

A relevância motivacional da arte musical na integração social: receptividade-emotividade-educação e cultura

Beatriz Licursi^a, Levi Leonido Silva^b, Mário Cardoso^c, Elsa Morgado^d

^aUniversidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil, musicafeliz@terra.com.br, ^bCITAR, Porto, Portugal, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila real, Portugal, levileon@utad.pt, ^cInstituto Politécnico de Bragança, Bragança, Portugal, cardoso@ipb.pt, ^dUniversidade Católica Portuguesa: Centro de Estudos Filosóficos e Humanísticos, Braga, Portugal, Instituto Politécnico de Bragança, Bragança, Portugal, emorgado@ucp.pt

Resumo

Neste trabalho pretendemos apresentar uma reflexão a respeito da arte musical e sua particularidade motivacional relacionada ao encanto e manifestação do ser humano para vivências artísticas direcionadas à sociedade. Destacamos que a experiência performática da referida arte quando realizada regularmente conduzida por um profissional competente na área de educação musical poderá proporcionar aos indivíduos alterações de ordem psicológica e cognitiva as quais certamente repercutirão de forma benéfica em suas condutas pessoais e crescimento acadêmico. Estudos neurocientíficos realizados por renomados pesquisadores têm comprovado que as atividades musicais excitam várias regiões cerebrais porém alguns declaram que todo o cérebro é ativado. Salientamos que sublimemente, educador e dirigidos, serão afetados de maneira positiva pelos estímulos que incidirão sobre o “cérebro musical”. Abordaremos nesta pesquisa os fatores que possivelmente contribuirão para o frutífero resultado da experiência com a arte musical tendo em vista as peculiaridades, a qualidade das performances e a aquisição de conhecimentos que abrangerá o desenvolvimento motor, psicológico e cognitivo.

Palavras-chave: *Integração social, cultura, arte, educação.*

Introdução

As emoções determinam em grande parte a experiência de vida, são parte inerente da natureza humana e influenciam diretamente a tomada de decisões e, portanto, as ações cotidianas. Não se alcança uma compreensão precisa de como ela funciona na mente, no campo da ciência sem levar em conta a emoção como um dos componentes básicos da mesma. A emoção desempenha um papel importante na biorregulação, sobrevivência e memória. Conhecimento e gerenciamento correto de nossas próprias emoções é essencial para alcançar a realização pessoal e profissional (Goleman, 2016).

Inteligência emocional é a capacidade de estar ciente de nossas emoções. Saber gerenciá-los adequadamente. Como uma habilidade, a inteligência emocional pode ser aprendida para ser melhorada. A partir desse construto, o conceito de competência emocional é entendido como a capacidade da pessoa de aplicar ou colocar em prática essa inteligência emocional em seu cotidiano (Goleman, 2017).

O conceito de inteligência emocional é relativamente recente. No entanto, a preocupação com o mundo das emoções e sua influência em nosso comportamento é um tema tratado desde a antiguidade. Platão e Aristóteles mostram interesse pela área de estudo, embora seja este último o pioneiro em um dos primeiros trabalhos em profundidade sobre as emoções.

Uma das ideias aristotélicas a respeito do que se entende por inteligência emocional hoje é que “a arte de viver adequadamente inclui a arte de se sentir bem, como uma disciplina correlativa ao agir bem” (Goleman, 2016, p. 105). O conceito de inteligência surge no final do século XIX. Em seus primórdios, esse termo baseava-se em aspectos puramente cognitivos, embora alguns pesquisadores logo tenham associado o conceito de inteligência a fatores além dos meramente cognitivos. No início da década de 1920, Edward Thorndike propôs incluir diferentes tipos de inteligências: sociais, mecânicas e abstratas (Goleman, 2017).

No entanto, essas contribuições não tiveram grande repercussão no desenvolvimento do conceito de inteligência até 1983, Quando Gardner no seu estudo *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*, atribui um novo componente humanístico. Em oposição às visões anteriores do conceito de inteligência, considerada como um aspecto estático ao longo da vida de uma pessoa, Gardner a define como uma capacidade, que implica uma possibilidade de mudança ou evolução. Gardner refere que, a inteligência é formada por um conjunto de outros inteligências. Inicialmente, o autor definiu sete tipos de inteligências: a) inteligência lógico-matemática, b) inteligência verbal-linguística, c) inteligência espacial, d) inteligência musical, e) inteligência corporal-cinestésica, f) inteligência intrapessoal, g) inteligência interpessoal. Posteriormente, acrescentou inteligência naturalista e inteligência existencial. Mais tarde, em 1990, e com base nos conceitos de inteligência intrapessoal e interpessoal apresentadas por Gardner, Salovey e Mayer (1990) definiram o conceito de inteligência emocional (Goleman, 2017).

Este novo conceito gera um interesse crescente na literatura científica e altos índices de popularidade após a publicação de *Emotional Intelligence*, de Daniel Goleman que estabelecem quatro dimensões inter-relacionadas associadas ao conceito de inteligência emocional: a) percepção das próprias emoções, b) uso das emoções, c) compreensão das emoções ed) controle das emoções nos relacionamentos (Goleman, 2016). O construto da

inteligência emocional é hipotético, e hoje, no campo da psicologia, sua existência ainda é questionada. Pelo exposto, a inteligência emocional é definida como uma habilidade que compreende a emoção e a razão, e que permite aprender a compreender e gerir as emoções de forma a promover o bem-estar pessoal.

Numerosos autores investigaram este campo criando modelos que, embora em essência compartilhem os mesmos princípios, apresentam nuances diferentes. Eles podem ser agrupados em a) modelo de habilidades e b) modelo misto. O primeiro enfoca um conjunto de habilidades mentais que permitem o uso das informações obtidas por meio das emoções para melhorar os processos cognitivos. O segundo modelo combina as habilidades mentais do primeiro modelo com competências emocionais e traços estáveis de comportamento e personalidade. Este modelo tende a fazer afirmações sobre os benefícios do desenvolvimento de comunicação (Goleman, 2016).

A Inteligência Emocional de acordo com Mayer e Salovey (1997, p.15) “envolve a capacidade de perceber acuradamente, de avaliar e de expressar emoções; a capacidade de perceber e/ou gerar sentimentos quando eles facilitam o pensamento; a capacidade de compreender a emoção e o conhecimento emocional; e a capacidade de controlar emoções para promover o crescimento emocional e intelectual”.

Bueno e Primi (2003, pp. 279-280) quando se referem ao processamento de informações emocionais destacam que este “é explicado através de um sistema de quatro níveis, que se organizam de acordo com a complexidade dos processos psicológicos que apresentam: a) percepção, avaliação e expressão da emoção; b) a emoção como facilitadora do pensamento; c) compreensão e análise de emoções; emprego do conhecimento emocional; e d) controle reflexivo de emoções para promover o crescimento emocional e intelectual”.

As competências emocionais derivam da inteligência emocional, Goleman (2017, p.15) define-as como “um construto amplo que inclui vários processos e causa uma variedade de consequências”. Segundo o autor, ao contrário da inteligência emocional, “a competência emocional dá ênfase à interação entre a pessoa e o ambiente e, por consequência, dá mais importância à aprendizagem e ao desenvolvimento. Portanto, tem aplicações educacionais imediatas” (Goleman, 2017, p. 12). Os autores cujos modelos de competências emocionais gozam de maior reconhecimento e aplicação científica incluem, entre outros, Saarni (1997), Salovey e Sluyter (2018), ou Goleman, Boyatzis e McKee (2018). Estes modelos são constituídos por diferentes dimensões de inteligência da qual, por sua vez, uma série de competências emocionais são derivadas. O interesse em implementar programas de educação emocional em diversos campos justifica-se pela necessidade das pessoas desenvolverem maior conhecimento e gestão emocional. A música tem uma relação estreita com as emoções. Por isso, para incluir a educação emocional na formação global das pessoas, a prática musical tem, sem dúvida, um lugar. O objetivo deste estudo é revisar a fundamentação teórica do campo de estudo que relaciona a experiência musical como meio ideal para trabalhar e desenvolver competências emocionais.

Música, Emoções e Sociedade

2.1 Capacidade da música para induzir as emoções

A música pode ser descrita como uma linguagem estética e sensorial que potencia o funcionamento cognitivo, emocional e motor (Thauth e Wleeler, in Juslin e Sloboda, 2010). A música é considerada a linguagem das emoções (Cooke, 1959 cit. por Juslin e Sloboda 2010), promotora de mudanças emocionais (Juslin e Sloboda, 2010),

Para Sallovey e Sluyter (2018) a influência que a música exerce sobre o humor e comportamento da pessoa, é uma questão que tem uma longa tradição. Porém, a partir de 1990, quando as pesquisas voltadas para o tema passaram a ser realizadas de forma sistemática. Hoje existem inúmeros estudos que sustentam a ideia de que a música induz emoções nos humanos.

Segundo Saarni (1997) a maioria deles demonstra como, diante de um estímulo musical, áreas do cérebro correspondentes à euforia e / ou prazer são ativadas. Essa estimulação cerebral é acompanhada por uma série de reações físicas, entre as quais alterações na pressão arterial, alterações no ritmo cardíaco e respiratório e resposta galvânica da pele.

Outros estudos de Goleman, Boyatzis e McKee (2018) afirmam que a música auxilia na regulação emocional, favorecendo um estado emocional positivo. As emoções induzidas pela música costumam ser positivas. A musicoterapia se apóia nessa premissa, uma vez que as emoções têm influência direta tanto no sistema nervoso vegetativo quanto nos sistemas hormonal e imunológico.

A influência da música na música também é demonstrada. o aspecto cognitivo, uma vez que as funções cognitivas necessárias ao seu processamento favorecem o desenvolvimento da memória, e na melhoria da comunicação de pessoas com doenças crônicas. Esses efeitos são visíveis no curto prazo, não sendo claros se duram mais tempo. Além disso, um aspecto interessante é o fato de que é a emoção induzida pela música, e não a própria música, que favorece a recuperação (Silva & Zille, 2020).

No campo da psicologia musical, tentativas têm sido feitas para dar resposta a a questão de quais elementos musicais são aqueles que induzem a emoção na pessoa. Um dos autores que mais se destacou nesse campo foi Meyer, que em seu livro *Emotion and Meaning in Music* expressou a dificuldade de saber exatamente qual é o estímulo musical que causa emoção no ouvinte. Mais recentemente, e seguindo a linha de Meyer, Juslin (2018) argumenta que a resposta emocional deve ser produzida pelos elementos constantes que ocorrem dentro da obra, como o tempo, a dinâmica, assim como os modos de ataque. Na teoria dos afetos do período barroco, a maioria dos autores concorda com uma visão formalista da expressão musical em que tanto o compositor quanto o performer recorrem a certos elementos musicais para produzir no ouvinte a emoção que desejam.

2.2 Função da música na sociedade

As funções da música na sociedade estão diretamente relacionadas com a capacidade da música de induzir emoções, sendo a música utilizada em diferentes contextos ao longo do

dia. Seu uso pode ser individual - quando cada pessoa escuta um tipo de música para si - ou coletiva, quando um tipo de música é selecionado para induzir um comportamento específico em um grupo de pessoas. Um exemplo deste último caso são os shopping centers, onde música rápida e alta costuma ser usada para acelerar as compras do cliente, ou música lenta e agradável para incentivar uma estadia mais longa em um local e despertar um maior consumo (Schambeck, Figueiredo, & Beineke, 2019).

Outra das funções da música é o seu potencial para ajudar no desenvolvimento da humanidade, dada a sua capacidade de permitir ao ser humano expressar as suas emoções, bem como encontrar a sua identidade e melhorar as relações sociais. O sentimento de pertencimento e coesão social estimula membros de um mesmo grupo a desenvolverem sua própria identidade, o que leva a um maior bem-estar (Silva & Zille, 2020).

Outras funções sociais da música, e que incluem experiências nas quais a música é compartilhada passivamente (ouvinte) ou ativamente (intérprete) são: a) empatia, devido ao fato de que diferentes estados emocionais tendem a ser homogeneizados dentro o grupo; b) comunicação, já que é mais fácil se expressar através da música; ou c) cooperação, especialmente se a música for executada em grupo, já que todos têm que trabalhar juntos para atingir um objetivo comum. A relação estabelecida entre o estímulo musical e a resposta emocional não é fácil de analisar. Especificar a natureza do estímulo musical que elicia respostas emocionais é complexo; assim é o mecanismo para medir a emoção induzida na pessoa. Isso depende de fatores como genéticos, socioculturais, históricos, educacionais, pessoais e situacionais. Esses fatores fazem com que o comportamento ou resposta psicológica a um mesmo estímulo musical seja diferente.

Outro potencial da música inclui o despertar de emoções dolorosas que foram reprimidas em algum momento e retidas no inconsciente, tornando-as conscientes e permitindo sua cura por meio de sua expressão. Sobre essa questão, Goleman (2016, p. 323) afirma que “a expressão artística pode abrir caminho para que as crianças falem sobre os momentos terríveis vividos de uma forma que seria impossível por outros meios”. De acordo com a literatura revisada nesta seção, a música afeta diretamente as emoções e, conseqüentemente, o nosso comportamento. Esta característica o torna uma ferramenta fundamental para o conhecimento e regulação emocional. Música e neurociência Esta seção aborda a predisposição biológica do indivíduo para a música e como ela afeta a estrutura e as funções do cérebro dos músicos. Predisposição natural do ser humano para a música. são estudos que, embora não sejam conclusivos, sugerem que o indivíduo tem uma predisposição biológica para a música.

2.3. Efeitos da prática instrumental no cérebro

O cérebro humano poderia ter evoluído para se adaptar ao fenômeno musical por ser uma ferramenta eficaz para promover a coesão do grupo. O aprendizado da música começa no útero da mãe e continua informalmente após o nascimento. A comunicação entre o recém-nascido e sua mãe ocorre a partir da entonação na linguagem, estabelecendo-se assim a comunicação emocional. Por outro lado, como o bebê está acostumado a ouvir sons no útero, a música pode torná-lo mais confortável após o nascimento. Estudos afirmam que há estudos que mostram que bebês prematuros que precisam ficar em incubadoras têm mais resistência e menos complicações de saúde se ouvem música. Embora até agora tenhamos nos referido tanto a ouvintes quanto a intérpretes. Em relação à influência da música sobre a pessoa, ao

longo desta seção trataremos exclusivamente dos intérpretes, visto que é seu cérebro que apresenta as maiores diferenças em relação àqueles que não praticam um instrumento musical. O cérebro é dividido em duas partes iguais, que conhecemos como hemisférios. Eles são cruzados em relação às partes do corpo, ou seja, o hemisfério direito rege a parte esquerda do corpo e vice-versa. Cada um deles cumpre diferentes funções biológicas (Silva & Zille, 2020).

Quando participa ativamente da interpretação de um instrumento, tanto a parte do cérebro correspondente à execução instrumental, quanto a correspondente à emocionalidade e expressividade, são acionadas, de modo que podemos dizer que tocar um instrumento requer uma atividade holística do cérebro. Devido a essa maior interação dos dois hemisférios, o cérebro dos músicos apresenta uma maior velocidade de transferência inter-hemisférica. Tocar um instrumento de forma regular terá consequências na estrutura do cérebro e, conseqüentemente, em nosso comportamento e habilidades. Essa afirmação se baseia no fato de que a estrutura do cérebro - que se refere à arquitetura do cérebro - e as funções do cérebro - que determinam a maneira como o cérebro processa informações, envia mensagens e funciona de acordo com a estrutura do cérebro - estão intimamente relacionadas, que ao alterar a estrutura do cérebro, a forma como as mensagens são enviadas também muda e vice-versa (Penna, 2018).

A prática musical requer longos períodos de concentração, perseverança, memorização de longas passagens, aprendizagem de diferentes estruturas musicais, bem como a desenvolvimento da técnica e aprendizagem das convenções de expressão para transmitir diferentes emoções numa obra musical. Todas essas características têm reflexos positivos na cognição, principalmente na infância, que é quando o cérebro está se desenvolvendo (Mateiro & Illari 2016).

Estudos mostram que o treinamento musical torna o aprendizado de novas informações mais fácil e eficaz. Assim existe uma relação entre os alunos que frequentam aulas formais de música e o alto desempenho acadêmico. Além disso, há estudos que encontraram associação positiva entre o estudo de um instrumento e a memória verbal, habilidade espacial, leitura, atenção seletiva e matemática. A prática musical potencializa a função cognitiva e, conseqüentemente, produz um pequeno aumento no QI e maior desempenho acadêmico, por outro lado, estudos destacam que justamente aquelas crianças que frequentam regularmente as aulas de música costumam ter um QI alto. Este aspecto, como a maioria das consequências da prática musical, é potencializado se os estudos musicais começarem em uma idade precoce. Em resumo, no nível neurocientífico, há um efeito geral positivo no cérebro como resultado da prática de um instrumento musical. Habitualmente, são apontados diversos benefícios, principalmente no campo cognitivo (Araújo, 2019).

Considerações finais

Podemos compreender que a arte musical é extremamente colaborativa para a integração e promoção do bem-estar social. O ato de cantar e/ou tocar um instrumento exige uma audição compenetrada que certamente aguçará a sensibilidade aos estímulos sonoros favorecendo a expansão da memória e atenção. Música é uma arte que faz bem a todos, ouvintes e performers, talentosos e não talentosos. O estudo musical é para todos indistintamente e

poderá inclusive despertar um talento que encontrou seu momento oportuno para se manifestar. É uma oportunidade para futuros músicos profissionais ou amadores não obstante para cidadãos que provavelmente terão um prazer diferenciado para desfrutar das sensações que somente a arte musical tem o poder de suscitar ao ser humano.

Como resultado o ensino musical pode melhorar significativamente, se inserido no currículo, conteúdos próprios ao desenvolvimento de competências, podendo estes conteúdos ser leccionados de forma transversal em cada uma das disciplinas que compõem o currículo da educação musical.

O conteúdo da música pode, por sua vez, servir como uma ferramenta para trabalhar certos aspectos emocionais. Essa modalidade de educação integral pode favorecer a formação de bons profissionais, estimular o gosto pela prática musical e capacitar as pessoas para uma atuação com maior competência nas atividades cotidianas.

Isso implica um repensar necessário do currículo e requer uma formação essencial dos professores nesta área do conhecimento. Todos esses aspectos requerem uma investigação mais aprofundada para possibilitar a especificação temática no campo de estudo. As conexões estabelecidas neste estudo entre a música e as competências emocionais baseiam-se fundamentalmente nos efeitos que a música produz na cognição emocional e no comportamento do indivíduo.

Este fato, decorrente da já citada escassa literatura científica na área de estudo, faz com que essas relações não possam ser consideradas conclusivas. Ao mesmo tempo, hoje em dia não existe uma ferramenta confiável para medir a resposta emocional, e mesmo os resultados dos estudos experimentais realizados não são totalmente conclusivos. No entanto, esta revisão se propõe a servir de estímulo para, por um lado, reforçar a relação existente entre a música e as competências emocionais e, por outro, estimular os professores de música a conhecer, refletir e colocar em prática propostas tendentes à inclusão de competências emocionais na educação musical

Referências

- Araújo, R.C. (2019). *Educação musical : criatividade e motivação*. Curitiba: Appris.
- Bueno, J. M. H., & Primo, R. (2003). Inteligência emocional: um estudo de validade sobre a capacidade de perceber emoções. *Psicol. Reflex. Crit.* 16(2), 279-291. doi: 10.1590/S0102-79722003000200008
- Gardner, H. (1983). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- Goleman, D. (2016). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D. (2017). *A prática da Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Goleman, D., Boyatzis, R. & Mckee, A. (2018). *El líder resonante crea más*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Juslin, P. N. (2018). *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*. Oxford: Oxford University Press. doi: 10.1093/acprof:oso/9780199230143.001.0001

- Mateiro, T., & Ilari, B. (2016). *Pedagogias Brasileiras em Educação Musical*. Curitiba: Intersaberes.
- Mayer, J. D. & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Orgs.), *Emotional development and emotional intelligence: Implications for Educators* (pp. 3-31). New York: Basic Books
- Penna, M. (2018). *Música(s) e seu Ensino*. Porto Alegre: Sulina.
- Silva, H. L., & Zille, J. A. N. (2020). *Música e Educação*. Belo Horizonte: EdUEMG.
- Schambeck, R.F., Figueiredo, S. L. F., & Beineke, V. (2019). *Processos e práticas em educação musical: formação e pesquisa*. Belo Horizonte: FinoTraço.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Saarni, C. (1997). Emotional competence and self regulation in childhood. In P. Salovey & D. J. Sluyter, (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 35–66). New York: Basic Books.