

# Estudo sobre os efeitos emocionais da música em estudantes de instrumentos musicais na cidade de Joinville-SC

Ana Carolina da Cunha <sup>1</sup>

Clarice Steil Siewert <sup>2</sup>

**Resumo:** O presente artigo tem por objetivo abordar os efeitos emocionais que estudar música gera nos alunos, além de compreender o motivo das pessoas buscarem aprender um instrumento e o que isso pode agregar na vida delas. Para compreender melhor essas questões foi realizada uma pesquisa de campo, aplicada via google forms em estudantes de instrumentos musicais na cidade de Joinville-SC. Com essa pesquisa foi possível concluir que se envolver diretamente com a música através do tocar um instrumento traz resultados benéficos, tanto na área emocional como social do estudante. Foi possível também observar uma relevante relação entre o estudo de um instrumento musical e a religião.

**Palavras-chave:** Psicologia, Música, Emoções

**Abstract:** This article aims to address the emotional effects that studying music generates in students, in addition to understanding why people seek to learn an instrument and what this can add to their lives. To better understand these issues, a field research was carried out, applied via google forms to students of musical instruments in the city of Joinville-SC. With this research, it was possible to conclude that being directly involved with music through playing an instrument brings beneficial results, both in the emotional and social areas of the student. It was also possible to observe a relevant relationship between the study of a musical instrument and religion

**Keywords:** Psychology, Music, Emotions

<sup>1</sup> Estudante da quinta série do Curso de Psicologia da Universidade Sociedade Educacional De Santa Catarina -Unisociesc

<sup>2</sup> Professora Orientadora. Psicóloga, Mestre em Teatro e Professora do Curso de Psicologia da Universidade Sociedade Educacional De Santa Catarina -Unisociesc

## INTRODUÇÃO

A música está presente na vida do ser humano desde a época das cavernas, quando os homens pré-históricos observavam os sons da natureza e procuravam reproduzi-los. Alencar (2019) nos traz que a música é uma junção de sons que se entrelaçam com pequenos intervalos de silêncio e que vão se organizando com o tempo. Sendo assim, somos cercados por música o tempo todo, sendo parte integrante de nossas vidas.

Os efeitos que a música pode gerar nos seres humanos é algo profundo e dificilmente conseguiremos desvendar a olho nu, pois ela vai onde não conseguimos ver claramente, o que sabemos é que ela transforma, age nos mais profundo dos sentimentos. Vigotski (1998, p. 320) nos faz pensar quando traz:

A música, por si mesma e de forma imediata, está mais isolada do nosso comportamento cotidiano, não nos leva diretamente a nada, mas cria tão somente uma necessidade imensa e vaga de agir, abre caminho e dá livre acesso a forças que mais profundamente subjazem em nós, age como terremoto, desnudando novas camadas (VIGOTSKI, 1998, p. 320).

Toda arte em si nos transforma, e é essa transformação que nos consente compreender e gozar dela, “A natureza da arte implica em transformação dos sentimentos; ela representa elementos extraídos das vivências humanas que, ao serem utilizados, são transformados em um elemento novo e diferente” (FARIA, DIAS, CAMARGO 2019, P 158). Ainda para Vigotski (1998) a música, em sua melodia ou letra, consegue transmitir as vivências e sentimentos do autor, para que ele mesmo ou o ouvinte dela possa agir, transformando o seu redor, aquilo que se vê, o que se pode mudar, fazer diferente. “A verdadeira natureza da arte sempre implica algo que transforma, que supera o sentimento comum” (VIGOTSKI, 1998, p. 307).

A escolha da temática desta pesquisa se deu por experiência pessoal da autora, que durante toda sua vida até o momento esteve em proximidade com a música, seja quando estudou em escolas de música, quando teve a oportunidade de ministrar aulas ou quando esteve tocando seus instrumentos em uma banda no ambiente religioso. Nesses espaços, a autora pode acompanhar de perto o poder que a música pode ter sobre os estudantes de música, observava que quando ela e seus alunos tocavam se sentiam mais felizes, onde suas angústias eram amenizadas; a partir disso decidiu o tema desta pesquisa.

Na busca de estudos sobre a temática proposta, foi encontrado pouquíssimo material que discorre sobre os efeitos emocionais da música, quando se estuda e toca um instrumento. A grande maioria dos estudos são concentrados nos efeitos emocionais de quando se ouve. Dessa forma, esta pesquisa ganha relevância para investigar quais os efeitos emocionais que a música pode gerar em estudantes de instrumentos musicais.

## **METODOLOGIA**

Foi realizada uma pesquisa de campo de cunho qualitativo, cuja escolha metodológica foi baseada na premissa de que essa abordagem trabalha com questões pertinentes e de interesse de investigação da presente pesquisa. Dessa forma, serão utilizados: a análise das emoções e sentimentos gerados pelo estudo da música, sobre o que os estudantes pensam a respeito desses efeitos gerados por esses aprendizados, além de trabalhar com uma investigação um pouco mais descritiva, conforme Silva traz em seu artigo:

A abordagem qualitativa trabalha com valores, crenças, representações, hábitos e atitudes e opiniões. Ela aprofunda a complexidade de fenômenos, fatos e processos; passa pelo observável e vai além dele ao estabelecer interferências e atribuir significados ao comportamento. (SILVA,2010, p. 6)

Esta pesquisa, antes de ser aplicada nos alunos, foi submetida ao comitê de ética em pesquisa, por via da Plataforma Brasil, que tem por objetivo acompanhar e avaliar as perspectivas de estudos com seres humanos. Após aprovação do projeto, a pesquisa se deu da seguinte forma: criação de um formulário online, realizado através da plataforma Google Forms, com 15 questões abertas e fechadas, as quais o estudante poderia responder apenas às que se identificava. Antes do início do preenchimento do questionário foi aplicado o termo de consentimento livre e esclarecido TCLE, que tem por objetivo expor aos participantes os pré-requisitos para participar da pesquisa, esclarecendo ainda que seus direitos serão respeitados, além de apresentar os possíveis riscos ao participar desse projeto.

O pré-requisito para participar era ser estudante de um instrumento musical de qualquer nível de aprendizado, e ter idade superior a 18 anos. Todas as informações descritas até o

momento foram repassadas às escolas de música selecionadas, dentro da cidade de Joinville-sc, que tiveram o papel de repassar as informações e encaminhar o link do formulário aos alunos e professores que estiveram dentro do perfil proposto. Recebemos um total de 12 respostas. Mesmo com as devidas explicações de que não seriam aceitas respostas de menores de idade, recebemos uma, essa resposta não foi considerada na análise de dados.

A análise de dados aconteceu em alguns passos sendo eles: a leitura profunda de todos os questionários sem empregar nenhum juízo de valor, nem fazendo nenhuma interpretação prévia sobre eles; separação dos resultados obtidos em grupos que tenham algo que seja em comum em seu conteúdo geral; criação de grupo de respostas por temas, categorizando-as em planilhas, com quadros de resultados que se encaixem a esse tema e quadros com as que se desencontram. Por último foi realizada uma análise das respostas encontradas dentro destes formulários, com base nas teorias já existentes e verificando o que se confirma e o que já se tem de estudo sobre e o que é novo dentro da temática, contribuindo dessa forma com os estudos já existentes da área .

## **BEM-ESTAR EMOCIONAL E A MÚSICA**

Antes de começar a falar de bem estar e música, se faz necessário uma breve explicação sobre o que é bem estar emocional ou subjetivo. Segundo Giacomoni (2004), O bem-estar subjetivo é área da psicologia que tem o objetivo de avaliar a vida e todas as etapas que estão envoltas nesse processo, ou seja o campo de pesquisa que busca compreender o que gera felicidade, alegria, satisfação de vida nas pessoas.

Uma das hipóteses do presente trabalho foi de que os estudantes de música se sentiam bem emocionalmente, apresentando emoções como a alegria e felicidade ao tocar e estudar um instrumento musical. Na pesquisa de campo efetuada, foram aplicadas algumas questões que geraram respostas que confirmam a hipótese inicial, conforme podemos ver na tabela 1 a seguir:

### **TABELA 1 - BEM-ESTAR**

9-Como você se sente ao tocar espontaneamente seu instrumento em casa?  
(Emocional e fisicamente)

10-Como você se sente ao estudar seu instrumento em casa? (Emocional e fisicamente)

15-O que a música representa para você?

---

Relaxado e tranquilo	Relaxado e tranquilo	Paz e tranquilidade
Feliz	Alegre	Alegria
É um momento de se desligar das preocupações	Idem resposta anterior.	Um momento onde há oportunidade de expressar, alegrias emoção e lembranças passadas.
Relaxa, feliz, importante	Estudar teoria às vezes é cansativo mas é recompensador	Minha extensão, minha expressão!
Relaxado	Bem	Faz parte da minha vida.
Feliz	Tranquilo	Momentos de prazer
ótimo	Feliz	Expressão de Deus
Bem	ótimo	alegria, prazer, fazer parte de uma tribo
Hoje a música faz parte da minha vida, uso ela em todos os momentos para melhorar o humor, para esquecer de uma dor (física ou mental) para expressar sentimentos...	-	Uma linguagem da alma, um diálogo da alma com o exterior, um diálogo da alma com as pessoas e com Deus

<p>Quando estou melancólico gosto de tocar, quando estou feliz também gosto de tocar. As músicas refletem o meu estado emocional.</p>	<p>Paz</p>	<p>Paz em espírito</p>
<p>A pessoa mais feliz do mundo neste momento esqueço de tudo</p>		<p>Minha vida</p>

**Fonte: Elaboração própria**

Ao estudar sobre os efeitos emocionais da música, uma das primeiras coisas que aparece é a relação dela com a liberação dos hormônios responsáveis pela felicidade. O sistema límbico é composto de várias estruturas localizadas no cérebro humano, responsáveis por respostas emocionais a diversas situações, obtidas através da liberação de alguns hormônios, como a dopamina e a serotonina, que, quando estimuladas pela música, por exemplo, a informação é liberada nas sinapses neurais gerando sentimentos e emoções como a felicidade. De acordo com A. Leonardo (2017, p. 37):

A dopamina, a serotonina, a oxitocina, e a endorfina estimuladas pela música, através dos neurotransmissores, proporcionam felicidade. Sentirmo-nos bem tem impacto significativo sobre a motivação, a produtividade e o bem-estar. A dopamina motiva-nos a agir em direção a metas, desejos e necessidades, enquanto que baixos níveis de dopamina estão ligados à falta de entusiasmo e auto confiança. A serotonina flui quando a pessoa se sente amada ou estimada. A solidão e a depressão aparecem quando a serotonina está ausente. (LEONARDO, 2017, p. 37)

Dessa forma, quando os alunos relatam sobre o bem-estar emocional que sentem ao tocar um instrumento, podemos identificar que há uma base biológica nesse processo. De acordo com Marques e Fontes (2018 apud STORR, 1992 p.14 ) traz que “A música pode confortar quando se está triste, sublimar os tempos mais felizes, e dar um sentido de unidade; a música é usada para modificar o humor, ampliar sentimentos atuais, libertar a tensão.”

A música tem esse poder de expor o que se está sentindo, seja felicidade, alegria, euforia, tristeza; podendo refletir dessa forma o estado emocional daquele que toca. Uma das respostas recebidas confirma isso quando relata que: “Quando estou melancólico gosto de tocar, quando estou feliz também gosto de tocar. As músicas refletem o meu estado emocional.”

Marques (2017, p.5), coloca que “Concretamente constata-se que um maior compromisso com a música, um maior efeito psicoativo positivo e, ainda, uma maior reação comportamental à música se associam também a maiores níveis de bem-estar”. Seguindo o que Marques (2017) nos traz na citação acima, Dessa forma podemos entender que os músicos\estudantes de música tem um contato direto com a música, experienciando assim um maior envolvimento com ela em seu dia a dia, seja quando tocam, estudam e ou escutam, dessa forma tendo uma maior reação comportamental a ela, gerando dessa forma um maior nível de bem estar emocional.

## **SOCIALIZAÇÃO**

Quando analisamos os dados obtidos com a pesquisa de campo, foi observado que nas questões 13, 14 e 15 (conforme tabela 2) foram obtidas respostas a respeito de tocar ou não em grupo, onde tocam e como se sentem quando tocam com mais pessoas como uma banda. A maioria dos entrevistados tocam para além da escola de música, com bandas e em diversos lugares, como igrejas, com amigos, bares e em cerimônias de casamento, e trazem respostas como essa: “Sim, com mais pessoas do Ministério, acolhido e seguro”. Essa pessoa toca em grupo e em um ambiente religioso, onde diz se sentir acolhida e segura. Além dessa resposta, objetivamos outras que dizem se sentir bem quando tocam em grupo: “Sim. Fui acompanhada. Me senti bem”; “Sim, em mais pessoas, me senti bem (...)”; “Sim. No começo nervosa, mas depois realizada querendo mais”; “Sim. Fui acompanhada. Me senti bem”. As demais respostas apresentadas na tabela 2 nos mostram a importância da conexão social para o desenvolvimento do bem-estar. Conforme Weinberg e Joseph (2017):

Dada a importância das conexões sociais para o bem-estar subjetivo, pode-se esperar que os benefícios da música para o bem-estar subjetivo sejam limitados àqueles que tenham um engajamento com a música como um meio de facilitação social. (Weinberg e Joseph 2017, p.3)

Entendemos então que tocar com mais pessoas gera bem-estar. Sabe-se que é inato ao ser humano buscar pessoas que tem gosto similares para juntas formarem um grupo de convivência. Uma das respostas obtidas nos traz o sentimento de alegria por fazer parte de algo, conforme segue” alegria, prazer, fazer parte de uma tribo”. A música pode auxiliar no sentimento de pertencimento a algo, entrando como um facilitador social, conforme nos trouxe Weinberg e Joseph (2017), quando em grupos as pessoas se juntam para tocar, cantar e se divertir, gerando união no grupo, e nutrindo um sentimento de segurança em ter pessoas que pode confiar quando preciso for.

**TABELA 2 – SOCIALIZAÇÃO**

13-Você já se apresentou em público? Se sim, foi sozinho(a) ou com mais pessoas? Como se sentiu? (Emocional e fisicamente)	14-Se sua resposta para a pergunta acima foi sim, para quem você costuma se apresentar? (Aqui pode ser qualquer público, família, amigos...)	15-O que a música representa para você?
Sim com mais pessoas do Ministério, acolhido e seguro	Comunidade das paróquias que tocamos	Paz e tranquilidade
Sim, em mais pessoas, me senti bem só tenso	Igreja	Alegria
Não	-	Um momento onde há oportunidade de expressar, alegrias emoção e lembranças passadas.

Sim. No começo nervosa mas depois realizada querendo mais. Ainda saio tensionada quando canto, às vezes com dor de cabeça.	Cerimônia de casamento, barzinho, restaurante, igreja	Minha extensão, minha expressão!
Sim, feliz.	Canto na Igreja	Faz parte da minha vida.
Ainda não	Não	Momentos de prazer
Sim. Fui acompanhada. Me senti bem	Igreja	Expressão de Deus
Sim. Banda.. Ótimo	amigos	alegria, prazer, fazer parte de uma tribo

**Fonte: Elaboração Própria**

## **MÚSICA E RELIGIÃO**

Como apresentado na tabela 3, outro resultado encontrado na pesquisa foi a ligação da música e religião. A questão 14 do questionário se referia a que ambiente os estudantes tocam seus instrumentos, caso toquem em grupo. De 11 respostas, 7 responderam que tocam na igreja. Com isso podemos nos indagar o que leva o estudante de música a querer tocar seu instrumento em um ambiente religioso? Buscando respostas, Rocha (2018) aponta o seguinte:

A música tem sido uma parte importante do culto na maioria das igrejas evangélicas, por isso inúmeros músicos são formados nesse contexto. Justamente por esse processo de formação, oportuniza às pessoas o desenvolvimento de habilidade musical e até mesmo a possibilidade de aprender um instrumento ou cantar. (ROCHA,2018, p. 18)

A citação acima nos traz que a música é uma importante parte de um culto, com isso muitas pessoas se interessam em fazer parte desse grupo de pessoas que estão liderando uma importante parte do ritual que elas acreditam, mas existem outros fatores que trazem interesse ao aprendiz de música para tocar nesse ambiente. Costa (2008, p. 25) nos traz que:

As igrejas evangélicas constituem lugares de ambiente e exposição musical contínuos. Um componente de um ministério de louvor adquire conhecimento e os coloca em prática quase que de maneira simultânea através de ensaios e da execução no culto, visto que tradicionalmente as igrejas evangélicas têm encontros semanais regulares e em todos eles a música é prática quase que obrigatória. (COSTA, 2008 p. 25 )

Como o autor trouxe, os músicos que tocam em igreja praticam semanalmente, seja nos cultos ou nos ensaios, facilitando assim o aprendizado, fazendo assim com que o que o estudante aprende com seu professor é reforçado não somente nos seus estudos na escola e em casa, mas também na igreja, aumentando assim seu conhecimento e sua prática no instrumento escolhido. Costa (2008) nos apresenta um outro fator que pode influenciar a escolha do aprendiz de música a tocar em igrejas:

A facilidade de acesso aos instrumentos é outro fator de grande estímulo aos que ingressam na música da igreja. A própria igreja é que adquire os instrumentos em uma sociedade onde os alunos de música têm dificuldade de comprar seus instrumentos devido ao alto preço. Com isso o estudante tem oportunidade de colocar imediatamente em prática o que ele aprende utilizando já o instrumento necessário. (COSTA 2008, P 25)

A realidade é que nem todo estudante de música tem condições financeiras para adquirir um instrumento para si, mesmo assim escolhe fazer aulas, com isso ele pode procurar tocar na igreja. Como Costa (2008) nos apresentou na citação acima, muitas igrejas contam com instrumentos próprios, e que podem ser utilizados para os músicos que se propuserem a tocar nos cultos ensaiarem com eles, facilitando assim o aprendizado do mesmo.

Segundo Martinof (2010, p. 68) “As igrejas protestantes, em função da valorização da música em seus cultos, enfatizam a educação musical, ainda que informalmente”. As próprias igrejas incentivam seus fiéis a buscarem uma educação musical formal para melhor desempenho nos cultos, porém, muitas vezes os próprios músicos que já tocam a mais tempo ensinam aqueles que estão começando sem custo algum. Conforme Gerson Veras, Jessyca Diniz Medeiros, Márcio Mattos 2011, P.2 ( Apud Costa 2008) “A formação básica musical como a prática de leitura musical e o desenvolvimento positivo no instrumento é o suficiente para que o aluno passe a assumir a função de instrutor/professor.” O músico que vai ensinar o novo músico não precisa ter um conhecimento avançado no instrumento para que ensine este, basta que tenha uma boa desenvoltura e consiga passar de forma clara o que sabe para o futuro membro da equipe. O auxílio dos músicos mais experientes não acontece só quando o aprendiz não tem nenhum conhecimento sobre o instrumento, mas também quando este está realizando aulas em escolas, e esse auxílio pode ocorrer pois o professor do aprendiz não está no momento em que este vai estar tocando na banda, e não consegue tirar as possíveis dúvidas domomento. Já o músico experiente consegue desempenhar esse papel de ajuda nessas situações.

**TABELA 3 - MÚSICA E RELIGIÃO**

<p>13-Você já se apresentou em público? Se sim, foi sozinho(a) ou com mais pessoas? Como se sentiu? (Emocional e fisicamente)</p>	<p>14-Se sua resposta para a pergunta acima foi sim, para quem você costuma se apresentar? (Aqui pode ser qualquer público, família, amigos...)</p>
<p>Sim com mais pessoas do Ministério, acolhido e seguro</p>	<p>Comunidade das paróquias que tocamos</p>
<p>Sim, em mais pessoas, me senti bem só tenso</p>	<p>Igreja</p>

Não	-
Sim. No começo nervosa mas depois realizada querendo mais. Ainda saio tensionada quando canto, às vezes com dor de cabeça.	Cerimônia de casamento, barzinho, restaurante, igreja
Sim, feliz.	Canto na Igreja
Ainda não	Não
Sim. Fui acompanhada. Me senti bem	Igreja
Sim. Banda.. Ótimo	amigos
Toco em cultos religiosos ou para meu próprio lazer em casa	Cultos religiosos
Sim	Igreja
Sim muitas vezes é algo sem explicação um turbilhão de sentimentos que aflora	Hoje na igreja

**Fonte: Elaboração Própria**

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta deste artigo foi apresentar os resultados da pesquisa de campo realizada com os estudantes de música, além de discutir esses resultados. Pode-se através desta confirmar a hipótese deste artigo, de que as pessoas se sentem emocionalmente bem quando estudam um instrumento. Também foi possível observar e confirmar o que Weinberg e Joseph (2017) nos trazem, que a música pode ser um facilitador social, quando recebemos respostas que relatam que tocar em grupo gera felicidade e alegria.

Um último resultado apresentado foi a relação da música com a religião. Boa parte dos resultados mostram que esses estudantes tocam em ambiente religioso, indicando que a música é uma importante parte das cerimônias religiosas. No decorrer desta pesquisa foi apresentado ainda que muitos estudantes de música buscam esse espaço por vários motivos, como por exemplo, para estar próximo de pessoas que possam auxiliá-los no aprendizado musical, para ter a prática de banda, e até mesmo para poder estudar com os instrumentos da igreja quando não tem o seu próprio.

Recomenda-se a continuação dessa pesquisa, enfocando nesse interesse das pessoas que são religiosas buscarem conhecimento formal de música e um maior aprofundamento do porquê utilizar o espaço religioso para o desenvolvimento dessa arte.

Todos os resultados encontrados vão de certa forma com o que Vygotsky (1998) nos traz, que a arte, e aqui nesse caso a música, vai para além do que é comum. Ela tem o poder transformar algo em algo novo, em arte propriamente dita, ela pega aquilo que é simples, corriqueiro e faz dela algo grande. Uma simples nota entoada pode gerar milhões de sentimentos, de coisas novas, que poderão fazer a diferença na vida de alguém, ou até mesmo na própria vida gerando um novo ciclo de transformações.

*“A verdadeira natureza da arte sempre implica algo que transforma, que supera o sentimento comum” (VIGOTSKI, 1998, p. 307).*

## REFERÊNCIAS

- ALENCAR, Valéria Peixoto de. Música - origem: Sons e instrumentos. Disponível em: . Acesso em 05 out. 2021
- COSTA, Henrique Gonçalves da. Características do Aprendizado Musical E Função Dos Ministérios De Louvor Nas Igrejas Evangélicas BRASILEIRAS. 2008. 43 f. TCC (Graduação) - Curso de Licenciatura em Música, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro Centro de Letras e Artes Instituto Villa-Lobos A, Rio de Janeiro, 2008. Disponível em: <http://www.domain.adm.br/dem/licenciatura/monografia/henriquecosta.pdf>. Acesso em: 18 set. 2021.
- FARIA, Paula Maria Ferreira de; DIAS, Maria Sara de Lima; CAMARGO, Denise de. Arte e catarse para Vigotski em Psicologia da Arte. Arq. bras. psicol., Rio de Janeiro , v. 71, n. 3, p. 152-165, dez. 2019 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-52672019000300012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672019000300012&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 07 out. 2021. <http://dx.doi.org/10.36482/1809-5267.ARBP2019v71i3p.152-165>.
- GIACOMONI, Claudia Hofheinz. Bem-estar subjetivo: em busca da qualidade de vida. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto , v. 12, n. 1, p. 43-50, jun. 2004 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2004000100005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2004000100005&lng=pt&nrm=iso)>. acessos em 06 dez. 2021.
- LEONARDO, Ana Maria Manito. O Ensino da Música e o Despertar de Emoções. 2017. Dissertação (Mestrado em Ensino de Educação Musical no Ensino Básico) - ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO CORPORATIVA, Coimbra , 2017. Disponível em: [http://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/18629/1/ANA\\_LEONARDO.pdf](http://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/18629/1/ANA_LEONARDO.pdf). Acesso em: 13 mai. 2021
- MARQUES, A.; FONTE, C. Experiência com a música, bem-estar e saúde mental: que relações?. Revista Música, [S. l.], v. 18, n. 2, p. 30-45, 2018. DOI: 10.11606/rm.v18i2.147267. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/revistamusica/article/view/147267>. Acesso em: 11 set. 2021.
- MARQUES, Paula Alexandra Ramalho. A influência da música na saúde mental e bem-estar: um estudo exploratório. 2017. 91 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, Universidade Fernando Pessoa Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Porto, 2017.
- MARTINOFF, Eliane Hilário da Silva. A música evangélica na atualidade: algumas reflexões sobre a relação entre religião, mídia e sociedade. Revista da ABEM, Porto Alegre, V. 23, 67-74, mar. 2010. Link de acesso: <http://www.abemeducacaomusical.com.br/revistas/revistaabem/index.php/revistaabem/article/view/217/149> ACESSO EM 18 set. 2021
- ROCHA, Luiz Renato da Silva. Entre o secular e o cristão: Discutindo a formação do músico evangélico. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 04, Ed. 11, Vol. 04, pp. 136-158. Novembro de 2019. ISSN: 2448-0959, Link de acesso: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/sem-categoria/musicoevangelico> . ACESSO EM 18 set. 2021

SILVA, Gisele Cristina Resende Fernandes da. O método científico na psicologia: abordagem qualitativa e quantitativa. abordagem qualitativa e quantitativa. 2010. Disponível em: [https://www.psicologia.pt/artigos/ver\\_artigo.php?codigo=A0539](https://www.psicologia.pt/artigos/ver_artigo.php?codigo=A0539). Acesso em: 03 mar. 2021

VIGOTSKI, Lev S. Psicologia da arte. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

WEINBERG, Melissa K.; JOSEPH, Dawn. If you're happy and you know it: music engagement and subjective wellbeing. *Psychology Of Music*, [S.L.], v. 45, n. 2, p. 257-267, 29 jul. 2016. SAGE Publications. <http://dx.doi.org/10.1177/0305735616659552>. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0305735616659552>. Acesso em: 11 set. 2021.

## APÊNDICE

**TABELA 4 - RESULTADOS DA PESQUISA DE CAMPO ELABORADA**

1-Data de nascimento	2- Qual seu sexo?	3-Que instrumento(s) estuda?	4-Há quanto tempo estuda esse(s) instrumento(s)?	5-O que motivou você a estudar um instrumento musical?
03/05/1988	Masculino	Violão	...	-
10/03/1990	Masculino	Contra baixo	...	Melhorar meu ritmo e tempo

28/08/1970	Feminino	Violão	...	Acho muito lindo ouvir, por isso quero aprender.
04/04/1986	Feminino	Canto, violao	...	Família de músico, cresci vendo meu pai e meu irmão tocarem. A música sempre foi sinônimo de confraternização, família, festa.
22/07/1974	Feminino	Voz	8 meses	Necessidade e vontade de aprender
02/10/1986	Masculino	Violão	2 meses	Lazer
14/06/1973	Feminino	Canto	2 anos	Paixão pela música
30/06/1973	Masculino	baixo e violão	4 meses	satisfação pessoal
-	Masculino	Violão, teclado, acordeon	Muitos anos	Influências desde a infância
-	Masculino	Violão	4 meses	Tocar na igreja

06/06/1978	Masculino	Cordas	20 anos	Nasci com esse dom maravilhoso aprendi sozinho mais era uma criança muito hiperativo sem concentração sem foco e foi por meio do estudo da música que as coisas começaram a mudar literalmente pois a música melhora a comunicação, cria vínculos, emociona, acalma, estimula, ajuda a sincronizar trabalho e atividades de lazer entre outros
------------	-----------	--------	---------	--

Fonte: Elaboração própria

**TABELA 5 - RESULTADOS DA PESQUISA DE CAMPO ELABORADA**

6-Que período do dia estuda o instrumento na escola?	7-Estuda seu instrumento em casa? Se sim, com que frequência?	8-Se estuda em casa, quanto tempo dedica para o estudo, conforme a indicação acima?	9-Como você se sente ao tocar espontaneamente seu instrumento em casa? (Emocional e fisicamente)	10-Como você se sente ao estudar seu instrumento em casa? (Emocional e fisicamente)
Noite	Três dias por semana	30 minutos	Relaxado e tranquilo	Relaxado e tranquilo

Tarde	Três dias por semana	1 hora	Feliz	Alegre
Noite	Dois dias por semana	15 minutos	É um momento de se desligar das preocupações	Idem resposta anterior.
Tarde	Três dias por semana	15 minutos	Relaxa, feliz, importante	Estudar teoria as vezes é cansativo mas é recompensador
Manhã	Não estudo em Casa	Não tenho me dedicado	-	Bem
Tarde	Um dia por semana	30 minutos	Relaxado	Tranquilo
Tarde	Todos os dias	30 minutos	Feliz	Feliz

Tarde	Não estudo em Casa	1 hora	ótimo	ótimo
Quando sinto vontade independente do horário	Em casa quando me sinto bem emocionalmente	30 minutos	Quando estou melancólico gosto de tocar, quando estou feliz também gosto de tocar. As músicas refletem o meu estado emocional.	-
Noite	Todos os dias	1 hora	Bem	Paz
Sou professor	Todos os dias	20 horas	Hoje a música faz parte da minha vida, uso ela em todos os momentos para melhorar o humor, para esquecer de uma dor (física ou mental) para expressar sentimentos...	A pessoa mais feliz do mundo neste momento esqueço de tudo

**Fonte: Elaboração própria**

**TABELA 6 - RESULTADOS DA PESQUISA DE CAMPO**

11-Como você se sente ao tocar espontaneamente seu instrumento na escola? (Emocional e fisicamente)	12-Como você se sente ao estudar seu instrumento na escola? (Emocional e fisicamente)	13-Você já se apresentou em público? Se sim, foi sozinho(a) ou com mais pessoas? Como se sentiu? (Emocional e fisicamente)	14-Se sua resposta para a pergunta acima foi sim, para quem você costuma se apresentar? (Aqui pode ser qualquer público, família, amigos...)	15-O que a música representa para você?
Tranquilo mais nervoso um pouco depende do dia	Tranquilo mais nervoso um pouco depende do dia	Sim com mais pessoas do Ministério, acolhido e seguro	Comunidade das paróquias que tocamos	Paz e tranquilidade
Feliz	Confiante	Sim, em mais pessoas, me senti bem só tenso	Igreja	Alegria
Fico contente na medida em que vou aprendendo.	Imagino como vai ser, quando trocar as notas sem embaraço e de forma espontânea, meio que automático.	Não	-	Um momento onde há oportunidade de expressar, alegrias emoção e lembranças passadas.

Muito bem, a hora passa muito rápido	Prática é melhor que teoria	Sim. No começo nervosa mas depois realizada querendo mais. Ainda saio tensionada quando canto, as vezes com dor de cabeça.	Cerimônia de casamento, barzinho, restaurante, igreja	Minha extensão, minha expressão!
Bem	Muito bem	Sim, feliz.	Canto na Igreja	Faz parte da minha vida.
Animado por aprender mais	Ansioso por tocar mais	Ainda não	Não	Momentos de prazer
Livre	Com vontade de aprender mais	Sim. Fui acompanhada. Me senti bem	Igreja	Expressão de Deus
não faço na escola	não faço na escola	Sim. Banda.. Ótimo	amigos	alegria, prazer, fazer parte de uma tribo
Sinto como que botando para fora minhas emoções de frustração, de tristeza, de alegria de romantismo, de felicidade.	Não estou mais estudando na escola há muito tempo	Toco em cultos religiosos ou para meu próprio lazer em casa	Cultos religiosos	Uma linguagem da alma, um diálogo da alma com o exterior, um diálogo da alma com as pessoas e com Deus

Anseio em aprender mais	Sinto bem e curiosidade de aprender mais	Sim	Igreja	Paz em espírito
A pessoa mais importante	Em uma outra dimensão	Sim muitas vezes é algo sem explicação um turbilhão de sentimentos que aflora	Hoje na igreja	Minha vida

**Fonte: Elaboração própria**