



A INFLUÊNCIA DA MÚSICA NAS EMOÇÕES E SENTIMENTOS DOS JOVENS

Gabriel Borges Cintra

Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA)

Luiz Gustavo Santana

Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA)

Sonielson Luciano de Sousa

Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA)

Irenides Teixeira

Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA)

RESUMO

O artigo busca analisar, por meio de uma revisão bibliográfica do tipo narrativa, como a música influencia as emoções e sentimentos dos jovens. A metodologia adotada consistiu na seleção e análise de livros, artigos científicos e estudos acadêmicos disponíveis nas plataformas SciELO e Periódicos CAPES, que abordam a relação entre música, juventude e aspectos emocionais. Foram considerados materiais publicados nos últimos anos, com relevância teórica e metodológica para o tema, priorizando produções que dialogam com a psicologia, a sociologia e a educação. Os resultados apontam que a música exerce um papel central na vida dos jovens, atuando como ferramenta de expressão emocional, construção de identidade e regulação afetiva. Conclui-se, portanto, que diferentes gêneros musicais e formas de consumo estão diretamente relacionados à maneira como os jovens experimentam e elaboram suas emoções, reforçando a importância da música como mediadora de experiências subjetivas e sociais.

Palavras-chave: Música; Emoções; Juventude; Identidade; Revisão Bibliográfica.

INTRODUÇÃO

Ser jovem é uma experiência multifacetada que envolve aspectos físicos, emocionais, sociais e culturais. Nesta fase, os jovens experimentam uma gama intensa de emoções e estão em processo de formação de identidade. Eles enfrentam desafios como a busca pela independência e autonomia, a definição de valores e crenças, e a construção de autoconfiança. É um período de descoberta pessoal, de busca de propósito e de construção de relacionamentos significativos. Diante disso, segundo Leite e Ramalho (2015) “entendemos a juventude como sendo integrante de uma sequência temporal que possui especificidades relacionadas a aspectos biológicos e sociais”.

No livro *Modernidade Líquida*, Bauman (2001) argumenta que se vive em uma sociedade onde as estruturas fixas do passado foram substituídas por uma realidade em constante transformação. Antes, a identidade e o futuro eram mais previsíveis, havia um caminho relativamente estável a seguir na vida profissional, social e pessoal, por outro lado, ainda havia pouco espaço para mudar de rota, que de fato impactou os



jovens da época. Hoje, no entanto, os jovens enfrentam um mundo onde as certezas desmoronam rapidamente, e a busca por um "eu" autêntico se torna desgastante. Essa instabilidade gera um sentimento de ansiedade constante, pois as escolhas parecem infinitas, mas, ao mesmo tempo, nenhuma delas oferece segurança real, sendo perceptível que em todos esses anos, nunca houve uma estabilidade, apenas os desafios foram se diversificando.

Em síntese, as relações contemporâneas no contexto pós-moderno são marcadas pela pluralidade, pela fluidez e pela busca constante de significado em um mundo de incertezas. Diante disso, a juventude não pode ser reduzida a um simples período de transição entre a infância e a vida adulta. Em vez disso, deve ser compreendida como um espaço de experimentação, inserção social e construção identitária. Segundo Dayrell (2016), a juventude não deve ser vista como uma preparação para a fase adulta, mas sim como uma etapa significativa da vida em si mesma, marcada por descobertas, desafios e possibilidades.

Pode-se observar ainda, que essa juventude é percebida e vivenciada, tem sido moldada por fatores culturais, sociais e econômicos. Antes do século XX, por exemplo, a transição para a vida adulta ocorria de forma mais direta, sem a existência de um período claramente definido como juventude. Com o avanço das sociedades industrializadas e o aumento da escolarização, a juventude passou a ser prolongada, tornando-se um espaço de socialização e experimentação identitária (Papalia et al., 2010).

A identidade como processo dinâmico, Sawaia (1995) contrapondo a visão de identidade como algo fixo, propõe que a identidade deve ser vista como um "devir", um processo contínuo de identificação e confrontos entre igualdade e alteridade. Isso significa que a identidade está sempre em formação e transformação. Vygotsky (2009), sugere que os processos psicológicos adquirem um valor qualitativo durante a transição da infância para a juventude. Esse período é marcado por uma tomada de autoconsciência única e não experimentada anteriormente.

Além disso, a juventude é um momento em que o indivíduo se vê diante de diversas possibilidades de atuação no mundo. A cultura, a sexualidade, o trabalho e as relações sociais são elementos centrais nessa construção. O conceito de juventude, portanto, não pode ser definido de forma universal, pois assume contornos distintos dependendo do contexto histórico e social em que se insere, conforme Dayrell (2016).

Segundo Teixeira (2014), o que se observa é a existência de múltiplas juventudes, que se expressam de formas diversas a depender de fatores como classe social, gênero, etnia, grupo cultural, entre outros. Cada grupo juvenil carrega suas próprias vivências, desafios, oportunidades e modos de se relacionar com o mundo, o que torna a juventude uma categoria social e culturalmente construída. A juventude, nesse cenário, é uma construção social e simbólica, carregada de significados, expectativas e tensões. O jovem de hoje vive em uma realidade marcada pela fluidez e pela constante transformação.

A arte e a música desempenham um papel essencial nesse processo, funcionando como meios de expressão e resistência. Através da música, os jovens constroem suas identidades, criam laços sociais e encontram formas de lidar com suas emoções. A juventude é vista como um fenômeno crucial para a sociedade atual, influenciando não apenas seus próprios grupos, mas também deixando um legado de transformação e novas concepções para as gerações futuras. Os jovens determinam conceitos culturais, que influenciam seus sucessores no contexto social, promovendo mudanças e novas ideias.



A cultura jovem não pode ser vista apenas como reflexo de processos sociais maiores, mas como um espaço de agência, no qual os jovens criam e ressignificam suas realidades. As narrativas musicais, por exemplo, possibilitam que eles expressem suas vivências, dando visibilidade às suas experiências e promovendo novas formas de pertencimento. Através desses movimentos culturais, muitos jovens constroem sua subjetividade e desafiam estereótipos que frequentemente os associam à marginalidade (Silva & Fonseca, 2019).

A juventude brasileira é marcada por uma diversidade de experiências, influenciada por fatores socioeconômicos, culturais e políticos. Com base na pesquisa nacional realizada pela Fundação Perseu Abramo, apresentada na obra *Retratos da Juventude Brasileira* (Abramo, 2005), observa-se que os jovens do país não constituem um grupo homogêneo, mas revelam diferenças significativas em suas vivências e perspectivas, a depender do contexto social, econômico e cultural em que estão inseridos. A pesquisa analisou aspectos como escolarização, trabalho, participação política e valores culturais, evidenciando que a condição juvenil é profundamente afetada por desigualdades sociais, o que impacta o acesso a oportunidades educacionais, ao mercado de trabalho e às formas de inserção e participação na sociedade.

Nos discursos voltados para pais e educadores, é comum a presença de concepções que naturalizam a adolescência como uma fase problemática ou de crise. No entanto, pesquisas sugerem que essas interpretações muitas vezes reforçam estereótipos, e reduzem as múltiplas experiências juvenis a uma visão homogênea. A forma como a sociedade enxerga os jovens influencia não apenas as relações familiares e educacionais, mas também políticas públicas voltadas para essa parcela da população, de acordo com Castro & Abramowicz (2020).

Complementando o estudo de Abramo na obra *Retratos da Juventude Brasileira*, revela que os jovens possuem uma relação complexa com a cultura e o lazer. Enquanto alguns veem a cultura como um meio de expressão e pertencimento, outros enfrentam dificuldades de acesso a espaços culturais devido a barreiras econômicas e sociais. A música, por exemplo, desempenha um papel central na identidade juvenil, funcionando como uma ferramenta de socialização e ressignificação das experiências cotidianas. Além disso, os jovens brasileiros demonstram um interesse crescente por temas relacionados à cidadania e participação política, ainda que essa atuação ocorra, muitas vezes, fora dos modelos institucionais tradicionais (Abramo, 2005).

Outro ponto relevante, conforme o autor na análise da juventude brasileira, é a transição para a vida adulta. Diferente do que ocorre em outros países, essa passagem é muitas vezes prolongada, principalmente devido às dificuldades de inserção no mercado de trabalho e à permanência prolongada na casa dos pais. É perceptível que reflete tanto mudanças culturais, quanto desafios estruturais, que impactam diretamente a autonomia dos jovens e sua capacidade de planejamento de futuro.

A juventude é um período de intensa construção identitária, no qual os jovens buscam formas de se expressar e reivindicar espaços dentro da sociedade. Para além das definições tradicionais, a identidade juvenil é fortemente influenciada por experiências culturais, como a música e o convívio em grupos sociais. No contexto das camadas populares, essa construção ocorre por meio de práticas culturais específicas, como o rap e o funk, que servem tanto como forma de lazer quanto de resistência às desigualdades sociais (Silva & Fonseca, 2019).

A incerteza profissional e econômica leva muitos a postergar decisões importantes como o casamento, a constituição de uma família ou mesmo a saída do lar



familiar, caracterizando o que alguns autores denominam como a "suspensão da vida adulta". Esse adiamento, entretanto, não se limita ao campo das escolhas materiais. Birman (2001), ao refletir sobre os processos de subjetivação na contemporaneidade, aponta que esse prolongamento da juventude pode também ser entendido como um modo de resistência psíquica diante das exigências do mundo adulto. Em seu estudo sobre o desamparo juvenil, o autor argumenta que o sujeito jovem hoje se vê atravessado por uma fragilidade emocional que dificulta sua inscrição em posições de responsabilidade e estabilidade, exacerbando sentimentos de insegurança e inadequação.

De acordo com estudos recentes "Representações Sociais da Juventude", indicam que a adolescência e a juventude não são períodos universalmente definidos, mas sim categorias moldadas por contextos históricos e culturais específicos. As expectativas e valores associados a essa fase, variam conforme as sociedades influenciam diretamente o modo como os jovens são percebidos e orientados (Castro & Abramowicz, 2020).

Além disso, a juventude deve ser compreendida como um grupo social ativo, que busca participar e intervir no cenário em que está inserida. Diferente da visão tradicional que retrata o jovem como um futuro cidadão, as experiências juvenis demonstram que ele já exerce um papel social relevante no presente. Esse reconhecimento é essencial para a formulação de políticas públicas, que valorizem a diversidade de experiências e ampliem as oportunidades de participação para os jovens, especialmente aqueles de contextos periféricos (Silva & Fonseca, 2019).

É possível compreender, que a juventude não é um conceito fixo, mas sim uma construção social em constante transformação. O reconhecimento de sua complexidade e diversidade, é essencial para promover políticas e práticas que respeitem as diferentes formas de ser jovem, garantindo espaços de expressão, desenvolvimento e pertencimento.

A cultura, em especial a música, emerge como uma das principais formas de expressão, reconhecimento e pertencimento juvenil. Através dela, os jovens não apenas comunicam suas experiências, mas também constroem sentido para sua existência, ressignificando emoções e estabelecendo vínculos coletivos. Assim, é possível perceber que a música não atua apenas como entretenimento, mas como linguagem privilegiada no processo de subjetivação e organização das emoções juvenis.

1 O PAPEL DA MÚSICA NA VIDA DOS JOVENS

A música é uma forma de arte que utiliza sons organizados no tempo para expressar ideias e emoções. É uma linguagem universal presente em todas as culturas e desempenha um papel fundamental na vida humana. Sua importância se dá pelas diversas funções que desempenha: expressar sentimentos, evocar emoções, transmitir mensagens e contar histórias. Além disso, a música é uma fonte de diversão e relaxamento, pode unir pessoas e é frequentemente utilizada em contextos sociais para promover interações com o meio. Muitas culturas também a incorporam em cerimônias religiosas, rituais e eventos significativos. Segundo Licursi et al. (2020), a música atua como um fenômeno social dinâmico, capaz de gerar repercussões mentais e afetivas, envolvendo emoções, memória, linguagem e movimento, o que reforça seu papel integrador e transformador nas experiências humanas.



O universo cultural se apresenta como um espaço privilegiado, onde os jovens encontram formas de expressão por meio de práticas, símbolos e rituais que ajudam na construção de sua identidade. Distantes da supervisão de pais, professores ou empregadores, eles assumem um papel ativo, influenciando o ambiente ao seu redor e desenvolvendo uma visão própria sobre si mesmos e sobre o mundo. Nesse cenário, a música se destaca como a atividade que mais desperta seu interesse e engajamento. Schläbitz (1996) destaca que as mídias e tecnologias emergentes, têm desempenhado um papel fundamental na comunicação cotidiana, funcionando como ferramentas que promovem a criatividade no campo musical.

A concepção da juventude, como um grupo diverso, tem influenciado a maneira como as práticas musicais são analisadas, considerando suas relações com instituições como a educação, a religião, a família e o trabalho. Dentre os vários estudos que exploram essas interações entre música e juventude, destaca-se uma pesquisa cujos aprofundamentos realizados pelas psicólogas sociais, (Menandro, Trindade e Almeida, 2010) possibilitaram o mapeamento e a compreensão dos diferentes significados, atribuídos à categoria juventude/adolescência no Brasil ao longo de várias décadas.

Segundo as psicólogas sociais, apesar de que a música não tenha sido o foco principal dessa pesquisa, ela surge como um elemento com grande relevância relacionado à categoria juventude. Ou seja, entre as representações atribuídas aos jovens, especialmente no segundo período da análise, surgem dois significados principais, um relacionado à "adolescência: necessidade de proteção", no qual se destacam as preocupações com criação, prevenção, educação e o futuro; e o outro ligado à "adolescência e ruptura" que envolve os contextos de busca por prazer, vulnerabilidade e violência.

Entre as várias representações associadas aos jovens, como moda, sucesso, vestuário e pertencimento a diferentes "tribos", a música se destaca nesse cenário de busca pelo prazer, demonstrando uma forte relação, conforme apontado por Menandro, Trindade e Almeida (2010), já que os jovens "encontram na música uma de suas maiores fontes de diversão", sendo também "um meio através do qual" expressam "seu modo de pensar".

Diante disso, a música possui características únicas que a distinguem de outras formas de arte e tem um impacto profundo tanto na mente quanto no corpo humano. De acordo com Bontempo (1992), "É incontestável a enorme influência da música e dos sons sobre os seres humanos, os animais e as plantas". A música é uma ferramenta poderosa, que pode conectar as pessoas com suas emoções internas, revelar nuances sutis de experiência e aumentar o potencial criativo. Logo, conforme Bush (1995), a música não apenas nos ajuda a explorar e entender nossos próprios sentimentos, mas também amplia nossa capacidade de resolver problemas de maneira criativa. Este entendimento sublinha a importância da música em diversas áreas da vida, desde a terapia, até a educação e o ambiente de trabalho.

Considerando Schafer (2012), os jovens utilizam uma variedade de elementos culturais, incluindo figurinos, penteados, linguagem e bens musicais para construir e expressar suas identidades. Esses elementos não apenas permitem que os jovens se conectem com certas comunidades culturais, mas também ajudam a moldar sua compreensão e experiência do mundo. A música, em particular, desempenha um papel central nesse processo, funcionando como uma ferramenta poderosa de identificação e diferenciação.

Não obstante, a música desempenha um papel valioso no nosso cérebro, onde no livro "A Música no Seu Cérebro" de Daniel J. Levitin, intitulado "A Música e a Máquina



Mental", o autor explora como a música interage com diversas partes do cérebro, revelando o impacto profundo e multifacetado que ela tem em nossas funções cognitivas e emocionais. Levitin discute como a música não apenas ativa os centros emocionais do cérebro, mas também envolve outras regiões, como o córtex pré-frontal, o lobo temporal e o cerebelo, que trabalham juntos para processar os elementos musicais como ritmo, melodia e harmonia. Esse processamento coordenado, fortalece as conexões neurais e melhora o funcionamento geral do cérebro, resultando em benefícios cognitivos significativos. Por exemplo, crianças que recebem treinamento musical tendem a obter melhores resultados em áreas acadêmicas, como matemática e línguas, devido ao envolvimento de múltiplas áreas cerebrais durante o aprendizado musical.

Além de melhorar a cognição, a música também possui efeitos terapêuticos. Levitin menciona que a musicoterapia, é usada para ajudar pacientes com distúrbios neurológicos, como Parkinson, Alzheimer e aqueles que sofreram derrames, ajudando-os a recuperar habilidades motoras e melhorar a fala, além de reduzir ansiedade e depressão. A música tem a capacidade de contornar áreas danificadas do cérebro e estimular outras regiões, facilitando a recuperação e proporcionando benefícios emocionais e físicos.

2 AS EMOÇÕES E SENTIMENTOS NA ESSÊNCIA E EXPERIÊNCIA DOS JOVENS

A emoção é compreendida como uma resposta complexa do organismo a estímulos internos ou externos, que envolve componentes fisiológicos, comportamentais e cognitivos. As emoções são uma parte fundamental da experiência humana, desempenhando papéis cruciais na motivação, tomada de decisão e interação social. Lazarus argumenta que as emoções são multidimensionais, envolvendo componentes fisiológicos, cognitivos e comportamentais. Ele destaca que essa complexidade permite que as emoções sejam adaptativas, ajustando a resposta do indivíduo às demandas específicas de diferentes situações (Lazarus, 1991).

Os sentimentos são as interpretações conscientes e subjetivas das emoções. Eles são mais duradouros e menos intensos que as emoções, e envolvem a reflexão sobre essas respostas emocionais. Sentimentos são moldados por experiências pessoais, crenças e memórias, e são frequentemente mais complexos e variados. Segundo Damasio (1994), os sentimentos são a interpretação consciente das emoções, que são respostas automáticas e inconscientes a estímulos. As emoções são desencadeadas por eventos específicos, enquanto os sentimentos resultam da reflexão consciente sobre essas emoções.

Ekman (1992) argumenta que as emoções básicas têm um papel adaptativo, ajudando os indivíduos a responder rapidamente a eventos importantes para a sobrevivência. Ele sugere que essas emoções são fundamentais para a comunicação social e para a coordenação das interações humanas. Além disso, destaca que, na vida cotidiana, as emoções básicas desempenham um papel crucial na regulação do comportamento e na interação social, facilitando a comunicação e o entendimento mútuo entre as pessoas.

Segundo Lazarus (1991), as emoções ajudam os indivíduos a se ajustarem às mudanças do entorno, possibilitando respostas rápidas e apropriadas às demandas do contexto. Ele sugere que as emoções são fundamentais para a sobrevivência, pois orientam comportamentos que promovem o bem-estar. Lazarus propõe que as emoções são mediadas por avaliações cognitivas, ou seja, a maneira como uma pessoa



interpreta e avalia uma situação determina a emoção que ela experimenta. Ele enfatiza que essa avaliação é central para a compreensão das respostas emocionais.

Sob a ótica da psicologia histórico-cultural, proposta por Vygotsky, as emoções não são apenas estados internos espontâneos, mas fenômenos socialmente mediados, adquirindo significado por meio da experiência vivida, e das interações com o meio (Vygotsky, 2001). Esse entendimento, permite relacionar o impacto da música com o desenvolvimento emocional e social dos jovens, visto que a experiência musical não ocorre de forma isolada, mas dentro de um contexto cultural que dá sentido às emoções evocadas.

O autor complementa que as emoções não são apenas respostas biológicas inatas, mas também fenômenos socialmente construídos, como proposto em sua obra “Teoria das Emoções” (Vygotsky, 2001). O mesmo critica a visão dualista que separa razão e emoção, argumentando que ambas fazem parte de um processo integrado no desenvolvimento humano. Esse entendimento, permite explorar como a música influencia as emoções dos jovens, não apenas como um estímulo sensorial, mas como uma experiência social e culturalmente mediada.

Além disso, a perspectiva histórico-cultural das emoções sugere que a experiência musical não ocorre de forma isolada, mas dentro de um contexto social que influencia sua interpretação. Quando um jovem se identifica com uma canção, ele não apenas reconhece seu estado emocional, mas também encontra um meio de comunicar e compartilhar esse sentimento com os outros. Como aponta o estudo analisado, as emoções são historicamente determinadas e evoluem conforme as interações sociais e culturais do indivíduo (Silva & Souza, 2017).

Outro ponto relevante que é comunicado pelo autor, é a relação entre a música e a constituição social do sujeito. A vivência musical coletiva, como em bandas, corais ou eventos, possibilita a construção de laços sociais e a experiência de pertencimento. O artigo ressalta que as emoções não são apenas individuais, mas são também compartilhadas, formando uma base para a interação humana. Esse aspecto, reforça a ideia de que a música não apenas influencia a esfera emocional, mas também fortalece habilidades sociais nos jovens, auxiliando no desenvolvimento da empatia e da comunicação.

A música, assim como a arte em geral, desempenha um papel essencial na formação emocional, pois permite a expressão e a ressignificação dos sentimentos. Segundo Vygotsky (2001), a arte tem a capacidade de transformar emoções, organizando-as em um processo dialético de significação. Isso explica por que os jovens utilizam a música para lidar com suas emoções, seja para expressar alegria, tristeza ou superar desafios emocionais.

Ademais, o autor aponta a relação entre música e ética, no qual é um aspecto que enfatiza ao analisar a arte. A experiência musical não apenas impacta o indivíduo emocionalmente, mas também pode influenciar seus valores e comportamentos. A forma como a música é utilizada na sociedade, seja em movimentos sociais, manifestações culturais ou momentos de lazer, demonstra seu poder de moldar subjetividades e reforçar laços sociais.

A música, como linguagem simbólica, pode atuar na organização psíquica e na construção do sujeito social. De acordo com o artigo “Significados e sentidos da música”, as emoções não são apenas reações fisiológicas, mas processos que adquirem significado ao serem expressos e compreendidos no contexto da vivência de cada indivíduo (Silva & Souza, 2015). Essa perspectiva, pode ser aplicada ao impacto da



música nos jovens, como eles interpretam e sentem determinadas melodias está ligada às suas histórias, valores e interações sociais.

Além disso, o autor completa que o conceito de catarse, discutido no artigo, revela como as emoções podem ser ressignificadas e transformadas por meio de atividades artísticas. Na música, esse processo pode ser observado quando os jovens utilizam canções para lidar com sentimentos intensos, como tristeza, alegria ou angústia. Ao se identificarem com letras ou melodias, eles podem reorganizar suas emoções e encontrar novas formas de expressá-las.

Diante disso, o impacto da música nas emoções e sentimentos dos jovens, pode ser compreendido dentro de uma perspectiva histórico-cultural, onde as experiências musicais são mediadas socialmente e contribuem tanto para a organização psíquica quanto para a integração social dos indivíduos. Logo, compreender as emoções dentro da perspectiva vigotskiana, permite uma análise mais profunda do impacto da música nos jovens. Ela não apenas reflete os estados emocionais, mas também possibilita sua transformação, contribuindo para o desenvolvimento social e psicológico dos indivíduos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo, sobre uma ótica sócio-histórica, permitiu compreender a complexidade e o impacto das relações entre a música, juventude e emoções. A análise dos diferentes autores revelou que a música exerce um papel significativo na vida dos jovens, funcionando como ferramenta de expressão, de construção identitária e de regulação emocional. Através dela, os jovens encontram meios de manifestar suas subjetividades, enfrentar os desafios do mundo contemporâneo, além de estabelecer conexões sociais.

Observou-se que, apesar de influenciar diretamente o estado emocional, a música também contribui para o desenvolvimento cognitivo, social e ético dos indivíduos, conforme apontado por estudos neurocientíficos e psicológicos. As diferentes formas de consumo musical, refletem a diversidade das experiências juvenis marcadas por fatores sociais, culturais e históricos.

Dessa forma, reforça-se a importância de considerar a música não apenas como entretenimento, mas como um recurso potente para compreender e intervir nas dimensões emocionais e sociais da juventude, valorizando suas múltiplas formas de expressão e resistência. Logo, recomenda-se a ampliação de estudos empíricos que investiguem, por meio de métodos qualitativos e quantitativos, os efeitos de diferentes gêneros musicais sobre os estados emocionais dos jovens em contextos variados, como escolas, comunidades periféricas e ambientes digitais.

A musicoterapia pode ser uma alternativa potente no tratamento de distúrbios emocionais, transtornos de ansiedade e dificuldades de comunicação, especialmente em contextos de vulnerabilidade psicossocial. Além disso, a valorização da música como ferramenta terapêutica também se mostra essencial, incentivando seu uso em programas de saúde mental voltados ao público jovem, com foco na promoção do bem-estar, da autoestima e da autorregulação emocional.

Por fim, sugere-se que escolas e instituições educacionais reconheçam o papel da música não apenas como expressão artística, mas como um recurso pedagógico capaz de estimular o engajamento, a empatia e a autorregulação emocional dos alunos. Programas interdisciplinares que associam música, psicologia e educação emocional podem ser implementados como estratégias preventivas em saúde mental.



REFERÊNCIAS

- ABRAMO, Helena Wendel. Condição juvenil no Brasil contemporâneo. In: ABRAMO, Helena Wendel; BRANCO, Pedro Paulo Martoni (Orgs.). **Retratos da juventude brasileira: Análise de uma pesquisa nacional**. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2005 (Reimpressão 2008). p. 37–72.
- BAUMAN, Zygmunt. **Modernidade Líquida**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed, 2001.
- CAMPOS, S. R.; GOTO, T. A. Os conflitos e valores na juventude: transição para a maturidade. **Revista da Abordagem Gestáltica**, v. 23, n. 3, p. 350–361, 1 dez. 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672017000300011. Acesso em: 24 de abr. de 2024.
- CASTRO, M. A.; ABRAMOWICZ, A. Juventude em Foco: Representações Sociais da Juventude, na Folha de S.Paulo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 40, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/qmBXqXt6nVrygGhMPwwZTHJ/?lang=pt>. Acesso em: 24 de abr. de 2024.
- CÉSAR, N.; GUARESCHI, P. A. Emoções: uma dimensão distorcida do ser humano. **Cadernos de Neuropsicologia/Pan American Journal of Neuropsychology**, vol. 10, n. 3, 2016. Disponível em: <https://www.cnps.cl/index.php/cnps/article/view/264/281>. Acesso em: 12 de set. de 2024.
- CONCEIÇÃO, B. L. et al. A música e as suas repercussões nas ordens sociais e mentais. In: Proceedings INNODOCT/20. International Conference on Innovation, **Documentation and Education**, 11 nov. 2020. Disponível em: https://ciencia.ucp.pt/ws/portalfiles/portal/45317341/11805_33251_1_PB_1_.pdf. Acesso em: 12 de maio de 2024.
- COSTA, Áurea Júlia de Abreu; PASCUAL, Jesus Garcia. Análise sobre as emoções no livro Teoría de las emociones (Vygotsky). **Psicología & Sociedad**, Fortaleza, v. 24, n. 3, p. 548–556, 2012. DOI: 10.1590/S0102-71822012000300016.
- DAYRELL, J. (Org.). **Por uma pedagogia das juventudes: experiências educativas do Observatório da Juventude da UFMG**. Belo Horizonte: Mazza Edições, 2016.
- DAYRELL, Juarez. O jovem como sujeito social. **Revista Brasileira de Educação**, v. 24, p. 40–52, 2003. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbedu/a/zsHS7SvbPxKYmvcX9gwSDty/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 8 mar. de 2025.
- DE LA BARRE, J.; DA SILVA MATOS, E. C. Do que falamos quando falamos de música? Relatos de uma oficina de escuta. **El oído pensante**, v. 8, n. 2, 6 ago. 2020. Disponível em: <http://revistascientificas.filo.uba.ar/index.php/oidopensante/article/view/8074/7512>. Acesso em: 12 de ago. de 2024.
- ENÉAS, A. et al. **Juventudes: desafios contemporâneos conceituais / Youths: conceptual contemporary challenges**. [S.l.]: [s.n.], [s.d.].



- ESTEVEES, C.; GIL; ABRAMOVAY, M. **Juventude, juventudes:** pelos outros e por elas mesmas. Disponível em: <https://associacaoportuguesasociologia.pt/vicongresso/pdfs/254.pdf>. Acesso em: 24 de abr. de 2024.
- FLORIN, J. L. Paixões, afetos, emoções e sentimentos. **CASA: Cadernos de Semiótica Aplicada**, v. 5, n. 2, 4 mar. 2008. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/casa/article/view/541/462>. Acesso em: 12 de ago. de 2024.
- FONSECA, Alvaro. **A influência da música na mente e no corpo.** Brasil Escola. Disponível em: <https://monografias.brasilecola.uol.com.br/arte-cultura/a-influencia-da-musica-na-mente-e-no-corpo.htm>. Acesso em: 28 de abr. de 2024.
- MENANDRO, Maria Cristina S.; TRINDADE, Zeidi; ALMEIDA, Angela M. Oliveira. **Gente jovem reunida:** representações sociais de adolescência/juventude em textos jornalísticos. Vitória: UFES/GM Gráfica e Editora, 2010.
- MUSZKAT, M. Música e Neurodesenvolvimento: em busca de uma poética musical inclusiva. **Literartes**, v. 1, n. 10, p. 233–243, 1 nov. 2019. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/literartes/article/view/163338/157319>. Acesso em: 28 de abr. de 2024.
- NUNES-SILVA, M. et al. Avaliação de Músicas Compostas para Indução de Relaxamento e de seus Efeitos Psicológicos. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 36, p. 709–725, 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/8kPBP9Vd4WBtvCFNbs5Xxkc/?lang=pt>. Acesso em: 12 de maio de 2024.
- PAPALIA, Diane E. **Desenvolvimento Humano.** Tradução: Carla Filomena Marques. 10. ed. Porto Alegre: AMGH, 2010.
- REISDORFER, T. Juventude na contemporaneidade. **Revista NUPEM**, v. 4, n. 6, p. 219–222, 15 fev. 2017. Disponível em: http://portal.mec.gov.br/index.php?option=com_docman&view=download&alias=648-vol16juvcont-elet-pdf&category_slug=documentos-pdf&Itemid=30192. Acesso em: 20 de abr. de 2024.
- RESENDE, J. W. R.; ESPÍNDULA, D. H. P. Juventude em Foco: Representações Sociais da Juventude na Folha de S.Paulo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 40, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/qmBXqXt6nVrygGhMPwwZTHJ/?lang=pt>. Acesso em: 24 de abr. de 2024.
- ROCHA, V. C. da; BOGGIO, P. S. **Música sob uma perspectiva neurocientífica.** Para Musi, n. 27, p. 132–140, jun. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pm/a/4MYkTmVffsG4P9jfRMdmh4G/?lang=pt>. Acesso em: 12 de maio de 2024.
- SCHLÄBITZ, Norbert. **Der diskrete Charme der neuen Medien:** Digitale Musik im medientheoretischen Context und deren musikpädagogisch Wertung. Augsburg: Bernd Wisner, 1996.



SILVA, José Eduardo Costa; SOUZA, Regina Maria de. Significados e sentidos da música: uma breve “composição” a partir da psicologia histórico-cultural. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 31, n. 2, p. 223–230, 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/W4WkFgKY8ZzqYrBbG4b3CYw>. Acesso em: 20 maio 2024.

SOUZA, Regina Maria de; BAHIA, Lígia Márcia Martins. A significação das emoções no processo de organização dramática do psiquismo e de constituição social do sujeito. **Psicologia & Sociedade**, Fortaleza, v. 26, n. spe2, p. 53–62, 2014. DOI: 10.1590/S0102-71822014000600006.

TEIXEIRA, Irenides. **Fotografias pessoais no Facebook: corpos e subjetividades em narrativas visuais compartilhadas**. 2014. 217 f. Tese (Doutorado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2014.

INFORMAÇÕES AUTORAIS

1. **Gabriel Borges Cintra**, *acadêmico de Psicologia*, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).
2. **Luiz Gustavo Santana**, Psicólogo, Mestre, docente de Psicologia, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).
3. **Sonielson Luciano de Sousa**, Psicólogo, Mestre, docente de Psicologia, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).
4. **Irenides Teixeira**, Psicóloga, Doutora, docente de Psicologia, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA).