

Quando eu estou a cantar, sinto-me bem, sinto-me feliz: etnografia de um Coro Infantil e o bem-estar na cidade do Porto

Isabela Guerche & Sofia Marques da Silva

Resumo

Este artigo analisa a relação entre as experiências musicais e o bem-estar de crianças participantes do Coro Infantil da Casa da Música, no Porto. O bem-estar é um conceito subjetivo que se integra em diversas áreas da vida, associando-se ao sentimento de satisfação pessoal. Pesquisas apontam que a música promove a expressão de sentimentos e o fortalecimento emocional, sendo significativo para o bem-estar infantil. Por meio do método etnográfico, realizou-se a observação participante, grupos de discussão focal junto dos coralistas e entrevistas a formadores e pais. Os resultados indicam que a prática musical no contexto do Coro é potencializadora do bem-estar, estimulando sentimentos positivos, como felicidade e satisfação com a vida. Conclui-se que a música e o canto não apenas ampliam as habilidades artísticas, mas também são importantes instrumentos educativos, promovendo o desenvolvimento pessoal, social e emocional dos participantes.

Palavras-chave:

Bem-estar; Música; Infância; Etnografia.

When I am singing, I feel good, I feel happy: Ethnography of a Children's Choir and Well-being in the City of Porto

Abstract: This article analyzes the relationship between musical experiences and the well-being of children participating in the Children's Choir of Casa da Música, in Porto. Well-being is a subjective concept that integrates various areas of life, being associated with the feeling of personal satisfaction. Research indicates that music promotes the expression of feelings and emotional strengthening, with a significant role in children's well-being. Through the ethnographic method, participant observation, focus group discussions with choir members, and interviews with trainers and parents were conducted. The results indicate that musical practice in the context of the Choir enhances well-being, fostering positive feelings such as happiness and life satisfaction. It is concluded that music and singing not only enhance artistic skills but are also important educational tools, promoting the personal, social, and emotional development of the participants.

Keywords: Well-being; Music; Childhood; Ethnography.

Cuando estoy cantando, me siento bien, me siento feliz: Etnografía de un Coro Infantil y el Bienestar en la Ciudad de Oporto

Resumen: Este artículo analiza la relación entre las experiencias musicales y el bienestar de los niños que participan en el Coro Infantil de la Casa da Música, en Oporto. El bienestar es un concepto subjetivo que integra diversas áreas de la vida y se asocia con la sensación de satisfacción personal. Las investigaciones indican que la música promueve la expresión de sentimientos y el fortalecimiento emocional, desempeñando un papel significativo en el bienestar infantil. A través del método etnográfico, se realizaron observación participante, grupos focales con los miembros del coro y entrevistas con formadores y padres. Los resultados indican que la práctica musical en el contexto del Coro potencia el bienestar, estimulando sentimientos positivos como la felicidad y la satisfacción con la vida. Se concluye que la música y el canto no solo amplían las habilidades artísticas, sino que también son importantes herramientas educativas, promoviendo el desarrollo personal, social y emocional de los participantes.

Palabras clave: Bienestar; Música; Infancia; Etnografía.

Quand je chante, je me sens bien, je me sens heureux: Ethnographie d'un Chœur d'Enfants et du Bien-être dans la Ville de Porto

Résumé: Cet article analyse la relation entre les expériences musicales et le bien-être des enfants participant au Chœur des Enfants de la Casa da Música, à Porto. Le bien-être est un concept subjectif qui s'intègre dans plusieurs domaines de la vie, étant associé au sentiment de satisfaction personnelle. Les recherches indiquent que la musique favorise l'expression des sentiments et le renforcement émotionnel, jouant un rôle significatif dans le bien-être des enfants. Par la méthode ethnographique, des observations participantes, des groupes de discussion avec les membres du chœur et des entretiens avec les formateurs et les parents ont été réalisés. Les résultats indiquent que la pratique musicale dans le cadre du Chœur favorise le bien-être, en stimulant des sentiments positifs comme le bonheur et la satisfaction dans la vie. Il en résulte que la musique et le chant ne se limitent pas à enrichir les compétences artistiques, mais sont également d'importants outils éducatifs, favorisant le développement personnel, social et émotionnel des participants.

Mots-clés: Bien-être; Musique; Enfance; Ethnographie.

1. Introdução

A relação do ser humano com a música é uma das manifestações socioculturais mais antigas (Levitin, 2021). Estudos apontam que a prática musical em contextos de educação formal e não-formal vai além dos objetivos artísticos, influenciando o bem-estar (MacDonald et al., 2012; Veloso & Brandalise, 2017) e contribuindo para uma educação de maior qualidade (Rizzo & Fernandes, 2018).

Este artigo tem como objetivo analisar as experiências musicais de crianças participantes de um coro infantil e a sua relação com o bem-estar. Para isso, utilizámos o método etnográfico que nos permite partilhar do contexto educativo e obter informações relevantes para que possam ser discutidas “as dimensões centrais da subjectividade e bem-estar social das crianças” (Ferreira & Sarmento, 2008, p. 79).

O estudo foi realizado no contexto do Coro Infantil da Casa da Música do Porto, “primeiro edifício construído em Portugal exclusivamente dedicado a apresentações públicas de diferentes tipos de música, bem como à formação artística neste domínio, e ao ensaio e aperfeiçoamento de orquestras e de outros agrupamentos residentes e itinerantes” (18/2006, 2006, p. 615). Este Coro Infantil integra o programa educativo da instituição e busca criar oportunidades de acesso à música para crianças que, de outra forma, não o teriam. Para a coleta de dados, e para além da observação participante e notas de campo, foram realizados grupos focais com coralistas e entrevistas com formadores, equipa de gestão e pais.

O artigo encontra-se estruturado em quatro partes: a primeira aborda o quadro teórico sobre infância, bem-estar e música; a segunda detalha as opções metodológicas, com foco no método etnográfico; a terceira apresenta os resultados e interpretação, explorando as percepções dos coralistas. Por fim, a conclusão destaca os principais resultados, limitações e sugestões para futuras investigações.

2. Fundamentação Teórica

2.1 Infância e Bem-estar

A preocupação crescente com o bem-estar das crianças tornou-se um tema recorrente nos discursos políticos em diferentes contextos Europeus (Alanen, 2010), reforçando a compreensão de que este conceito deve incluir todos os aspetos da vida das crianças (Sarmento & Ferreira, 2008).

Pesquisas sobre o desenvolvimento infantil indicam que este é um processo dinâmico e contextual, resultante da interação entre o indivíduo e seu ambiente (Ashiabi & O’Neal, 2015; Bronfenbrenner, 1994). Assim, parece-nos fundamental (re)pensar as atividades oferecidas às crianças, considerando que estas estão situadas num contexto social e cultural. Em relação ao bem-estar, Lima e Morais (2018, p. 254) mostraram que

“na população de crianças/adolescentes, destacaram-se a escola, a família e a comunidade como principais ambientes ecológicos”, evidenciando a importância desses espaços para o desenvolvimento. Nas últimas décadas, a perspetiva ecológica tem também dado atenção ao contexto da internet e dos media sociais (O’Neill, 2015).

Segundo a Organização Mundial de Saúde (2023), o bem-estar é um conceito subjetivo que abrange as áreas física, emocional, social e espiritual. O bem-estar está relacionado com a vida de cada pessoa, o seu contexto e condições (Silva, 2018). O bem-estar subjetivo, ligado à perspetiva hedónica da felicidade, refere-se à percepção individual, baseada na satisfação com a vida, na presença de afeto positivo e pouco afeto negativo (Novo, 2005).

O bem-estar não é uma dimensão exclusiva da vida adulta, também está presente na infância e deve ser reconhecido como parte constituinte das vivências infantis. Ferreira e Sarmento (2008) criticam a abordagem da sociedade sobre o bem-estar infantil, excluindo as perspetivas das crianças. Alanen (2010) aponta que as pesquisas sobre o tema são pensadas apenas para melhorar a sociedade no futuro, mas menos centradas nas vivências do presente das crianças.

2.2 A Música na Promoção do Bem-estar

As práticas musicais têm contribuído para o desenvolvimento de quem delas participa, sendo claro o potencial da música para o bem-estar (Varner, 2022). No campo educacional, Montessori integra o silêncio — elemento inerente à experiência musical — para promover o aprendizado e o bem-estar infantil (Araújo & Araújo, 2023).

Entre as atividades musicais, o canto se conecta à vida do ser humano (Levitin, 2021), sendo um instrumento educativo e de bem-estar (Veloso & Brandalise, 2017). O canto em grupo estimula a expressão de sentimentos e o desenvolvimento de habilidades inter e intrapessoais, tornando o Coro num espaço privilegiado para promover o bem-estar das crianças, aspectos que serão discutidos nas próximas seções.

2.3 Um Coro Infantil e um Programa Educativo

Na compreensão dos contributos da arte para o desenvolvimento social, cultural e emocional, diversas instituições têm incorporado programas educativos às suas agendas. Enquadrados na educação não-formal, estes programas buscam “a adoção de pedagogias alternativas, não diretivas, adaptadas aos conteúdos com flexibilidade, promotoras de mudança, de socialização, de solidariedade e participativas” (Castro, 2021, p. 47).

Especificamente na música, os programas educativos destacam-se por sua capacidade de promover bem-estar e desenvolver habilidades socioemocionais (Fancourt & Finn, 2019; MacDonald et al., 2012). As iniciativas que articulam arte e educação reforçam o papel destas instituições enquanto agentes transformadores na sociedade.

Inaugurada em 2005, a Casa da Música do Porto foi o primeiro espaço construído em Portugal para ser dedicado exclusivamente à música. O serviço educativo da instituição oferece uma ampla programação destinada a diferentes grupos que são desenvolvidos tanto dentro da Casa quanto nas escolas e comunidade, como o Coro Infantil. O projeto teve início em 2016, com o objetivo de aliar exigência artística a uma vertente social.

O Coro Infantil da Casa da Música reúne crianças, jovens e adultos com o objetivo de fazer música. Com participação gratuita, o Coro conta com 48 coralistas com idades entre 9 e 16 anos, sendo a média 12,17 anos. A maior parte dos participantes é do sexo feminino (79,2%), com 10 do sexo masculino (20,8%).

3. Metodologia

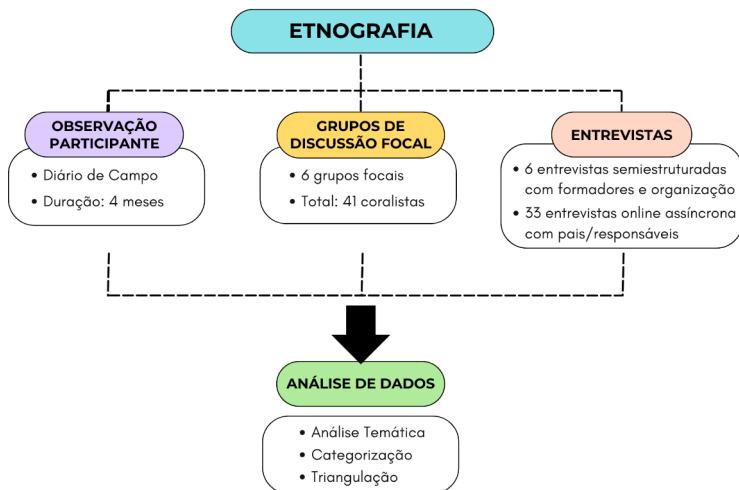
3.1 Método Etnográfico

Para compreender a relação entre as experiências musicais e o bem-estar na vida dos coralistas, adotámos uma abordagem qualitativa ancorada no método etnográfico, concordando com Geertz (1989, p. 213) que “as sociedades, como as vidas, contêm suas próprias interpretações”. A etnografia permite uma análise profunda do contexto das crianças, uma vez que caracteriza-se por um período extenso de coleta de dados, onde o pesquisador se envolve diretamente com o contexto estudado em busca de compreender os significados atribuídos pelas pessoas às suas próprias ações (Hammersley, 2018).

Alalen (2010) e Marchi (2018) recomendam o uso da etnografia em pesquisas sobre a infância, pois permite uma compreensão mais aprofundada das experiências e percepções das crianças, frequentemente reduzidas à visão dos adultos. Por isso, escolhemos o método etnográfico, pois permite-nos, como afirmou Marques da Silva (2017, p. 85), “aceder à linguagem dos actores e das actoras, ao seu ponto de vista e à sua prática”. Assim, valemo-nos de contributos de etnografias da infância que procuram compreender como crianças desenvolvem suas ações, criam significados e interagem com outros agendes sociais (Sarmento & Ferreira, 2008; Vasconcelos, 1996).

Especialmente no Coro Infantil, este método capturou as sutilezas das relações que se estabelecem no contexto do programa educativo e que podem influenciar o bem-estar dos participantes. Para responder ao nosso objetivo, recorremos a diferentes técnicas de recolha de dados, como a observação participante, notas de campo, grupos de discussão focal e entrevistas. A recolha de dados decorreu entre outubro de 2023 e abril de 2024.

Figura 1
Caminhos Metodológicos da Pesquisa



Nota. Feito pela autora, 2024.

3.2 Coleta de Dados

A investigação seguiu uma abordagem etnográfica, recorrendo a diferentes técnicas de recolha de dados, conforme sistematizado na Figura 1, com o objetivo de compreender em profundidade as dinâmicas, percepções e experiências vividas no contexto do Coro Infantil da Casa da Música.

As técnicas foram selecionadas para permitir uma compreensão aprofundada das experiências musicais e do bem-estar dos coralistas. A recolha de dados foi realizada pela primeira autora ao longo do trabalho de campo.

A observação participante marcou o momento em que nos inserimos no contexto do Coro, permitindo maior compreensão do fenômeno estudado (Minayo & Costa, 2019). Realizando o que Corsaro (2005, p. 446) aponta sobre o “tornar-se nativo”, de forma a ampliar as oportunidades para conhecer as crianças. Foi elaborado o diário de campo com registo das experiências vivenciadas no contexto.

Durante 4 meses foi realizada a observação participante, resultando na elaboração de 15 notas de campo. O processo de aproximação no contexto proporcionou um ambiente de familiaridade, permitindo a observação detalhada dos ensaios, composições, metodologias de ensino e interações.

Para compreender as perspetivas dos coralistas, realizámos grupos de discussão focal. Esta técnica permite recolher dados emergentes da interação grupal, ampliando informações e reflexões sobre o fenómeno estudado (Backes et al., 2011). Todos os coralistas tiveram a oportunidade de participar, mediante ao seu consentimento e dos seus pais. Realizámos 6 grupos de discussão, organizados por idade e incluindo, sempre que possível, pelo menos um menino. Participaram 41 coralistas no total, e os dados recolhidos dos grupos focais revelaram que a maioria frequenta escolas públicas — apenas um participante de colégio privado.

Tabela 1
Características dos Grupos Focais

	Número de participantes	Idade
Grupo Focal 1 (GF1)	9	9 e 10 anos
Grupo Focal 2 (GF2)	6	10 e 11 anos
Grupo Focal 3 (GF3)	8	12 a 15 anos
Grupo Focal 4 (GF4)	6	15 e 16 anos
Grupo Focal 5 (GF5)	6	11 a 15 anos
Grupo Focal 6 (GF6)	6	9 a 11 anos

Nota. Feito pela autora, 2024.

O guião aplicado foi o mesmo para todos os grupos e incluiu questões sobre: (i) motivações e desafios do Coro; (ii) sentimentos ao cantar; (iii) momentos em que a música contribuiu para o bem-estar; e (iv) aprendizagens adquiridas com o Coro. Os coralistas participaram com entusiasmo, demonstrando recetividade às questões propostas.

Para compreender as perspetivas da equipa de formação, organização e pais, realizámos entrevistas, proporcionando uma visão integrada do projeto. Para a equipa de formação e organização, optámos por entrevistas semiestruturadas. A equipa é composta por cinco profissionais, três mulheres e dois homens: a maestrina, a técnica vocal, o responsável pela formação musical e dois pianistas acompanhadores. Foram realizadas seis entrevistas, sendo quatro com os formadores e duas com membros da organização. O guião continha perguntas sobre (i) história e formação dos entrevistados, (ii) motivações e desafios do Coro, (iii) objetivos e expectativas em relação ao projeto, e (iv) percepções sobre os contributos do Coro.

Para os pais e responsáveis, devido às limitações logísticas, utilizámos entrevistas online assíncronas. Enviámos um formulário online anónimo com questões abertas e fechadas (James & Busher, 2012), sobre: (i) informações sociodemográficas; (ii) presença da música na vida do coralista e de sua família; (iii) mudanças e efeitos percebidos com

o coro, e (iv) desafios enfrentados no Coro. Foram respondidas 33 entrevistas, a maior parte das respostas foi dada pelas mães (81,8%), seguidas por pais (15,2%) e avós (3%).

Relativamente ao grau académico dos pais e responsáveis: 57,6% possuem licenciatura, 24,2% tem o ensino secundário completo, 6,1% concluíram um curso técnico superior, 6,1% completaram o ensino básico, 3% possuem doutoramento e 3% estudaram até o 6º ano (3%).

2.3 Análise de Dados

Após o trabalho de campo, iniciámos a análise dos dados. A primeira autora realizou uma análise temática de todos os materiais empíricos recolhidos, com acompanhamento e revisão da segunda autora. Utilizámos o software *Nvivo 12*. A análise temática identifica, analisa e relata padrões de significado nos dados, possibilitando descrições detalhadas e interpretações mais profundas dos fenômenos investigados (Braun & Clarke, 2013).

Realizámos a triangulação, que incluiu a análise das crianças, formadores, pais e pesquisadora, contribuindo para uma interpretação mais profunda dos resultados. Garantimos a validade interna da pesquisa por meio da revisão e detalhamento dos dados. Após a categorização inicial, revisámos os temas para assegurar a correta inserção dos trechos nas categorias, ajustando quando necessário.

Com base na análise temática, identificámos seis categorias principais: características do Coro Infantil, experiências musicais, bem-estar psicológico, bem-estar subjetivo, desafios na participação do Coro Infantil e estratégias socioeducativas.

Para este artigo focaremos em duas categorias. A categoria “bem-estar subjetivo” inclui as percepções de felicidade e expressão de sentimentos diante das experiências no Coro Infantil e foi escolhida por responder diretamente ao objetivo do estudo, centrado na relação entre música e bem-estar. A categoria “experiências musicais” refere-se a práticas e vivências com a música no contexto, como aprendizagens e diversão, permitindo uma compreensão aprofundada de como a prática musical influencia o desenvolvimento dos coralistas.

2.4 Questões éticas

Esta pesquisa foi aprovada pela comissão de ética (2013/07-08b) e seguiu princípios éticos em todas as suas etapas. Antes do início, obtivemos as autorizações necessárias: Autorização da Casa da Música; termos de consentimento informado dos pais e formadores.

3 Resultados e Discussão

A relação entre educação e bem-estar contribui para o fortalecimento emocional e a satisfação dos participantes (Rizzo & Fernandes, 2018). Cruz et al. (2021) destacam que práticas artísticas comunitárias atuam como espaços privilegiados para a expressão de emoções e interação social, contribuindo para o bem-estar dos participantes.

Na pesquisa identificámos dois aspectos centrais do bem-estar subjetivo das crianças: os sentimentos positivos e negativos vivenciados no Coro, e a relação entre música e felicidade.

3.1 Eu gosto de sentir a música e cantar: Expressão de Sentimentos Positivos

A música destaca-se como um importante recurso de regulação emocional, promovendo maior sensação de conforto e satisfação emocional (Chin & Rickard, 2014). Os coralistas demonstraram esses sentimentos, mencionando o Coro Infantil como fonte de motivação e acolhimento. Entre os tópicos destacados, sobressaíram-se o apoio dos formadores, ensaios, interação social e prazer pelo ato de cantar e pela música.

P4G5: *O que me motivou vir para aqui foi porque eu desde pequena, como a Rosa, também gosto muito de cantar [...]. E gosto de estar aqui.*

P1G5: *Fico motivada pra vir aqui, porque eu gosto muito de cantar [...]*

P2G5: *Eu acho que.... Sei lá. Eu gosto de vir para aqui, porque sinto-me relaxada. É um ambiente muito calmo e os nossos, a maestrina e quem trabalha conosco faz com que nós nos sentimos relaxados e acolhidos (Grupo Focal 5, 11 a 15 anos).*

Os relatos reforçam o potencial da música em promover emoções positivas, sendo essencial para a expressão de sentimentos e a construção de vínculos emocionais. Este fenômeno, evidente nas falas dos coralistas, alinha-se à afirmação de Muszkat (2019, p. 237) ao dizer que “as crianças, de maneira geral, expressam as emoções mais facilmente pela música do que pelas palavras”.

A prevalência do verbo “gostar” reflete sentimentos de prazer e satisfação, confirmando a declaração de Silva (2010, p. 14): “ao expressar-se musicalmente em atividades que lhe deem prazer, a criança demonstra os seus sentimentos e liberta emoções, desenvolvendo um sentimento de segurança e autorrealização”.

P6G6: *Eu gosto de cantar e também vim para aqui divertir.*

P3G6: *[...]. O que eu gosto, que me motiva a ir para aqui é deixar-me levar pela música, eu deixo-me levar a cantar, eu gosto muito de cantar também e dançar (Grupo Focal 6, 9 a 11 anos).*

No contexto do Coro Infantil, enquanto experiência de educação não formal, a qualidade musical é equilibrada com um processo educativo acolhedor. Esse ambiente promove vínculos significativos, onde as relações entre os participantes são pautadas pela criação de laços, reconhecendo o potencial da música para promover novas formas de agir, pensar e sentir (Vasconcelos, 2007), como registado no diário de campo:

Volto a ver ações que remetem ao vínculo que normalmente vemos nas escolas, os presentes aos professores. É muito bonito ver como a relação Casa da Música - famílias - coralistas é formada (Diário de campo - 08/12).

A qualidade das relações interpessoais no Coro Infantil é um dos aspetos mais destacados, funcionando como um elo afetivo e facilitador de aprendizagens. Conforme defendem Manarte et al. (2012, p. 1811), “a qualidade das relações interpessoais é importante para o desenvolvimento da reação emocional que desenvolvemos não só para com as pessoas, mas também em relação ao contexto”.

O ambiente promovido pela equipa de formação facilita a liberdade de expressão e estimula a participação ativa dos coralistas. Como observado, a música os ajuda em suas regulações emocionais, contribuindo para que vivenciem mais sentimentos positivos do que negativos.

Esses resultados permitem argumentar que o bem-estar subjetivo dos coralistas pode ser proporcionado por três elementos centrais: a música como mediadora das emoções e fonte de prazer; o canto como prática de expressão pessoal e coletiva; o contexto social e educativo do Coro Infantil.

3.2 Nos concertos eu fico mesmo muito nervosa: Sentimentos da Performance Musical

Os coralistas também relataram aspectos negativos associados à experiência no Coro Infantil, como a participação em concertos – destacando sentimentos de ansiedade, nervosismo e timidez. Estes resultados corroboram o estudo de Pinto (2019), no qual 84,7% dos alunos relataram ansiedade durante as performances musicais.

P2G3: *No concerto já é um bocadinho diferente. Já temos as músicas todas preparadas, dá sempre aquele nervosismo antes de entrar no palco.*

[...]

P6G3: *Sim, eu concordo. Eu nos concertos sou uma pessoa um bocado ansiosa e estressada. Muito estressada. E... Nos ensaios eu sinto-me mais relaxada. Também estamos a aprender e tal. Nos concertos eu fico mesmo muito nervosa. Mas depois quando já estou a cantar e certas músicas, eu também sinto assim uma espécie de energia positiva assim algo e sinto-me melhor.*

P7G3: Eu não gosto muito de sentir ansiedade e estresse.

P7G3: Mas isso acontece nos espetáculos (Grupo Focal 3, 12 a 15 anos).

As percepções dos coralistas divergem sobre a ansiedade em concertos – uns veem como desconforto, outros destacam a adrenalina e emoção que enriquecem a experiência. Sinico e Winter (2012, p. 36) confirmaram esta dualidade, pois “por características inatas, a performance musical pode ser influenciada tanto positivamente quanto negativamente pela ansiedade e essa reação pode variar conforme a pessoa, situação e/ou tarefa a ser realizada”.

P3G4: Eu gosto imenso de estar em palco. Eu sinto mesmo que sou.... Diz-se bicho de palco? Não sei como é que se diz.

P4G4: É bicho.

P3G4: É bicho de palco. Sinto mesmo. Eu adoro estar no palco. Adoro tocar música para as pessoas. Quer ser na guitarra, quer ser a cantar.

[...]

P5G4: Mas, não sei, é muito bom porque, ao mesmo tempo que aquilo parece os ensaios normais, estamos lá toda a gente, o grupo todo, o corpo todo, também é diferente. Pois estamos a cantar para uma multidão, que é uma coisa que nós estávamos à espera há muitíssimo tempo. Que é por isso que nós andamos a treinar tanto. Então, é uma sensação incrível (Grupo Focal 4, 15 e 16 anos).

Outro aspecto mencionado pelos coralistas e formadores é o auxílio na redução da ansiedade pela repetição de apresentações. Pesquisa com alunos de música mostrou que a exposição gradual a desafios diminui a ansiedade em performances (Moura & Serra, 2021), alinhando-se ao relato de coralistas e formadores:

Ah claramente, acho que sim. Apesar de com alguns pequeninos não é, inicialmente essa primeira abordagem do palco que possa trazer nervosismo, possa trazer, porque vai trazer responsabilidade, né? Certamente internamente eles estão a dizer “ai será que vou esquecer disto? Será que vou fazer mal isto?”. Mas depois eu acho que se vão habituando (Formador 3, Entrevista).

A ansiedade e o nervosismo relatados pelos coralistas desempenham um papel ambivalente. No contexto do Coro Infantil, o apoio da equipa de formação, a criação de um ambiente seguro e a prática contínua parecem ser fatores fundamentais para ajudar os coralistas a lidarem com esses sentimentos, promovendo a autoconfiança.

3.3 Quando estou em palco, quando estou mais feliz: Música como Promotora de Felicidade

Os coralistas identificaram a felicidade como uma emoção vivenciada em suas experiências no Coro Infantil. Soares et al. (2020) investigaram como os recursos pessoais e contextuais influenciam a percepção de afetos em adolescentes, mostrando que mais recursos contribuem para o bem-estar, especialmente em atividades artísticas. Observamos que as vivências musicais dos coralistas estimularam diferentes sentimentos, principalmente relacionados à felicidade.

D: *Como se sentem quando estão a cantar?*

P8G1: *Felizes.*

P5G1: *Eu ia falar isso... feliz, alegre, sentindo que estou livre que posso cantar, me expressar ao cantar*

P4G1: *Bem, me sinto bem ao cantar.*

P3G1: *Não sei... Bem.*

P2G1: *Me sinto confortável. [conte-me mais sobre isso]. Sinto-me confortável porque posso cantar e quando canto exprimo minha felicidade.*

P7G1: *Eu penso que estou bem comigo mesmo e que nada se passa à volta de mim só é um mundo feliz (Grupo Focal 1, 9 e 10 anos).*

Vemos que as atividades musicais, principalmente por seu caráter lúdico, estimulam este sentimento, pois “a música surge como uma brincadeira que transmite alegria, relacionando-se com a criança profundamente e repercute diretamente em seus domicílios e em seus familiares” (Souza et al., 2019, p. 7). Os coralistas relataram esses sentimentos relacionados ao canto, à performance e à pertença ao projeto.

Sinto que, quando estou em palco, quando estou mais feliz, são os momentos mais felizes da minha vida, sinceramente. Adoro fazer isso. (Grupo Focal 4, 15 e 16 anos).

Os pais reconheceram a alegria de verem seus filhos no Coro Infantil e também conseguiram observar a felicidade dos seus filhos ao participarem no projeto, destacando as contribuições da música para um aumento da satisfação com a vida.

Cresci e desenvolvi-me pessoalmente tendo na música um refúgio, uma forma de obter realização e felicidade, por isso fiquei muito feliz quando a minha filha integrou este projeto magnífico (Mãe, Entrevista).

Os formadores destacaram sua própria satisfação quando um concerto finalizado ou então ao perceberem que seu trabalho por meio do Coro Infantil acrescenta algo positivo para a vida dos jovens.

O Vinícius é um menino que está no centro de atendimento, ou seja, está retirado dos pais e perceber o que é que o Coro lhe trouxe em determinada instância, tipo alegria de ir para o palco, não é? São coisas que para mim são bastantes tocantes. Mesmo o Artur, por exemplo, ele que até neste momento, se calhar, é o único da escola onde eu venho, mas sentir que ele fica feliz, que leva aquilo muito a sério, ah... não sei há vários exemplos (Formador 3, Entrevista).

Além dos coralistas, os pais e formadores apontaram percepções de felicidade, tanto pelas conquistas das crianças quanto por questões pessoais. Todas estas dimensões também foram observadas por Vadali et al. (2024), que aplicaram sessões de musicoterapia em pacientes idosos hospitalizados relatando aumento da felicidade como efeito direto da música.

Muitos coralistas também relataram que ficam felizes ao ver que, quando estão a cantar, aumentam a felicidade das outras pessoas, como foi dito pelo educador musical Villa-Lobos (1987, p.13): “um povo que sabe cantar está a um passo da felicidade: é preciso ensinar o mundo inteiro a cantar”.

P1G6: *Quando nós vamos para os espetáculos transmiti-las para as pessoas, eu também fico muito feliz por poder deixar os outros felizes também.*

[...]

P3G6: *Houve um concerto, foi dia 8 de setembro, que eu senti-me muito divertido e senti-me muito feliz porque, ao mesmo tempo, nós estávamos a cantar e eu estava, não sei se só eu, mas muita gente também estava a dançar e a fazer coisas e eu senti-me feliz porque dentro de mim estava a sentir que as pessoas estavam a sentir felizes com o que nós estávamos a fazer (Grupo Focal 6, 9 a 11 anos).*

A felicidade descrita pelos participantes mostrou ser um contributo da música para suas vidas. Para os coralistas, o canto representa liberdade, expressão e pertencimento. Para os pais, promove satisfação e realização pessoal, e para os formadores, é um elemento de transformação. Estes resultados vão ao encontro de Noddings (2003), ao afirmar que a felicidade deve ser um dos objetivos da educação, contribuindo para esse sentimento.

A música e o canto com suas características expressivas estimulam o sentimento de felicidade no contexto do Coro Infantil. Além de beneficiar os coralistas individualmente, promoveu bem-estar coletivo ao conectar famílias, formadores e públicos através da música.

4 Conclusão

Esta pesquisa possibilitou-nos conhecer mais sobre o Coro Infantil da Casa da Música e das experiências musicais vivenciadas pelos próprios coralistas. Tal qual apontou Saltofte (2018), observamos que a participação no coro, enquanto atividade educativa que ocorre em um processo sociocultural, facilita a construção de uma identidade coletiva, constituindo-se como um meio de desenvolvimento pessoal e social. A escolha da etnografia como metodologia permitiu-nos compreender o projeto com maior profundidade, permitindo que as crianças pudessem falar sobre seus próprios sentimentos e percepções.

Além das contribuições para o bem-estar infantil, os resultados desta pesquisa apresentam implicações para práticas educativas formais e não formais. A música, no contexto do Coro Infantil, não se limitou a um meio de expressão artística, mas também se configurou como um instrumento educativo. Essas experiências, entendidas por Dewey e Freire como práticas culturais e educativas, promovem a construção de identidade, o senso de pertencimento e ampliam habilidades emocionais e cognitivas, configurando a música como um recurso para o bem-estar e transformação social (Muraro, 2023).

A felicidade e a presença de sentimentos positivos foram importantes evidências da música para o bem-estar subjetivo dos coralistas que, apesar de relatarem algumas questões com insegurança e ansiedade antes dos concertos, mostram que a música e o canto lhes proporcionam momentos de alegria e prazer.

Dentre as limitações de nossa pesquisa, podemos apontar a falta de tempo como a maior delas. Gostaríamos de conseguir ficar mais tempo no contexto e ter possibilidades para acompanhar o projeto na escola e outras formações na instituição.

Este artigo evidencia a importância de iniciativas e políticas públicas que incentivem o acesso à música desde a infância. Recomenda-se a ampliação de programas educativos musicais em escolas e comunidades, valorizando o papel que a música pode desempenhar no desenvolvimento e no bem-estar das crianças. A música, aliada à educação, mostra-se valiosa para a promoção do bem-estar infantil, com efeitos que podem perdurar por toda a vida.

Referências Bibliográficas

- Diário da República n.º 19/2006, Série I-A de 2006-01-26.
- Alanen, L. (2010). Teoria do bem-estar das crianças. *Cadernos de Pesquisa*, 40.
- Araújo, A. F., & Araújo, J. M. d. (2023). Aprendizagem e bem-estar. O legado da Lição do Silêncio de Montessori. *Revista Lusófona de Educação*, 60, 15-29. <https://doi.org/10.24140/issn.1645-7250.rle60.01>
- Asiabi, G. S., & O'Neal, K. K. (2015). Child social development in context: an examination of some propositions in Bronfenbrenner's bioecological theory. *SAGE Open*, 5(2), 2158244015590840. <https://doi.org/10.1177/2158244015590840>
- Backes, D., Colomé, J., Erdmann, R., & Lunardi, V. (2011). Grupo focal como técnica de coleta e análise de dados em pesquisas qualitativas. *O Mundo da Saúde*, 35, 438-442. <https://doi.org/10.15343/0104-7809.2011354438442>
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research*. SAGE.
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. *International Encyclopedia of Education*, 3.
- Castro, M. I. R. d. (2021). Escutar, sentir e percecionar a partir da música: Cantar canções de embalar desde a infância, uma forma de aprender. *Revista Latinoamericana de Educación Infantil*, 59-77.
- Chin, T., & Rickard, N. S. (2014). Beyond positive and negative trait affect: Flourishing through music engagement. *Psychology of Well-Being*, 4(1), 25. <https://doi.org/10.1186/s13612-014-0025-4>
- Corsaro, W. A. (2005). Entrada no campo, aceitação e natureza da participação nos estudos etnográficos com crianças pequenas. *Educação & Sociedade*, 26.
- Cruz, H., Menezes, I., & Bezelga, I. (2021). Práticas artísticas comunitárias e participação cívica e política na ação de três grupos teatrais em Portugal. *Educação, Sociedade & Culturas*, 59, 223-247. <https://doi.org/10.24840/esc-104>
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. *Nordic Journal of Arts, Culture and Health*, 2, 77-83. <https://doi.org/10.18261/issn.2535-7913-2020-01-08>
- Ferreira, M., & Sarmento, M. J. (2008). Subjectividade e bem-estar das crianças: (In)Visibilidade e voz. *Revista Electrônica de Educação*, 2.
- Geertz, C. (1989). *A interpretação das culturas*. Guanabara Koogan.
- Hammersley, M. (2018). What is ethnography? Can it survive? Should it? *Ethnography and Education*, 13(1), 1-17. <https://doi.org/10.1080/17457823.2017.1298458>
- James, N., & Busher, H. (2012). Internet interviewing. In N. James & H. Busher (Eds.), *The SAGE handbook of interview research: The complexity of the craft* (pp. 177-192). <https://doi.org/10.4135/9781452218403.n12>
- Levitin, D. J. (2021). *A música no seu cérebro: A ciência de uma obsessão humana* (C. Marques, Trans.). Objetiva.

- Lima, R. F. F., & Morais, N. A. d. (2018). Bem-estar subjetivo de crianças e adolescentes: Revisão integrativa. *Ciencias Psicológicas*, 12, 249-260. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212018000200249&nrm=iso
- MacDonald, R., Kreutz, G., Mitchell, L., MacDonald, R., Kreutz, G., & Mitchell, L. (2012). What is music, health, and wellbeing and why is it important? In R. MacDonald, G. Kreutz, & L. Mitchell (Eds) *Music, Health, and Wellbeing* (pp. 3-11). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199586974.003.0001>
- Manarte, J., Lopes, A., & Pereira, F. (2012). *A relação pedagógica: o que existe para lá da palavra?* In J. A Palhares & A. J. Afonso (Eds.), *O não-formal e o informal em educação: centralidades e periferias: Atas do I colóquio internacional de ciências sociais da educação* (pp. 1809-1814).
- Centro de Investigação em Estudos da Criança. Instituto de Educação. Universidade do Minho
- Marchi, R. d. C. (2018). Pesquisa etnográfica com crianças: Participação, voz e ética. *Educação & Realidade*, 43.
- Marques da Silva, S. (2017). Perplexidades em torno de uma investigação etnográfica na escola. In *Actas dos ateliers do V Congresso da Associação Portuguesa de Sociologia* (pp. 84-89). *Associação Portuguesa de Sociologia*.
- Minayo, M. C. d. S., & Costa, A. P. (2019). *Técnicas que fazem uso da palavra, do olhar e da empatia: Pesquisa qualitativa em ação*. Ludomedia.
- Moura, N., & Serra, S. (2021). Gerir a ansiedade na performance musical de crianças e adolescentes: Uma proposta metodológica assente na exposição gradual. *Revista Portuguesa de Musicologia*, 8, 301-320.
- Muraro, D. (2023). John Dewey e Paulo Freire: Educação e transformação social. *Revista Lusófona de Educação*, 151-166. <https://doi.org/10.24140/issn.1645-7250.rle58.09>
- Muszkat, M. (2019). Música e neurodesenvolvimento: Em busca de uma poética musical inclusiva. *Literartes*, 1(10), 233-243. <https://doi.org/10.11606/issn.2316-9826.literartes.2019.163338>
- Noddings, N. (2003). *Happiness and education*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511499920>
- Novo, R. (2005). Bem-estar e psicologia: Conceitos e propostas de avaliação. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 20, 183-203.
- O'Neill, B. (2015). Ecological perspectives and children's use of the Internet: exploring micro to macro level analysis. *Eesti Haridusteaduste Ajakiri. Estonian Journal of Education*, 3(2), 32-53. <https://doi.org/10.12697/eha.2015.3.2.02b>
- Pinto, F. S. M. (2019). *Ansiedade na performance musical: A perspetiva de estudantes de uma escola do ensino superior* [Dissertação de mestrado, ESMAE/IPP]. P.Porto. <http://hdl.handle.net/10400.22/15166>
- Rizzo, S. C., & Fernandes, E. (2018). Neurociência e os benefícios da música para o desenvolvimento cerebral e a educação escolar. *Revista de Pós-Graduação Multidisciplinar*, 1, 13-20.

- Saltofte, M. (2018). 'We want to make it cool to be a choir girl': An anthropological investigation of creativity in forming a choir identity. *Ethnography and Education*, 13(3), 308-321. <https://doi.org/10.1080/17457823.2018.1453852>
- Sarmento, M., & Ferreira, M. (2008). Subjetividade e bem-estar das crianças: (In)Visibilidade e voz. *Revista Electrônica de Educação*, 2(2), 60-91
- Silva, A. R. (2018). *Comportamentos de saúde e bem-estar psicológico em adolescentes*[Dissertação de mestrado, Universidade da Beira Interior]. uBibliorum. <http://hdl.handle.net/10400.6/9824>
- Silva, S. M. d. (2010). Youth strategies for assuring dignity and recognition: The experience of belonging to a youth centre in Portugal. *Educação em Revista*, 11, 77-92.
- Sinico, A., & Winter, L. L. (2012). Ansiedad na performance musical: definições, causas, sintomas, estratégias e tratamentos. *Revista do Conservatório de Música da UFPel*, 5, 36-64. (Pelotas)
- Soares, A. S. B., Pais-Ribeiro, J. L., & Silva, I. M. L. (2020). Recursos personales y contextuales predictores de afectos positivo y negativo en adolescentes. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 38(1), 33-47. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apla.7472>
- Souza, J. B. d., Urió, Â., Barbosa, S., Rosa, L., Xirello, T., Zanettini, A., & Martins, E. L. (2019). A música e seus benefícios para o desenvolvimento saudável na infância. *Revista Eletrônica de Extensão*, 6, 02-18. <https://doi.org/10.5007/1807-0221.2019v16n34p2>
- Vadali, N., Chróinín, D., & Short, A. (2024). 'It helps you forget your worries': A pilot study exploring music therapy in the acute hospital aged care setting. *Australasian Journal on Ageing*. <https://doi.org/10.1111/ajag.13313>
- Varner, E. (2022). Group drumming as conduit to enhanced self and community relationships. *Journal of General Music Education*, 35(3), 28-31. <https://doi.org/10.1177/27527646221079642>
- Vasconcelos, É. P. (2007). O processo de socialização no canto coral: Um estudo sobre as dimensões pessoa, interpessoal e comunitária. *Música Hodie*, 7(1). <https://doi.org/10.5216/mh.v7i1.1763>
- Vasconcelos, T. M. (1996). Onde pensas tu que vais? Senta-te!: Etnografia como experiência transformadora. *Educação, Sociedade & Culturas*, 6, 23-46. <https://doi.org/10.24840/esc.vi06.1324>
- Veloso, C., & Brandalise, A. (2017). O canto aplicado à saúde: Uma revisão sistemática da literatura nos últimos 5 anos. *Brazilian Journal of Music Therapy(Especial)*. <https://musicoterapia.revistademusicoterapia.mus.br/index.php/rbmt/article/view/178>
- Villa-Lobos, H. (1987). Villa-Lobos por ele mesmo/ pensamentos. In J. C. O. Ribeiro (Ed.), *O pensamento vivo de Villa-Lobos*. Martin Claret.
- World Health, O. (2023). *Achieving well-being: A global framework for integrating well-being into public health utilizing a health promotion approach*. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/376200>

Isabela Guerche

Centro de Investigação e de Intervenção Educativas, Faculdade de

Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-9468-0247>

Email: isabelaguerche@hotmail.com

Sofia Marques da Silva

Centro de Investigação e de Intervenção Educativas, Faculdade de

Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2688-1171>

Email: sofiamsilva@fpce.up.pt

Correspondência:

Sofia Marques da Silva

Centro de Investigação e de Intervenção Educativas, Faculdade de

Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto

Rua Alfredo Allen, s/n., 4200-135 Porto, Portugal

Email: sofiamsilva@fpce.up.pt

Financiamento:

Este trabalho foi parcialmente apoiado por fundos nacionais através da FCT - Fundação para a Ciência e a Tecnologia, I.P., através do financiamento plurianual do CIIE (UIDB/00167/2020; UIDB/00167/2020; e UID/00167:Centro de Investigação e Intervenção Educativas).

Data de submissão: dezembro 2024

Data de avaliação: dezembro 2024

Data de publicação: junho 2025