen Jiménez-Montes<sup>1</sup>, Amalia Casas-Mas<sup>2</sup>, Amador Cernuda-Lago<sup>3</sup>

*<sup>1</sup>Catedrática de violín del Conservatorio Superior de Música "Manuel Castillo" de Sevilla, <sup>2</sup>Universidad Complutense de Madrid, <sup>3</sup>Universidad Rey Juan Carlos.*

**RESUMEN:** En la educación musical superior, se asume que el alumnado que accede dispone de competencias autorreguladoras; sin embargo, éstas rara vez se han desarrollado de forma estructurada. La investigación reciente ha subrayado la necesidad de promover formas de aprendizaje más autónomas y reflexivas. En este contexto, los diarios de aprendizaje emergen como herramientas pedagógicas con potencial para favorecer el aprendizaje autorregulado. El presente estudio tiene como objetivos analizar y comparar distintos modelos de diarios utilizados en la educación musical superior, atendiendo a sus características de diseño, estructuración y orientación pedagógica, así como examinar el efecto derivado del uso de uno de estos diarios de aprendizaje en estudiantes de Grado Superior de Música. Se adopta un diseño cualitativo de orientación teórico-aplicada, basado en el análisis comparativo de cuatro diarios de aprendizaje y en la aplicación de un diario en un contexto formativo real. Los resultados muestran que los diarios analizados difieren en las dimensiones del aprendizaje que priorizan, así como en su grado de guía y mediación pedagógica. Asimismo, el uso del nuevo diario se asocia a mejoras en la organización del estudio, la formulación de objetivos, la diversificación de estrategias de práctica, la autoevaluación del proceso y la incorporación de hábitos saludables, así como a dinámicas de co-regulación entre estudiantes. En conjunto, este estudio evidencia el potencial de los diarios de aprendizaje como recursos pedagógicos para promover una práctica instrumental más consciente y autónoma.

**PALABRAS CLAVE:** diarios de aprendizaje, autorregulación, metacognición, educación musical superior, práctica instrumental, práctica reflexiva.

**ABSTRACT:** In Higher Music Education, students are generally assumed to possess self-regulatory competences; however, these are rarely developed in a structured manner. Recent research has highlighted the need to promote more autonomous and reflective forms of learning. In this context, learning journals emerge as pedagogical tools with the potential to foster self-regulated learning. This study aims to analyse and compare different journal models used in Higher Music Education in terms of their design, structure, and pedagogical orientation, and to examine the effects of using one of these learning journals among undergraduate music students. A qualitative, theoretically informed applied

design was adopted, based on the comparative analysis of four learning journals and on the implementation of one journal in a real educational context. The results show that the analysed journals differ in the learning dimensions they prioritise, as well as in their degree of guidance and pedagogical mediation. Moreover, the use of the new journal is associated with improvements in study organisation, goal formulation, diversification of practice strategies, self-evaluation of the learning process, and the incorporation of healthy habits, as well as with dynamics of co-regulation among students. Overall, this study highlights the potential of learning journals as pedagogical resources for promoting more conscious and autonomous instrumental practice.

**KEYWORDS:** learning journals, self-regulation, metacognition, higher music education, instrumental practice, reflective practice.

## 1. INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas se ha investigado de forma creciente cómo optimizar el estudio instrumental y qué procesos permiten a los músicos aprender de manera más eficaz y autónoma. La investigación en psicología de la música ha mostrado que el progreso en niveles avanzados no depende únicamente del talento o del tiempo de práctica, sino de la capacidad del estudiante para organizar su estudio, establecer objetivos claros, supervisar su trabajo y evaluar de forma crítica los resultados obtenidos (Hallam, 1997; Nielsen, 1999; Zimmerman, 2002). Desde esta perspectiva, aprender a estudiar se ha reconocido como una competencia central en la formación de músicos de Grado Superior, estrechamente vinculada al desarrollo de la autonomía y de la autorregulación del aprendizaje (McPherson & McCormick, 2006; McPherson & Zimmerman, 2002).

En los conservatorios europeos, el currículo de la educación musical superior continúa estructurándose mayoritariamente en torno a la clase individual como núcleo del proceso formativo y a modelos de enseñanza centrados en la demostración experta y la guía del profesorado. Si bien este enfoque ha sido históricamente eficaz para la transmisión de saberes interpretativos, ha tendido a relegar a un segundo plano el desarrollo explícito de competencias vinculadas al aprendizaje autónomo, como aprender a aprender, reflexionar de manera sistemática sobre la propia práctica o participar en dinámicas de aprendizaje cooperativo (Gaunt, 2008; Jørgensen, 2000). Diversos autores han señalado que esta orientación limita las oportunidades del alumnado para asumir un papel más activo en la regulación de su estudio, desarrollar criterios propios para abordar problemas técnicos y musicales y prepararse de forma más flexible para las demandas del ejercicio profesional contemporáneo (Carey et al., 2018; Pozo et al., 2020; Zarzo, 2014). A ello se suma el supuesto implícito de que el alumnado que accede a los estudios superiores ya dispone de estrategias de autorregulación consolidadas. Sin embargo, tanto la práctica docente como la literatura en educación musical muestran que, aunque muchos estudiantes han desarrollado mecanismos de adaptación al sistema, carecen de un marco estructurado para regular de forma consciente su aprendizaje, como consecuencia de la escasa formación recibida en etapas previas. Esta situación ha generado una carencia no solo educativa, sino también institucional y social, en la medida en que se espera que el alumnado gestione de forma autónoma su aprendizaje y proyección profesional sin recibir una orientación suficiente para desarrollar dichas competencias.

En este contexto, distintos trabajos han explorado estrategias pedagógicas orientadas a apoyar el desarrollo de la autonomía del alumnado y a hacer explícitos los procesos implicados en el estudio instrumental. Entre estas propuestas, los diarios de aprendizaje han sido señalados como instrumentos con potencial para estructurar el estudio individual, favorecer la reflexión sistemática sobre la práctica y apoyar procesos de autorregulación. Sin embargo, su presencia en la educación musical superior es todavía limitada, y son escasos los estudios que analizan de manera sistemática tanto su diseño como sus efectos en contextos de conservatorio. Examinar de qué modo estos instrumentos pueden integrarse de forma coherente en la formación instrumental superior constituye, por tanto, una línea de investigación necesaria para avanzar hacia modelos pedagógicos más acordes con las demandas actuales de la educación musical.

### 1.1 Marco Teórico

La educación musical superior europea se ha basado tradicionalmente en el modelo de enseñanza maestro–aprendiz, centrado en la figura del profesor y en la transmisión de conocimientos musicales mediante la imitación y el modelado. Este enfoque, predominante en los conservatorios durante décadas, ha otorgado un papel central al dominio técnico y a la reproducción fiel del repertorio, relegando a un segundo plano aspectos importantes del aprendizaje como la autonomía del alumnado, la autoeficacia, la autorregulación o el desarrollo de una identidad artística propia (Nijs, 2019; Pozo et al., 2020). Como señalan diversos estudios, este modelo ha tendido a generar relaciones pedagógicas de carácter jerárquico y dependiente, en las que la iniciativa y la responsabilidad sobre el aprendizaje recaen fundamentalmente en el docente (Jørgensen, 2000).

A finales de la década de 1990, con el objetivo de fortalecer la competitividad internacional de la educación superior europea, se inicia el Proceso de Bolonia, culminado en 2010 con la creación del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Este proceso supuso un cambio metodológico profundo en la concepción de la enseñanza, al situar al alumnado en el centro del aprendizaje y promover enfoques pedagógicos activos y autónomos. Entre sus principales ejes se encuentran el aprendizaje a lo largo de la vida (*lifelong learning*), la flexibilidad curricular y el reconocimiento del trabajo autónomo del alumnado a través del sistema europeo de créditos ECTS. En este nuevo marco, el profesorado pasa a desempeñar un rol fundamentalmente orientador, encargado de guiar al alumnado en el desarrollo de estrategias para aprender a aprender, identificar sus propias necesidades formativas y gestionar su proceso de aprendizaje de forma progresivamente autónoma.

En consonancia con este nuevo paradigma, en las últimas décadas diversas instituciones y redes europeas han impulsado procesos de innovación y reflexión pedagógica en el ámbito de la educación musical superior. Entre ellas destacan la Association Européenne des Conservatoires, Académies de Musique et Musikhochschulen (AEC) y el Centre of Excellence in Music Performance Education (CEMPE), que promueven activamente modelos de enseñanza centrados en el alumnado, la colaboración docente y el desarrollo de entornos de aprendizaje reflexivos y participativos. Iniciativas como la plataforma LATIMPE (Learning and Teaching in Music Performance Education) o los grupos de trabajo derivados del Bologna Follow-Up Group (BFUG) han subrayado la necesidad de replantear las prácticas pedagógicas tradicionales, fomentando metodologías que favorezcan la implicación del alumnado, la reflexión sobre la práctica y el aprendizaje autorregulado a lo largo de la vida.

## 1.2 Desarrollo de la autonomía en el aprendizaje musical

En este nuevo escenario educativo, la capacidad de aprender de forma autónoma se concreta en el desarrollo de la autorregulación del aprendizaje, concebida como un proceso cognitivo, emocional y social mediante el cual el alumnado planifica, supervisa y evalúa su práctica musical en interacción con su contexto (Casas-Mas, 2025). En el ámbito musical, esta autorregulación implica establecer metas de práctica, seleccionar estrategias adecuadas, gestionar el tiempo de estudio y valorar críticamente los resultados obtenidos. Sin embargo, diversas investigaciones muestran que, aunque se presupone que el alumnado del Grado Superior posee estas competencias, con frecuencia carece de una formación explícita para aplicarlas de forma sistemática y eficaz (López-González et al., 2020). Factores como la motivación, la autoeficacia y las creencias sobre el propio aprendizaje resultan determinantes para que el estudiante transite desde formas de regulación externa hacia una auténtica autorregulación. Este proceso se ve favorecido por dinámicas de co-regulación, que incluyen tanto la orientación del profesorado como la interacción con los compañeros, el aprendizaje cooperativo y la interdependencia entre iguales como apoyos fundamentales para la construcción de aprendizajes más autónomos y reflexivos (Casas-Mas, 2025; Rodríguez-Cortés, 2025).

Para que el alumnado pueda autorregular su aprendizaje musical es necesario que desarrolle competencias metacognitivas, es decir, procesos que le permitan planificar, supervisar y evaluar de forma consciente su propia práctica (Zimmerman, 2000). Desde este marco, la práctica musical eficaz implica que el estudiante sea capaz de establecer metas, seleccionar estrategias adecuadas, monitorizar su ejecución y valorar críticamente los resultados obtenidos (Hallam, 2001). Estas estrategias metacognitivas se concretan en acciones como la organización del material de estudio, la segmentación de pasajes complejos, el control del tempo, la variación deliberada de procedimientos y la evaluación continua del progreso (Nielsen, 1999). No obstante, la investigación señala que muchos estudiantes de conservatorio no desarrollan estas competencias de manera espontánea y requieren apoyos pedagógicos explícitos para aprender a reflexionar sobre su propio proceso de práctica (Concina, 2019). En el ámbito de la educación musical superior, el entrenamiento metacognitivo se ha mostrado especialmente relevante para favorecer una práctica más eficiente y deliberada y para promover una mayor autonomía en la preparación del repertorio (López-Íñiguez & McPherson, 2024).

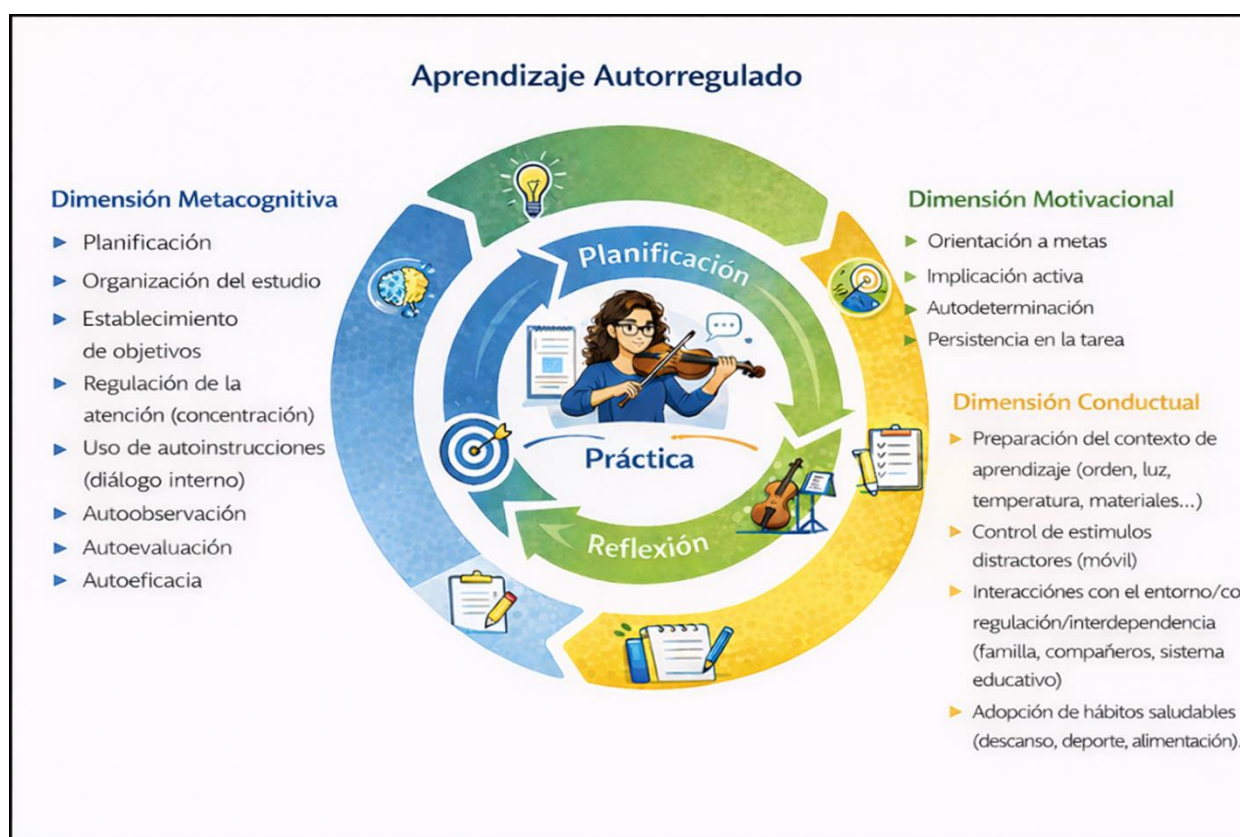
Con el fin de promover estos procesos metacognitivos en el estudio musical, los diarios de aprendizaje se han consolidado como una herramienta eficaz para sistematizar la reflexión del alumnado. La escritura favorece la organización de experiencias, la clarificación de ideas y la transformación de la práctica en conocimiento explícito, contribuyendo a una mayor conciencia sobre el propio aprendizaje (Moon, 2006). En la educación musical superior, el uso de diarios facilita una práctica más deliberada y autónoma al estimular la planificación, el seguimiento y la evaluación crítica del trabajo instrumental (Kruse-Weber & Sari, 2019; Kruse-Weber et al., 2023). No obstante, su efectividad depende de una orientación pedagógica adecuada, ya que el alumnado suele necesitar pautas y andamiajes específicos para desarrollar una escritura realmente reflexiva (Alt, 2022; Hübner et al., 2010). En este marco, resulta útil distinguir entre *reflective journals*, centrados en la exploración personal y la expresión subjetiva, y *learning journals*, orientados a documentar objetivos, estrategias y evidencias concretas de aprendizaje (Bräuer, 2000; Moon, 2006).

### 1.3 Herramientas que facilitan la autorregulación del aprendizaje instrumental

En la práctica instrumental, la autorregulación se materializa a través del uso sistemático de estrategias metacognitivas que orientan y organizan el estudio. En el ámbito musical, la investigación ha mostrado que los intérpretes eficaces utilizan de forma deliberada estas estrategias para analizar las demandas de cada tarea, diagnosticar dificultades y tomar decisiones informadas durante el proceso de práctica (Nielsen, 1999). Dichas estrategias se concretan en la formulación de objetivos específicos, la segmentación del repertorio, la selección de procedimientos técnicos adecuados, el control consciente de la atención y la regulación del esfuerzo en función de las necesidades detectadas (Hallam, 2001). Desde el modelo sociocognitivo de la autorregulación, dichos procesos se organizan en un ciclo que integra tres momentos interdependientes: (a) planificación, (b) ejecución y monitorización, y (c) reflexión o autoevaluación (Zimmerman, 2000). La puesta en marcha efectiva de este ciclo está mediada por factores motivacionales y contextuales que influyen en la implicación del alumnado, en su percepción de autoeficacia y en la capacidad para mantener un trabajo sostenido y orientado a metas (Casas-Mas, 2025). La Figura 1 presenta de forma esquemática este modelo de aprendizaje autorregulado aplicado a la práctica musical, integrando las principales dimensiones implicadas.

Figura 1.

*Dimensiones del aprendizaje autorregulado (elaboración propia)*



El modelo de la Figura 1 permite comprender con mayor precisión cómo se ha concebido la práctica instrumental experta. En la fase de planificación, el alumnado analiza las exigencias de la obra, establece metas operativas y selecciona estrategias acordes con su nivel y con el tiempo disponible.

Investigaciones previas indican que los músicos con mayor competencia autorreguladora dedican una parte significativa de su estudio a esta preparación estratégica, mientras que los estudiantes menos experimentados tienden a iniciar la práctica sin un plan claramente definido (Nielsen, 1999). Durante la fase de ejecución, la monitorización continua del propio desempeño resulta esencial para detectar dificultades, ajustar procedimientos y mantener la concentración. Hallam (2001) subraya que la capacidad para evaluar en tiempo real la calidad de la ejecución y modificarla de manera flexible constituye uno de los rasgos distintivos de los intérpretes eficaces. Finalmente, la fase de reflexión implica valorar los resultados obtenidos, identificar qué estrategias han sido más adecuadas y redefinir los objetivos para futuras sesiones, lo que favorece un proceso de aprendizaje cada vez más consciente y autónomo (Zimmerman, 2000).

Para poner en práctica este modelo de autorregulación es preciso incorporar apoyos pedagógicos que acompañen y guíen el proceso de aprendizaje del alumnado. La literatura especializada señala que la toma de conciencia sobre las decisiones implicadas en el estudio musical constituye un elemento clave para el desarrollo de la metacognición (Concina, 2019). En este sentido, resulta fundamental disponer de herramientas que permitan al estudiante hacer explícitos sus objetivos, registrar de manera sistemática su práctica y evaluar de forma reflexiva los resultados obtenidos (López-Íñiguez & McPherson, 2024). Por tanto, es importante determinar si los diarios de aprendizaje se presentan como herramientas especialmente adecuadas para apoyar cada una de las fases del ciclo autorregulador.

En este contexto, la pregunta de investigación que ha guiado este estudio ha sido la siguiente: ¿En qué medida y a través de qué dimensiones del aprendizaje autorregulado pueden los diarios de aprendizaje contribuir a una práctica instrumental más consciente y autónoma en la educación musical superior? Los objetivos planteados a partir de ella han sido (1) analizar y comparar distintos modelos de diarios de aprendizaje utilizados en la educación musical superior, atendiendo a sus características de diseño, grado de estructuración, orientación pedagógica y potencial para favorecer procesos de aprendizaje autorregulado en la práctica instrumental; y (2) examinar los efectos derivados del uso de un nuevo diario de aprendizaje diseñado por Jiménez-Montes (2024) como herramienta para promover una práctica más consciente, autónoma y reflexiva en estudiantes de Grado Superior de Música.

## 2. METODOLOGÍA

### 2.1 Diseño del estudio

El presente trabajo adopta un diseño de carácter cualitativo con orientación teórico-aplicada, centrado en el análisis y la comparación de herramientas pedagógicas empleadas para favorecer el aprendizaje autorregulado en la educación musical superior. De acuerdo con la clasificación metodológica propuesta por Montero y León (2007), se trata de un estudio descriptivo y analítico, basado en el examen sistemático de materiales documentales y en la interpretación cualitativa de su estructura, contenido y orientación pedagógica.

El diseño del estudio se articula en torno a dos ejes complementarios. Por un lado, se analizan de forma sistemática distintas propuestas de diarios de aprendizaje y, por otro, se examina su aplicación en un contexto real de educación musical superior, atendiendo tanto a sus características formales como a las condiciones de uso que influyen en su funcionalidad pedagógica.

## 2.2 Materiales

El material analizado estuvo compuesto por cuatro diarios de aprendizaje empleados en el ámbito de la educación musical superior. Tres de ellos corresponden a propuestas previamente desarrolladas y documentadas en la literatura especializada: el *Quality Practice Journal* de Williams (2018), el modelo de diario reflexivo implementado por Kruse-Weber y colaboradores en contextos universitarios (2019; 2023) y el *Practizma Practice Journal* de Klein (2019). El diario de aprendizaje propuesto por Williams (2018), titulado *Notes*, se concibe como un diario de reflexión orientado a apoyar la autorregulación de la práctica instrumental. La propuesta se inspira en el modelo del *Bullet Journal* de Carroll (2018) y articula la planificación, el registro y la reflexión como ejes centrales del estudio. Por su parte, el diario de Kruse-Weber (2019; 2023) se plantea como un recurso para promover una práctica reflexiva y consciente, orientada a mejorar la eficiencia del estudio instrumental y la comprensión de los propios procesos de aprendizaje, mediante la escritura como herramienta de documentación, interpretación y evaluación de la experiencia musical. Por último, el *Practizma Practice Journal* (Klein, 2019) es un diario de aprendizaje orientado a la práctica instrumental desde una perspectiva integral, que combina dimensiones técnicas, metacognitivas, motivacionales del aprendizaje musical. La introducción, redactada en primera persona, sitúa la propuesta a partir de la experiencia de la autora como estudiante e intérprete.

A este conjunto se añadió el diario de aprendizaje elaborado por Jiménez-Montes (2024), diseñado para su aplicación en un estudio empírico con estudiantes de violín de grado superior durante el curso académico 2024/2025. El corpus analizado estuvo constituido por los propios diarios de aprendizaje, considerados como unidades de análisis para la identificación y comparación de sus características estructurales, pedagógicas y funcionales en el contexto de la educación musical superior.

## 2.3 Procedimiento de selección y recogida de información

### 2.3.1 Criterios de inclusión y exclusión del material analizado

Se realizó una primera revisión teórica donde se consultaron bases de datos especializadas en psicología y educación musical, concretamente Web of Science, Scopus y ERIC, priorizando las publicaciones de impacto internacional revisadas por pares. Esta revisión permitió contextualizar el estudio dentro del estado actual de la investigación y fundamentar el análisis desde marcos teóricos consolidados, conformando un corpus documental específico para el análisis comparativo, integrado por tres propuestas de diarios de aprendizaje ampliamente referenciadas en la literatura de este específico ámbito.

Con el fin de garantizar la coherencia del corpus documental con los objetivos del estudio, la selección de los diarios de aprendizaje analizados se realizó a partir de criterios teóricos y metodológicos definidos previamente. Como criterios de inclusión se consideraron: (a) diarios diseñados específicamente para el ámbito de la educación musical superior o universitaria; (b) propuestas orientadas a la práctica instrumental individual; (c) instrumentos con una estructura explícita que favorecen procesos de planificación, seguimiento y reflexión sobre el estudio; y (d) materiales vinculados a autores o equipos con una trayectoria académica consolidada en el ámbito de la pedagogía musical, la psicología de la música o la educación superior.

Asimismo, se priorizaron propuestas que contaran con respaldo teórico o empírico en publicaciones académicas, o que hubieran sido implementadas en contextos formativos reales de nivel superior, lo que permitió analizar no solo su diseño, sino también su orientación pedagógica y potencial aplicación en conservatorios.

Como criterios de exclusión, se descartaron aquellos diarios o registros de práctica que, aun siendo relevantes desde otros enfoques, no se ajustaron al objeto del estudio. En este sentido, se excluyeron materiales dirigidos principalmente a etapas iniciales o infantiles de la formación musical, como los diarios incluidos en la tesis doctoral de López-Íñiguez (2014) o las fichas de registro presentadas por de la Puente (2016), al responder a objetivos y contextos educativos distintos. Del mismo modo, se descartaron propuestas de carácter predominantemente teórico, como el *Tagebuch* de Bräuer (2000), que no se concretan en un instrumento aplicable a la práctica instrumental cotidiana. Finalmente, se excluyeron diarios de uso comercial que carecen de referencias académicas claras sobre su autoría, fundamentación pedagógica o contexto de aplicación en la educación musical superior.

## 2.4 Análisis

### 2.4.1 Estrategia analítica y categorización: categorías deductivas e inductivas

El análisis de los materiales se realizó mediante un enfoque cualitativo de análisis de contenido con finalidad descriptiva y comparativa. Este procedimiento permitió examinar de forma sistemática los diarios de aprendizaje seleccionados, atendiendo a sus características estructurales, pedagógicas y funcionales, y establecer criterios comunes para su comparación en el marco de la educación musical superior.

Las categorías deductivas se definieron a partir del marco teórico del aprendizaje autorregulado desde una perspectiva sociocognitiva. De este modo, la autorregulación se concibe como un proceso cíclico y adaptativo, mediado por dimensiones metacognitivas, motivacionales y conductuales, e influido por el contexto de aprendizaje y la interacción con otros (Casas-Mas, 2025; McPherson & Zimmerman, 2002; Zimmerman, 2000). Desde este marco se estableció un sistema de categorías orientado a analizar cómo los diarios de aprendizaje apoyan la regulación del estudio instrumental tanto a nivel individual como en relación con el entorno educativo.

Por un lado, se incluyeron procesos clave asociados a la práctica instrumental, tales como el registro diario de la práctica, la planificación del estudio y estrategias metacognitivas. Estas categorías permiten examinar cómo los diarios estructuran la toma de decisiones del estudiante antes, durante y después de la práctica. Asimismo, se incorporó una dimensión social e interpersonal del aprendizaje, concretada a través de categorías relacionadas con el apoyo del docente y la interacción entre iguales, en línea con modelos que subrayan el papel de la mediación y la co-regulación en contextos educativos (Casas-Mas, 2025). Por último, se incluyeron categorías vinculadas a la dimensión motivacional y conductual del aprendizaje autorregulado, concretadas en la atención a la motivación y en la promoción de hábitos saludables. Estas categorías permiten analizar en qué medida los diarios consideran factores que sostienen la implicación del estudiante, la gestión del esfuerzo y el cuidado del propio cuerpo y del contexto de estudio, aspectos que influyen de forma decisiva en la calidad y continuidad de la práctica instrumental (Casas-Mas, 2025; McPherson & McCormick, 2006).

De manera complementaria, el análisis incorporó categorías inductivas emergentes, definidas a partir del examen comparativo de los diarios y de la necesidad de captar dimensiones pedagógicas y prácticas relevantes para su aplicación en contextos reales de educación musical superior. Estas categorías se organizaron en distintos niveles analíticos. En primer lugar, se incluyeron categorías descriptivas básicas, como el público destinatario y la duración temporal del diario, con el fin de contextualizar cada propuesta y delimitar su ámbito de aplicación. Estas variables permiten distinguir entre diarios concebidos para diferentes etapas formativas, perfiles de alumnado y horizontes temporales de uso. En segundo lugar, se consideraron categorías relacionadas con el diseño pedagógico, tales como el enfoque principal, el grado de estructuración, el tipo de consignas y la orientación del diario. De este modo, se analiza cada propuesta desde el punto de vista didáctico, es decir, qué tipo de aprendizaje promueve y qué nivel de guía ofrece al alumnado. Finalmente, con el objetivo de ofrecer una visión crítica de su potencial pedagógico y de los condicionantes que pueden influir en su implementación en conservatorios y contextos de educación musical superior, se incluyeron categorías evaluativas, como los puntos fuertes y las posibles limitaciones de cada diario.

## 2.5 Diseño y fundamentación del diario de Jiménez-Montes (2024)

El diario de aprendizaje elaborado por Jiménez-Montes (2024) se diseñó a partir del análisis comparativo de los modelos de diarios seleccionados y del marco teórico del aprendizaje autorregulado en la educación musical superior. Su desarrollo surgió de la necesidad de dar respuesta a carencias detectadas en las propuestas analizadas, como la escasa concreción de estrategias metacognitivas, la limitada integración de dimensiones motivacionales y corporales, o la falta de mecanismos para organizar de forma realista el tiempo de práctica. En este sentido, el diario incorpora aportaciones específicas, entre las que destacan una planificación semanal regresiva (basada en la descomposición de metas a medio plazo en objetivos distribuidos de forma inversa en el tiempo), la inclusión explícita de estrategias metacognitivas y ejercicios técnicos y musicales, la priorización de tareas, el registro sistemático del nivel de motivación y la promoción de hábitos saludables, con el objetivo de ofrecer un instrumento funcional y aplicable en contextos reales de educación musical superior.

El diario se aplicó con un grupo de 14 estudiantes de violín de 2º, 3º y 4º de Grado Superior durante un periodo de tres meses. Antes de iniciar su uso, se realizó una tutoría inicial de carácter explicativo, en la que se presentaron los objetivos del diario, su estructura y los criterios de aplicación. A lo largo del proceso se llevaron a cabo tutorías de seguimiento orientadas a resolver dudas y acompañar el uso de este recurso. El diario se empleó tanto en el estudio personal como en el contexto de las clases individuales y grupales, así como para la preparación de audiciones públicas. Su aplicación se concibió como estructurada pero flexible, permitiendo ajustes individuales en los apartados, pero manteniendo la coherencia del diseño general.

Para documentar el proceso y analizar posteriormente los efectos del uso del diario, se emplearon distintos instrumentos de recogida de información. Éstos incluyeron un diario de campo de la investigadora, entrevistas realizadas en el marco de las tutorías, autoinformes escritos del alumnado y el análisis de grabaciones de las clases individuales y grupales. La combinación de dichas fuentes permitió triangular la información desde diferentes perspectivas y acceder tanto a los procesos de uso del diario como a las percepciones de los participantes. Las clases fueron grabadas (principalmente en audio y en

algunos casos también en vídeo) y posteriormente revisadas tanto por el alumnado, para realizar procesos de autoobservación y registrar en el diario los aspectos técnicos y musicales a mejorar, como por la investigadora, quien utilizó estas grabaciones para elaborar su diario de campo y reflexionar sobre el desarrollo de las sesiones y la eficacia de los ejercicios propuestos.

### 3. RESULTADOS

#### 3.1 Análisis de modelos de diarios de aprendizaje en educación musical superior

##### 3.1.1 Diario de Williams (2018)

El diario de Williams (2018) enfatiza la definición previa de objetivos y la reflexión sistemática sobre el proceso de aprendizaje, promoviendo una autorregulación basada en la formulación consciente de metas y en la revisión periódica del trabajo realizado, sin prescribir un modo único de aplicación. Desde el punto de vista estructural, *Notes* combina secciones altamente guiadas —como la planificación semestral y las revisiones periódicas— con páginas de uso abierto destinadas al registro diario. Esta coexistencia de guía explícita y espacios libres permite una progresiva apropiación personal del diario por parte del estudiante. De forma complementaria, Williams ofrece el manual *Quality Practice*, en el que se desarrollan orientaciones teóricas y prácticas coherentes con los principios del diario.

En la documentación asociada a la propuesta, el uso continuado del diario se vincula a una mayor claridad en la formulación de objetivos, a una práctica más deliberada y a un incremento de la conciencia reflexiva del estudiante sobre sus rutinas de estudio, aspectos que Williams presenta como beneficios esperables del sistema *Notes* en combinación con las orientaciones de *Quality Practice*.

##### 3.1.2 Diario de Kruse-Weber (2019; 2023)

La propuesta de diario asociada a los trabajos de Kruse-Weber y colaboradores se conoce a través de la descripción de su aplicación en contextos universitarios, ya que no se dispone de un documento de diario estandarizado como material independiente. Su análisis se basa en los artículos que documentan su uso en seminarios y experiencias formativas (Kruse-Weber et al., 2019; 2023). Según la información disponible, el formato combina registros estructurados y espacios de escritura abierta, organizados mediante preguntas guía. Estos apartados abordan objetivos, estrategias de estudio, observaciones sobre la práctica, evaluación de resultados y expresión de sensaciones y emociones. Asimismo, la propuesta incorpora una dimensión social del aprendizaje, al utilizar el diario como apoyo para el intercambio de experiencias y la reflexión compartida en el marco de seminarios.

Los estudios que documentan la aplicación del diario reflexivo en contextos universitarios señalan efectos en el desarrollo de actitudes reflexivas y responsivas, una mayor comprensión de los propios procesos de aprendizaje y un impacto positivo en dimensiones artísticas, pedagógicas e interpersonales, especialmente cuando la escritura se integra en dinámicas de reflexión compartida mediadas por el docente.

##### 3.1.3 Diario de Klein (2019)

El diario de Klein (2019) se organiza en un formato semanal que alterna páginas de acción o retos, registro de la práctica, autoevaluación y reflexión guiada. Esta estructura favorece la continuidad entre

planificación, ejecución y reflexión, proporcionando un marco estable para organizar el estudio sin imponer una secuencia rígida. En cuanto a contenidos, el diario incorpora orientaciones explícitas sobre estrategias metacognitivas —como el estudio analítico, la identificación de dificultades, la automatización o el uso de grabaciones— y aborda de forma sistemática aspectos motivacionales y contextuales del aprendizaje. De manera complementaria, la propuesta se apoya en recursos externos que amplían las orientaciones del diario.

Según la información proporcionada por la autora, el uso del *Practizma Practice Journal* se asocia a una práctica más consciente y satisfactoria, con efectos percibidos en la motivación, la gestión del estrés y el compromiso sostenido con el estudio instrumental, reforzados por el acceso a recursos complementarios en línea.

### **3.1.4 Diario de Jiménez-Montes (2024)**

El análisis del nuevo diario de aprendizaje elaborado por Jiménez-Montes (2024) muestra una estructura organizada en tres niveles temporales de planificación y seguimiento: trimestre, semana y sesión diaria. Esta organización facilita la conexión entre los objetivos a medio plazo y las tareas específicas del estudio diario, favoreciendo una planificación progresiva y coherente del trabajo instrumental.

El nivel trimestral define los objetivos generales y los contenidos prioritarios que guían la planificación del periodo. A partir de este marco, la planificación semanal se articula mediante un proceso de descomposición regresiva de los objetivos, partiendo de metas situadas a medio plazo —como audiciones o pruebas— y concretando progresivamente las tareas necesarias para las semanas previas.

El registro diario constituye el eje central del sistema. Cada sesión incluye apartados destinados a la definición de objetivos específicos, la descripción de los contenidos trabajados, el registro del tiempo de estudio y la evaluación de la eficacia percibida de la sesión, incorporando indicadores de motivación y productividad. En este nivel, las tareas se clasifican en tres categorías de prioridad, identificadas mediante numeración o códigos de color (Gebrian, 2024), lo que facilita la organización del trabajo y la gestión del tiempo. De forma complementaria, el diario integra secciones orientadas al desarrollo de estrategias metacognitivas vinculadas a la práctica instrumental, como la disección de dificultades, el análisis de la partitura, el uso de autograbaciones y la reflexión compartida en contextos de aprendizaje cooperativo. Asimismo, se incluyen propuestas de ejercicios técnicos, musicales y corporales, junto con orientaciones relacionadas con hábitos saludables.

En cuanto a su orientación pedagógica, el diario se plantea como una estructura de apoyo flexible, susceptible de ser adaptada a las necesidades individuales del alumnado. Aunque su uso se acompaña de tutorías iniciales y de seguimiento por parte del docente, el instrumento no incorpora preguntas guía cerradas, promoviendo que el propio estudiante formule sus interrogantes y criterios de reflexión. Esta combinación de estructura, acompañamiento docente y flexibilidad de uso caracteriza el enfoque del diario dentro del contexto de la educación musical superior.

### **3.1.5 Comparación de diarios**

La Tabla 1 presenta una síntesis comparativa de los cuatro diarios de aprendizaje analizados, atendiendo a un conjunto de categorías mencionadas, con su diseño, orientación pedagógica y potencial para favorecer procesos de aprendizaje autorregulado en la educación musical superior.

Tabla 1.

*Análisis comparativo de modelos de diarios de aprendizaje en educación musical superior*

Categorías	Williams (2018)	Kruse-Weber (2019; 2023)	Klein (2019)	Jiménez-Montes (2024)
<b>Destinatarios</b>	Estudiantes de música de nivel superior	Estudiantes universitarios de música	Estudiantes de nivel medio–superior	Estudiantes de grado superior
<b>Duración temporal</b>	Un semestre académico	Un semestre académico	16 semanas (regla 21/90)	Un trimestre académico
<b>Enfoque principal</b>	Autorregulación y práctica deliberada	Práctica reflexiva y comprensión del aprendizaje	Práctica eficiente y bienestar integral	Desarrollo integral de la práctica autorregulada
<b>Grado de estructuración</b>	Alto al inicio, flexible en el uso diario	Estructura media mediante preguntas guía	Estructura media con secuencia semanal fija	Estructura detallada con flexibilidad de uso
<b>Orientación</b>	Reflexiva e individual	Reflexiva y colaborativa	Personal, motivacional y reflexiva	Metacognitiva, motivacional y conductual
<b>Apoyo docente</b>	No contemplado explícitamente	Fundamental como mediador del proceso	No contemplado explícitamente	Presente mediante tutorías de orientación
<b>Interacción entre iguales (co-regulación)</b>	No contemplado explícitamente	Explícita: intercambio entre estudiantes, reflexión compartida y análisis colectivo de la práctica	Presencia implícita (sentido de comunidad)	Explícitamente promovida: reflexión compartida, clases grupales, simulacros/pases, debates
<b>Registro diario</b>	Libre, no estructurado	Combinación de tablas y escritura reflexiva	Registro guiado	Registro estructurado
<b>Planificación</b>	Semestral, mensual, semanal y diaria	Implícita mediante preguntas guía	Semanal	Trimestral, semanal regresiva y diaria
<b>Principales estrategias metacognitivas</b>	Objetivos, reflexión y revisión	Análisis de objetivos y estrategias, ajuste del proceso	Análisis, automatización y simulacros	Objetivos, priorización, autorregistro, autoevaluación y control atencional
<b>Motivación</b>	Tratada indirectamente	Tratada de forma indirecta	Explícitamente promovida	Monitorización diaria de la motivación
<b>Promoción de hábitos saludables</b>	No contemplado	No contemplado	Explícitamente promovido	Explícitamente integrado
<b>Tipo de consignas</b>	Sugerencias abiertas	Preguntas guía	Instrucciones detalladas	Orientaciones detalladas y personalizables
<b>Puntos fuertes</b>	Favorece la autonomía y la reflexión	Integra reflexión individual y colectiva	Integra bienestar y motivación	Integra dimensiones metacognitiva, motivacional y conductual
<b>Posibles limitaciones</b>	Escasa guía en el registro diario	Dependencia del acompañamiento docente	Menor énfasis en planificación a largo plazo	Percepción inicial de complejidad, mitigada por la flexibilidad

El análisis comparativo de los cuatro diarios pone de manifiesto elementos comunes en su concepción y uso pedagógico. Así, todas las propuestas articulan planificación, registro y reflexión como apoyo a la autorregulación de la práctica instrumental, e incluyen espacios para la definición de objetivos y la revisión del estudio.

Las principales diferencias entre los diarios de Williams, Kruse-Weber y Klein se observan en su estructura, orientación pedagógica y dimensiones del aprendizaje priorizadas. El diario de Williams se caracteriza por una planificación explícita en varios horizontes temporales y por la combinación de secciones guiadas y espacios abiertos de registro. La propuesta de Kruse-Weber se articula fundamentalmente a través de preguntas guía y registros reflexivos, con un papel central del docente como mediador del proceso. Por su parte, el diario de Klein adopta una estructura semanal estable y pone un énfasis explícito en aspectos motivacionales y contextuales del aprendizaje, integrando la práctica instrumental dentro de un enfoque más amplio de bienestar y desarrollo personal.

En comparación con estas propuestas, el nuevo diario elaborado por Jiménez-Montes (2024) se distingue por la integración sistemática de dimensiones metacognitivas, conductuales y motivacionales del aprendizaje autorregulado. La planificación multinivel se combina con estrategias explícitas de autorregistro, priorización de tareas y evaluación de la eficacia de la práctica, incorporando además el seguimiento de la motivación, la atención a hábitos saludables y el trabajo corporal. Estas características permiten describir con precisión el perfil del diario en relación con los demás modelos analizados y sirven de base para el análisis de su uso en el contexto formativo.

### **3.2 Efectos del uso del nuevo diario de Jiménez-Montes (2024)**

El análisis de los diarios cumplimentados por el alumnado y de las tutorías registradas durante el estudio empírico permitió identificar cambios observados en la organización del estudio de los aprendices, en la regulación del proceso de práctica y en distintos indicadores subjetivos asociados a la experiencia de aprendizaje. Estos cambios se produjeron de forma progresiva a lo largo del periodo de aplicación y se vincularon a los distintos componentes del uso del diario, especialmente la planificación, el autorregistro y la autoevaluación.

En primer lugar, a partir del análisis de los diarios cumplimentados, los autoinformes del alumnado y el diario de campo de la investigadora, se observó una optimización del tiempo de práctica y una mejora en la organización de las tareas. En las semanas iniciales, el alumnado tendía a formular objetivos amplios o poco alcanzables; con el uso continuado del diario, se registró una mayor capacidad para priorizar tareas, ajustar la carga de trabajo y descomponer metas generales en acciones concretas y realizables, lo que dio lugar a planificaciones más realistas y a una gestión del tiempo de estudio más consistente. Asimismo, se evidenció, a través de los registros escritos y de las tutorías, un cambio del enfoque de la práctica hacia un trabajo más integral. En los diarios aparecieron con mayor frecuencia estrategias como: el análisis previo de la obra, la práctica sin instrumento, la visualización y la práctica mental, integradas junto al trabajo técnico e interpretativo. Este cambio se acompañó de una mayor explicitación de decisiones sobre los objetivos, los procedimientos y el sentido de cada sesión de estudio. En relación con la dimensión social del aprendizaje, se registraron episodios de co-regulación vinculados al uso del diario en el grupo de estudiantes, evidenciados en las tutorías, en las clases grupales y en el

análisis de las grabaciones de dichas sesiones. En estos contextos se recogieron referencias a la puesta en común de objetivos, estrategias y dificultades, así como a la revisión colectiva de enfoques de estudio, descritas como apoyos para clarificar metas, contrastar procedimientos y sostener la continuidad del trabajo.

En el plano atencional y emocional, los registros mostraron una reducción de la ansiedad asociada al estudio y una mejora en el diálogo interno, descrito como más constructivo durante la práctica. Paralelamente, se observaron referencias a una mayor atención sostenida y a una disminución de distracciones, junto con menciones a avances en procesos de memorización cuando se incorporaron rutinas de análisis, práctica mental o simulacros de interpretación. Por otra parte, se constató una mayor atención a hábitos relacionados con el bienestar y el cuidado corporal. Los diarios incluyeron registros más sistemáticos sobre descanso, actividad física y condiciones de estudio, así como alusiones a su relación con la calidad percibida de la práctica y a una mayor constancia en la rutina de estudio. Finalmente, los registros mostraron una mejora en la precisión de la autoevaluación del proceso de práctica, reflejada en descripciones más claras de las dificultades y en el empleo de ajustes más conscientes de las estrategias empleadas. Asimismo, se observaron mayores niveles de iniciativa en la búsqueda de soluciones propias para abordar problemas técnicos o musicales.

#### 4. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos permiten interpretar el papel de los diarios de aprendizaje como herramientas pedagógicas relevantes en la educación musical superior, especialmente en relación con el desarrollo del aprendizaje autorregulado. En este apartado se discuten los hallazgos a la luz de los objetivos planteados y de la literatura previa, atendiendo tanto al análisis comparativo de modelos existentes como al efecto observado del uso del nuevo diario de Jiménez-Montes (2024) en un contexto formativo real.

Con respecto al Objetivo 1, el análisis comparativo de los cuatro diarios muestra que, si bien todas las propuestas comparten la finalidad de apoyar procesos de autorregulación en la práctica instrumental, difieren de manera significativa en su concepción pedagógica, en su grado de estructuración y en las dimensiones del aprendizaje que priorizan. Estos resultados refuerzan la idea de que no existe un único modelo de diario de aprendizaje, sino distintas aproximaciones vinculadas a supuestos pedagógicos y a necesidades formativas específicas.

Williams se sitúa en una línea que enfatiza la autonomía del estudiante y el uso personal del diario, en coherencia con enfoques que conciben la autorregulación como una competencia que se desarrolla progresivamente a partir de la autorresponsabilidad (Zimmerman, 2000). No obstante, el análisis sugiere que esta propuesta presupone un nivel elevado de competencia autorreguladora previa, lo que coincide con advertencias de la literatura sobre las dificultades del alumnado para desarrollar estas habilidades sin apoyos explícitos (Concina, 2019; Nielsen, 1999). La propuesta de Kruse-Weber, por su parte, se alinea con modelos sociocognitivos del aprendizaje autorregulado al integrar la escritura reflexiva en dinámicas de co-regulación mediadas por el docente y el grupo. Los efectos descritos en sus estudios ponen en valor el acompañamiento pedagógico y la reflexión compartida en el desarrollo de competencias metacognitivas complejas (Casas-Mas, 2025; Hadwin et al., 2011). El diario de Klein incorpora de forma explícita dimensiones motivacionales, emocionales y de bienestar, en consonancia con investigaciones que destacan la relevancia de estos factores para la calidad del aprendizaje musical

y la sostenibilidad de la práctica a largo plazo (López-Íñiguez & McPherson, 2024; McPherson & McCormick, 2006).

En este marco comparativo, el diario elaborado por la autora se sitúa como una propuesta que integra de forma sistemática dimensiones metacognitivas, motivacionales y conductuales del aprendizaje autorregulado. A diferencia de otros modelos, combina una planificación multinivel explícita con estrategias de autorregistro, priorización de tareas y reflexión sobre la eficacia de la práctica, incorporando además el seguimiento de la motivación, la atención a hábitos saludables y el trabajo corporal. Esta concepción resulta coherente con enfoques que entienden la autorregulación como un proceso integrado y dinámico, construido en la propia práctica instrumental en interacción con condiciones personales y contextuales (Casas-Mas, 2025; Zimmerman, 2000).

En relación con el Objetivo 2, los efectos observados en el uso del diario de la autora sugieren un avance hacia formas de estudio más conscientes y deliberadas, reflejado en cambios en la organización del tiempo, en la formulación de objetivos y en la regulación del proceso de práctica, en línea con modelos de práctica eficaz y autorregulada (Hallam, 2001). La progresiva capacidad para descomponer metas generales en acciones concretas y priorizadas puede interpretarse como un indicador del desarrollo de habilidades metacognitivas clave, especialmente en las fases de planificación y autoevaluación. Asimismo, la diversificación de estrategias empleadas —incluyendo análisis previo, práctica mental o simulacros— coincide con investigaciones que asocian la calidad de la práctica con la variedad y adecuación de las estrategias utilizadas (Nielsen, 1999). Finalmente, los resultados relativos a la dimensión social del aprendizaje refuerzan la idea de que la autorregulación se construye también en interacción con otros. Las dinámicas de co-regulación observadas coinciden con planteamientos que subrayan el papel del grupo y del docente como apoyos fundamentales en el tránsito hacia una mayor autonomía (Casas-Mas, 2025; Rodríguez-Cortés, 2025).

#### **4.1 Implicaciones pedagógicas para la educación musical superior**

Los resultados del presente estudio permiten extraer implicaciones pedagógicas relevantes para la educación musical superior, en particular en relación con la necesidad de promover de forma explícita el aprendizaje autorregulado en la formación del alumnado. El análisis comparativo de los diarios pone de manifiesto que la autorregulación no emerge de manera espontánea, ni se debe dar por adquirida cuando el aprendiz accede a estudios superiores, sino que requiere estructuras, orientaciones y contextos que acompañen progresivamente al alumnado en el desarrollo de estas competencias. En este sentido, los diarios de aprendizaje pueden constituir un recurso pedagógico eficaz cuando su diseño y uso se alinean con los objetivos formativos del estudiante.

Una primera implicación se refiere al papel del profesorado. Los resultados sugieren que la introducción de diarios de aprendizaje no debería plantearse como una tarea exclusivamente individual, sino como un proceso mediado pedagógicamente. El acompañamiento docente —a través de orientaciones iniciales, tutorías de seguimiento o espacios de reflexión compartida— resulta clave para favorecer la comprensión del propósito del diario y evitar un uso meramente descriptivo o mecánico, en consonancia con modelos que conciben al docente como facilitador del aprendizaje autónomo. En segundo lugar, los hallazgos apuntan a la conveniencia de integrar la reflexión sobre la práctica en el currículo de la educación musical superior como parte constitutiva del aprendizaje instrumental. El uso

sistemático de diarios resulta especialmente pertinente cuando se articula en espacios de aprendizaje cooperativo —como clases grupales, seminarios o tutorías compartidas— que permiten contrastar enfoques, verbalizar estrategias y construir criterios de calidad de forma conjunta, así como construir un ambiente de confianza y cooperación. Asimismo, los resultados subrayan la importancia de adoptar un enfoque amplio del aprendizaje instrumental que incluya, junto a los aspectos técnicos y cognitivos, dimensiones motivacionales, atencionales y corporales. La incorporación explícita de hábitos saludables, trabajo corporal y regulación emocional puede contribuir a una práctica más sostenible y coherente con las demandas profesionales actuales.

En conjunto, estas implicaciones ponen de relieve el potencial de los diarios de aprendizaje como recursos pedagógicos en la educación musical superior, siempre que su uso se sitúe dentro de un diseño formativo intencional y contextualizado.

#### 4.2 Limitaciones del estudio

El presente estudio presenta algunas limitaciones que deben ser consideradas al interpretar sus resultados. En primer lugar, el análisis comparativo de los diarios se basa en un número reducido de propuestas, seleccionadas por su relevancia teórica y contextual en la educación musical superior, lo que limita la generalización de los hallazgos a otros modelos o tradiciones pedagógicas. Asimismo, en el caso del diario de Kruse-Weber, el análisis se apoya en la descripción de su implementación en publicaciones académicas, y no en el examen directo de un instrumento estandarizado.

En relación con el estudio empírico, el análisis del efecto del diario de la autora se realizó en un contexto formativo específico y con un grupo limitado de estudiantes (alumnado de violín de 2º, 3º y 4º curso), lo que restringe la posibilidad de establecer relaciones causales. Además, los resultados se basan en registros autorreportados, en tutorías y en cuestionarios, lo que puede introducir sesgos asociados a la percepción subjetiva del alumnado.

A partir de los resultados obtenidos, se abren diversas líneas de investigación orientadas a profundizar en el uso de diarios de aprendizaje en la educación musical superior. Resulta pertinente replicar este tipo de estudios en otros contextos institucionales, especialidades instrumentales y niveles formativos, con muestras más amplias y diseños comparativos que permitan contrastar el efecto de distintos modelos de diarios. Asimismo, futuras investigaciones podrían incorporar metodologías mixtas y diseños longitudinales para analizar la evolución de las competencias autorreguladoras y su relación con el rendimiento artístico y el bienestar del estudiante, así como examinar con mayor detalle el papel de la co-regulación, el acompañamiento docente y los procesos de integración curricular de estos instrumentos pedagógicos.

### 5. CONCLUSIONES

Los resultados de este estudio permiten concluir que los diarios de aprendizaje contribuyen de manera significativa a una práctica instrumental más consciente y autónoma en la educación musical superior, en la medida en que activan de forma integrada dimensiones metacognitivas (planificación, seguimiento y autoevaluación de la práctica), motivacionales (compromiso y percepción de eficacia) y conductuales (hábitos saludables y gestión del contexto) del aprendizaje autorregulado. Estos hallazgos, a su vez,

cuestionan el supuesto de que el alumnado que accede a estudios superiores dispone ya de sistemas consolidados para gestionar su aprendizaje, y ponen de relieve una carencia de un sistema estructurado de autorregulación, fruto de la falta de implementación y formación docente desde las etapas iniciales.

El análisis comparativo realizado confirma la existencia de modelos de diarios de aprendizaje con enfoques, niveles de estructuración y orientaciones pedagógicas claramente diferenciados. Esta diversidad confirma que el potencial formativo de los diarios no reside en un formato único, sino en la coherencia entre su diseño, los supuestos pedagógicos que lo sustentan y el contexto educativo en el que se implementa. En este sentido, el estudio aporta un marco analítico que permite identificar y comparar de manera sistemática los rasgos clave de distintos modelos de diarios aplicados a la práctica instrumental superior.

Por su parte, los resultados del estudio empírico permiten concluir que el uso del nuevo diario de aprendizaje diseñado por Jiménez-Montes (2024) se asocia a cambios observables en la experiencia de aprendizaje del alumnado de grado superior. En particular, se observa una mejora en la organización del tiempo de práctica, en la formulación y concreción de objetivos, en la variedad de estrategias empleadas y en la capacidad de autoevaluar el proceso de estudio. Asimismo, el diario favorece la incorporación progresiva de aspectos motivacionales, corporales y de bienestar en la práctica instrumental.

En conjunto, este trabajo contribuye a reforzar el valor de los diarios de aprendizaje como recursos pedagógicos en la formación instrumental avanzada, siempre que su uso se integre de manera intencional en el diseño formativo. La combinación de análisis comparativo y estudio aplicado permite delimitar el papel de los diarios en el desarrollo de procesos autorregulados y orientar su incorporación en la educación musical superior.

## 6. REFERENCIAS

- Alt, Dorit (2022). Higher education students' reflective journal writing and reflective thinking processes. *Frontiers in Psychology*, 12, 707168. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.707168>
- Bräuer, Gerd (2000). *Schreiben als reflexive Praxis: Tagebuch, Arbeitsjournal, Portfolio*. Fillibach-Verlag.
- Carey, Gemma; Coutts, Leah; Grant, Catherine; Harrison, Scott & Dwyer, Rachel (2018). Enhancing learning and teaching in the tertiary music studio through reflection and collaboration. *Music Education Research*, 20(4), 399–411. <https://doi.org/10.1080/14613808.2017.1409204>
- Carroll, Ryder (2018). *The bullet journal method: Track the past, order the present, design the future*. Portfolio/Penguin.
- Casas-Mas, Amalia (2025). La autorregulación en la educación musical. *Revista Internacional de Educación Musical*, 13(1), 47-52.
- Concina, Enrico (2019). The role of metacognitive skills in music learning and performing: Theoretical features and educational implications. *Frontiers in Psychology*, 10, 1583. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01583>
- de la Puente, Concepción (2016). *Estilos de aprendizaje en la práctica pianística* (Tesis doctoral, Universidad Nacional de Educación a Distancia [UNED])

- Gaunt, Helena (2008). One-to-one tuition in a conservatoire: The perceptions of instrumental and vocal teachers. *Psychology of Music*, 36(2), 215–245. <https://doi.org/10.1177/0305735607080827>
- Gebrian, Molly (2024). *Learn Faster, Perform Better: A Musician's Guide to the Neuroscience of Practicing*. Oxford University Press.
- Hadwin, Allyson F.; Järvelä, Sanna & Miller, Mariel (2011). Self-regulated, co-regulated, and socially shared regulation of learning. In Barry J. Zimmerman & Dale H. Schunk (Eds.), *Handbook of self-regulation of learning and performance* (pp. 65–84). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Hallam, Susan (1997). What do we know about practising? Towards a model synthesising the research literature. In Harald Jørgensen & Andreas C. Lehman. (Eds.), *Does practice make perfect? Current theory and research on instrumental music practice* (pp. 179–231). Oslo, Norway: Norges musikkhøgskole.
- Hallam, Susan (2001). The development of metacognition in musicians: Implications for education. *British Journal of Music Education*, 18(1), 27–39. <https://doi.org/10.1017/S0265051701000122>
- Hübner, Stefan; Nückles, Matthias & Renkl, Alexander (2010). *Writing learning journals: Instructional support to overcome learning-strategy deficits*. *Learning and Instruction*, 20(1), 18–29. <https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2008.12.001>
- Jiménez-Montes, María del Carmen (2024). *Diario de aprendizaje*. Documento no publicado.
- Jørgensen, Harald (2000). Student learning in higher instrumental education: Who is responsible? *British Journal of Music Education*, 17(1), 67–77. <https://doi.org/10.1017/S0265051700000164>
- Klein, Susanna (2019). *Practizma practice journal*. Practizma Publishing.
- Kruse-Weber, Silke & Sari, Timea (2019). *Learning to reflect: Enhancing instrumental music education majors' practice through reflective journals*. En Stefan Gies & Jon Helge Sætre (Eds.), *Becoming musicians: Student involvement and teacher collaboration in higher music education* (pp. 127–150). The Norwegian Academy of Music.
- Kruse-Weber, Silke; Schiavio, Andrea; Kirchgäßner, Eva Maria & Bucura, Eugenia (2023). Reflective writing in a community music project with students in higher music education. *Research Studies in Music Education*, 45(3), 634–652. <https://doi.org/10.1177/1321103X221107513>
- López-González, José Antonio; Botella Nicolás, Ana María y de Moya Martínez, María del Valle (2023). *Diseño y validación de un cuestionario sobre aprendizaje autorregulado en ensayos con pianista acompañante*. *Música Hodie*, 23, e77288. <https://doi.org/10.5216/mh.v23.77288>
- López-Íñiguez, Guadalupe (2014). *Concepciones y prácticas instruccionales de profesores de instrumentos de cuerda: Influencia en las concepciones y niveles de comprensión musical de sus alumnos* (Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Madrid).
- López-Íñiguez, Guadalupe & McPherson, Gary E. (2024). *Using a music microanalysis protocol to enhance instrumental practice*. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1368074. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1368074>
- McPherson, Gary E. & McCormick, John (2006). Self-efficacy and music performance. *Psychology of Music*, 34(3), 322–336. <https://doi.org/10.1177/0305735606064841>
- McPherson, Gary E. & Zimmerman, Barry J. (2002). Self-regulation of musical learning: A social cognitive perspective. En Richard Colwell & Carol Richardson (Eds.), *The new handbook of research on music teaching and learning* (pp. 327–347). Oxford University Press.
- Montero, Ignacio y León, Orfelio G. (2007). *Métodos de investigación en psicología y educación*. McGraw-Hill.
- Moon, Jennifer A. (2006). *Learning journals: A handbook for reflective practice and professional development* (2nd ed.). Routledge.

- Nielsen, Siw G. (1999). Learning strategies in instrumental music practice. *Psychology of Music*, 27(2), 218–234. <https://doi.org/10.1177/0305735699272015>
- Nijs, Luc (2019). Moving together while playing music: Promoting involvement through student-centred collaborative practices. En S. Gies & J. H. Sætre (Eds.), *Becoming musicians: Student involvement and teacher collaboration in higher music education* (pp. 239–260). The Norwegian Academy of Music.
- Pozo, Juan Ignacio; Pérez Echeverría, María del Puy; Torrado, José Antonio y López-Íñiguez, Guadalupe (2020). *Aprender y enseñar música: Un enfoque constructivista*. Morata
- Rodríguez-Cortés, Pedro Antonio (2025). Informe de tesis: Nuevas aproximaciones didácticas al contexto y el significado musical del repertorio para viola de los siglos XX-XXI. *Revista Internacional de Educación Musical*, (13), 137–142.
- Williams, Susan (2014). *Quality practice: A musician's guide* [Practice guide]. Quality Practice. <https://quality-practice.com/>
- Williams, Susan (2018). Notes: A musician's reflective journal [Reflective journal]. *Quality Practice*. <https://quality-practice.com/notes-journal>
- Zarzo, Andrés (2014). La orientación profesional en las enseñanzas de música: una asignatura pendiente aún en el sistema educativo español. *Música: Revista del Real Conservatorio Superior de Música de Madrid*, (21), 167-186.
- Zimmerman, Barry J. (2000). Attaining self-regulation: A social cognitive perspective. En Monique Boekaerts, Paul R. Pintrich & Moshe Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13–39). Academic Press.
- Zimmerman, Barry J. (2002). Becoming a self-regulated learner: An overview. *Theory Into Practice*, 41(2), 64–70. [https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102\\_2](https://doi.org/10.1207/s15430421tip4102_2)