

O FAZER MUSICAL NA EMPRESA EM DIÁLOGO COM A MUSICOTERAPIA

"Music-making" in the company in dialogue with music therapy

PETRAGLIA, Marcelo Silveira¹; QUEIROZ, Gregório José Pereira de²

Resumo

O presente artigo trata da relação entre um processo de desenvolvimento humano e profissional, realizado por meio de atividades musicais, com um processo musicoterapêutico. Primeiramente faz-se uma caracterização dos diversos elementos que constituem este campo de interação: o fazer musical, a musicoterapia (em especial a vertente da Musicoterapia Músico-centrada) e a Educação Experiencial aplicada ao contexto empresarial. Em seguida é apresentada a metodologia usada no estudo e a descrição das oficinas que constituíram o corpo central das atividades musicais. Os resultados foram colhidos a partir dos relatos das experiências dos participantes. Foram encontradas indicações de que o fazer musical, neste contexto, pode proporcionar ganhos para a autopercepção, para o aprendizado de habilidades sociais, alívio de estresse e sobretudo para uma expansão de potencialidades humanas e musicais, constituindo-se em uma atividade correlata à musicoterapia.

Abstract

This article deals with the relationship between a personal and professional development process held by an active music making and a music therapy process. First we describe the elements that constitute this field of interaction: music-making, music therapy (in particular the Music-centered Music Therapy) and Experiential Education applied to the business context. Then we present the study methodology and the workshops description which were the musical activity main body. The results were collected from the participants reports. We found indications that in this context music making can improve self-perception, social skills, stress relief, and help especially to expand human and musical capabilities, becoming an activity related to music therapy.

Palavras-chave: Música, Educação Empresarial, Musicoterapia, Psicologia Social, Fenomenologia.

Key-words: Music, Business Education, Music Therapy, Social Psychology, Phenomenology.

Data de submissão: Março de 2013 | **Data de publicação:** Junho de 2013.

¹ MARCELO SILVEIRA PETRAGLIA – Licenciado em Música pela Universidade de São Paulo, Mestre em Biologia Geral e Aplicada pela Universidade Júlio Mesquita Filho – UNESP e doutorando em Psicologia Social pela Universidade de São Paulo. Correio eletrônico: marcelo@ouvirativo.com.br

² GREGÓRIO JOSÉ PEREIRA DE QUEIROZ – arquiteto graduado pela Faculdade de Arquitetura e Urbanismo da Universidade de São Paulo, especializado em Educação Musical e Musicoterapia pela Faculdade Carlos Gomes, especializado em Musicoterapia na área de Saúde pela Faculdade Paulista de Artes. Correio eletrônico: gregorio.queiroz@terra.com.br

1. INTRODUÇÃO

1.1 Objeto e objetivos do estudo

O mundo empresarial sofreu, nos últimos anos, uma enxurrada de programas de treinamento classificados de “experenciais”. A percepção de que palestras e apresentações técnicas nas quais o ouvinte assumia um papel excessivamente passivo haviam esgotado sua eficácia na transmissão e assimilação de conteúdos cada vez mais dinâmicos, complexos e sobretudo comportamentais, levou os responsáveis por estes processos a buscar novas formas de trabalho. Foi na assim chamada “educação experiencial”, a qual será caracterizada mais adiante, que este meio encontrou um vasto caminho metodológico para atender suas necessidades. Um grande número de empresas de consultoria, voltadas a este mercado, oferecem hoje programas que utilizam as mais variadas técnicas e abordagens, dentro deste enfoque. Estas vão desde simples caminhadas até os mais radicais dos esportes, trabalhos com as diversas artes, incluindo teatro, artes plásticas, dança, artes circenses, música e mais inúmeras outras atividades a princípio exóticas ao meio empresarial. Em comum, todas estas atividades têm por objetivo construir, a partir de uma experiência concreta e fora do ambiente cotidiano, um conhecimento que possa ser mais profundamente assimilado e posteriormente aplicado no trabalho e em outras áreas da vida.

Neste cenário, atividades com música, ocupam ainda um espaço pequeno se compararmos, por exemplo, com atividades esportivas “outdoor”. Podemos observar ainda que, dentro da área musical, predominam os trabalhos mais expositivos, como palestras e apresentações comentadas, de orquestras ou grupos, traçando paralelos entre os vários elementos musicais e as relações entre os músicos, com os processos vividos nas empresas. Poucas atividades ainda são feitas em que os próprios participantes são musicalmente ativos, cantando, tocando instrumentos e mesmo criando sua música.

O presente estudo trata de um trabalho realizado com grupos de colaboradores de três empresas, no qual o principal objetivo foi proporcionar um processo de desenvolvimento humano e profissional por meio de um fazer musical participante. Houve, por parte das empresas e de suas lideranças, um entendimento tácito de que o aprimoramento dos processos do dia a dia de trabalho passava necessariamente pelo desenvolvimento de competências humanas e sociais, mais do que de competências técnicas. Neste sentido podemos dizer que houve uma busca alinhada de um melhor desempenho no trabalho com o um processo de autoconhecimento e desenvolvimento pessoal. Assim foram eleitas *questões-tema* pertinentes

a cada grupo e às necessidades das empresas que serviram como norteadores na organização das atividades, bem como proporcionaram uma maior coerência, unidade e significado ao trabalho como um todo. Na prática, o trabalho se constituiu de uma série de oficinas nas quais os participantes foram convidados a cantar, tocar instrumentos simples, compor, desenvolver habilidades rítmico-motoras e aprimorar sua audição através de vivências musicais dirigidas.

Os resultados deste processo, registrados pelos participantes em seus diários e também coletados em duas entrevistas (antes e após o ciclo de oficinas), revelaram todavia que, além do aumento da autopercepção, de um rico aprendizado social e uma intensificação da relação com a música, os participantes se referiam a efeitos que poderíamos caracterizar como “terapêuticos”. Foram percebidos e relatados pelos participantes efeitos como: diminuição de estresse, aumento do poder de concentração, maior consciência corporal e consequentemente maior controle motor, e sobretudo aumento da autoestima no que se refere à sua capacidade musical e à própria voz. Ou seja, apesar de não haver de início uma intenção terapêutica e um trabalho estruturado neste sentido (com diagnóstico, tratamento e avaliação), houve a percepção por parte dos participantes de uma transformação positiva em seu estado anímico, cognitivo e mesmo corporal.

Deve ser mencionado que uma linha específica da Musicoterapia, a Musicoterapia Organizacional, tem apresentado, por meio de diversas publicações, os resultados de sua atuação. Conforme Baleroni e Silva (2011), uma ação salutogênica pode ser reconhecida na maioria dos trabalhos da área. Todavia estes trabalhos tinham já como propósito um processo de cunho terapêutico, realizados por musicoterapeutas qualificados; neste sentido, eles têm um ponto de partida diverso da experiência aqui relatada.

Assim, quer-se discutir neste artigo as possíveis áreas de sobreposição bem como os limites entre um trabalho de cunho educacional-empresarial com uma ação musicoterapêutica. Para tanto se faz necessário primeiramente caracterizar, mesmo que de modo breve, cada uma das áreas envolvidas, descrever o processo das oficinas, bem como a metodologia utilizada para a coleta de dados, para por fim explorar a questão.

1.2 O fazer musical

Para caracterizar o fazer musical, podemos tomar como ponto de partida a seguinte citação contundente e provocativa, do poeta e cientista alemão Johann Wolfgang von Goethe: “Quem a música não ama, não merece ser chamado de ser humano. Quem apenas ama, é um

meio ser humano. Mas quem a música faz, é um ser humano completo” (GOETHE, 1985).

Se fazer música, no sentido que normalmente se entende por isso (cantar, tocar um instrumento, participar de um coro, orquestra, compor e assim por diante), é o que caracteriza a condição plena de um ser humano, deveria ser criada uma outra espécie para todos aqueles que não participam da categoria “músicos”. Sem dúvida isto seria absurdo, considerando tudo aquilo que, de modo amplo, constitui e caracteriza um ser humano. Todavia, a citação acima pode ter um outro sentido se a tomarmos como descrição de um processo: as etapas de um caminho de humanização. Este pensamento pressupõe um ser humano “não acabado”, sempre em desenvolvimento e em constante busca da realização de sua essência. E esta essência, segundo Goethe, parece estar intimamente ligada à arte musical. Para abrir e aprofundar esta reflexão poderíamos perguntar: pode alguém não amar a música? o que é amar a música? o que é realmente fazer música? E por fim: se somos todos seres humanos, pode haver um ser humano “não músico”?

A este respeito adverte Zuckerkandl:

“Musicalidade não é propriedade de indivíduos, mas atributo essencial da espécie humana. A implicação é que não alguns homens são musicais enquanto outros não o são, mas que o homem é um animal musical, isto é, um ser predisposto à música e com necessidade de música, um ser que para sua plena realização precisa expressar-se em tons musicais e deve produzir música para si mesmo e para o mundo. Neste sentido, musicalidade não é algo que alguém pode ter, mas algo que – junto com outros fatores – é constitutivo do ser humano” (ZUCKERKANDL, V. 1976, pp. 7-8).

Reconhece-se que fazer música é inerente à espécie humana. A história e a arqueologia mostram que música esteve presente na humanidade desde épocas imemoriais. Ela teve e continua tendo, um papel de destaque na expressão de nossos pensamentos, sentimentos e ações. Atualmente pode-se dizer que todas as culturas fazem música e que seus membros se expressam musicalmente, seja de forma rudimentar ou altamente sofisticada.

uConforme Dewey (2005), em nossa sociedade atual, por razões que podem ser investigadas a partir de uma análise histórica, sociológica, antropológica e mesmo econômica, as pinturas e esculturas foram parar nas paredes e salas dos museus, os atores nos palcos e nas telas grandes e pequenas do cinema e televisão e a música nos conservatórios e salas-templos de concerto. A grande maioria acredita que a música é algo para ser apreciada à distância, feita por especialistas, gênios e pessoas dotadas de um dom especial. Estas pessoas com

certeza existem, mas isto não deveria obscurecer a condição de “ser músico” e a musicalidade inerente a todo ser humano.

Felizmente, uma observação mais aberta e atenta reconhecerá um fazer musical genuíno, latente ou explícito, em uma grande variedade de situações cotidianas: alguém que tamborila os dedos ao ritmo de uma música imaginária, outro que canta ao som do rádio no carro, um vendedor ambulante que entoia melodicamente e com ritmos intrincados a lista de seus produtos, até com os respectivos valores enquanto o semáforo está no vermelho. Em todos estes casos, a música emerge como um impulso interior, dá sentido e integração ao contexto no qual se está vivendo. Naquele instante, à sua maneira, o sujeito faz música.

Seguindo por este caminho, olhemos para as seguintes situações: uma mãe que canta para o seu pequeno filho, um grupo de pessoas cantando enquanto bebe cerveja num bar, um grupo de colaboradores de uma empresa que foi desafiado a criar uma música para expressar uma questão de sua área. Nenhuma destas pessoas provavelmente se auto-intitularia “músico”. Considerando a nossa realidade atual, é também pouco provável que tenham algum tipo de educação musical formal. Todavia, elas estão ali em um processo que flui sonoramente, carregado de significado. Não se trata de sons desconexos, mas de um real discurso musical. A mãe e a turma do bar podem estar cantando uma canção conhecida e aprendida pela audição, ou seja, incorporada a partir de fora, mas naquele momento se sentem totalmente identificados com ela. Podem eventualmente improvisar e criar variações bastante próprias. O grupo de colaboradores da empresa pode ter elaborado um texto e em seguida o transformado em canção incorporando um estilo do seu universo de referências auditivas e musicais, um samba, um rap, uma marchinha ou mesmo criado algo bastante livre. Em conjunto, estas manifestações nos apresentam uma situação onde, diferentemente daquilo que normalmente acontece no universo musical institucionalizado, o criador, o interprete e o público, são um só. A música ganha aqui uma realização bastante próxima daquela que encontramos em comunidades que o olhar ocidental moderno chamaria de “nativas”. Sociedades nas quais não só a música mas, de modo geral, todas as artes estão fortemente integradas aos demais acontecimentos da vida cotidiana. Faz-se música porque música faz parte da vida. Faz-se música para si mesmo, para celebrar, adorar, lamentar, curar, se divertir, ritualizar momentos significativos da vida de indivíduos e da coletividade. O fazer musical aparece neste contexto como uma expressão necessária daquilo que vive de forma muito mais ampla no indivíduo ou grupo. A música não é pela música, mas é a forma sonora coerente com a experiência vivida.

Neste sentido, entendemos o fazer musical como simplesmente o ato de fazer música com os recursos que se tem. Seja individualmente ou em grupo, de forma intuitiva ou estudada, ao manifestarmos ativamente nosso ser musical por meio do corpo e em especial da voz cantada, somos todos músicos e nos tornamos um pouco mais humanos ao tornar audível aquilo que existe em potência dentro de nós.

1.3 A musicoterapia

A musicoterapia estruturada como área do saber e do fazer terapêutico é algo recente em nossa cultura. Assume-se como os anos imediatamente após a segunda guerra mundial, o início tanto de sua aplicação prática como da reflexão crítica sobre a mesma. Por ser notoriamente um campo interdisciplinar, onde a arte musical, as ciências médico-biológicas e a psicologia interagem fortemente, é natural que um grande número de vertentes explorem as várias direções e nuances resultantes deste encontro. Já no final do século XX, Bruscia (2000) apresenta mais de 60 definições de musicoterapia e um grande número de possibilidades técnicas para o trabalho. Hoje se reconhece pelo menos cinco grandes modelos em musicoterapia: Modelo Comportamental (Clifford Madsen), Abordagem Nordoff-Robbins (Paul Nordoff e Clive Robbins), GIM-Guided Imagery and Music (Hellen Bonny), Modelo Benenzon (Rolando Benenzon) e Modelo Analítico (Mary Priestley) (BRANDALISE, 2003). Dentre estes modelos, a abordagem Nordoff-Robbins e o modelo GIM talvez sejam os que mais coloquem a própria música, com todo o seu potencial, no centro de sua prática. Todavia no caso do modelo GIM isto se dá de forma que o cliente se coloca numa postura receptiva diante da música, ouvindo peças selecionadas e sendo conduzido em suas imaginações pelo terapeuta. Já na abordagem Nordoff-Robbins é no encontro criativo e improvisacional entre cliente e terapeuta que o processo terapêutico se desenvolve. Brandalise (2003) propõe uma sistematização destas últimas abordagens naquilo que denomina “Musicoterapia Músico-centrada”. Nesta abordagem se busca no fazer musical e na própria música o agente capaz de promover a transformação e o ganho de saúde para o cliente. Reconhece-se aqui que todo processo se dá na relação recíproca entre o cliente, o terapeuta e a própria música. A música, entendida como um ente autônomo, assim como os outros dois atores do processo, *busca contato* e atua em pé de igualdade no sistema estabelecido. Brandalise (2003) propõe o “Triângulo de Carpentier & Brandalise” (Figura 1) para, de forma esquemática, representar esta relação:

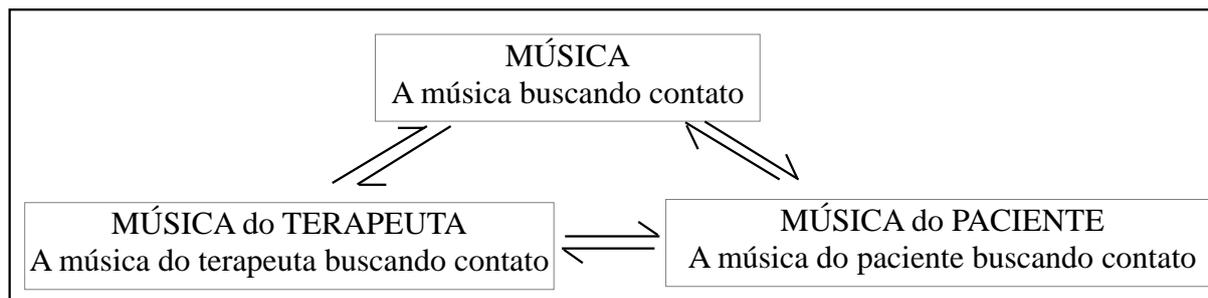


Figura 1: Triângulo de Carpenter & Brandalise
Fonte: Brandalise (2003)

Como o enfoque adotado nas oficinas realizadas nas empresas teve um caráter fundamentalmente prático do fazer musical, onde se buscou na própria dinâmica da música o agente propiciador de desenvolvimento dos participantes, parece justificado promover o diálogo entre o fazer musical na empresa, assim como relatado neste estudo, e a vertente da Musicoterapia Músico-centrada, já que esta, por sua própria definição, acolhe como elemento fundamental de sua prática a própria música e a potência dos seus elementos estruturais (relação dinâmica dos tons, escalas, padrões rítmicos, acordes, intensidades, forma e timbre).

É importante ressaltar que cada abordagem ou modelo musicoterapêutico, tem seu valor e deve ser escolhido e usado de acordo com o propósito e contexto no qual sua aplicação será dar. Para a presente discussão, entendemos que uma vertente mais receptiva da musicoterapia como, por exemplo, o Modelo GIM ou o universo da Vibro-acústica³, por não incorporarem em suas práticas um fazer musical ativo e se apoiarem predominantemente na escuta, teriam poucas faces de contato com o projeto realizado. Igualmente o Modelo Benenzon ou o trabalho de Mary Priestley, exigiriam o diálogo com caminhos interpretativos das vivências dos participantes segundo uma perspectiva psicanalítica, o que não seria condizente nem com o propósito nem os resultados da experiência realizada. No processo que iremos descrever mais adiante ficará claro que o mais importante foram as percepções e os aprendizados que os próprios participantes alcançaram a partir de sua interação com a música: aquilo que puderam perceber ao tocar, cantar, criar e ao se relacionar musicalmente com os colegas. São estas percepções, que indicam o reconhecimento da ação da música sobre os participantes, que quer se colocar em diálogo com a musicoterapia. Neste sentido entendemos ser mais coerente promover o encontro desta experiência com uma abordagem que privilegie o fazer musical e reconheça o poder da própria música como agente transformador.

3. Vibro-acústica é uma técnica terapêutica onde o cliente recebe a aplicação de sons, frequências simples ou música, simultaneamente pelo sistema auditivo e pelo contato corporal direto com uma superfície vibratória sobre a qual está deitado ou sentado.

1.4 Educação experiencial no desenvolvimento humano e organizacional

Por estar a pesquisa de campo do nosso estudo inserida no ambiente corporativo, que em boa parte busca hoje apoio em metodologias consideradas até pouco tempo como “alternativas”, é justo que aqui se dê espaço à apresentação e definição do conceito de *educação experiencial* mesmo que de forma breve.

Segundo Carver (1996), Educação Experiencial é educação (a condução de alunos através de um processo de aprendizado) que faz uso consciente das experiências dos alunos, integrando-as ao currículo. Experiências envolvem qualquer combinação dos sentidos (tato, olfato, audição, visão, paladar), emoções (prazer, excitação, ansiedade, medo, dor, empatia, apego), condições físicas (temperatura, força, nível de energia) e cognição (conhecimento construtivo, estabelecimento de crenças, resolução de problemas).

Educação experiencial se direciona à integralidade do aluno enquanto pensamento, sentimento, corpo, emoção e ser social. Os alunos são vistos como recursos valiosos para sua própria educação, a educação de outros e o bem estar da comunidade da qual são membros.

Mesmo que haja condutores formais da atividade, os alunos compartilham o processo de ensinar e os professores continuamente aprendem da sua experiência com o grupo. Neste sentido, seria aqui justificada a troca do termo Professor pelo termo Facilitador, pois o primeiro (se consideramos a etimologia da palavra) é alguém que detém um saber e o transmite em via única para o aluno, já o segundo se coloca na posição de criar as condições para o aprendizado e apoiar a construção do saber haurido pelo aluno a partir das e próprias experiências vividas. Sendo o facilitador, o guia do grupo, ele precisa ter o mapa do terreno a ser estudado, de modo a evitar riscos ou processos desnecessários na jornada de aprendizado. Este mapa do terreno deve incluir as dinâmicas sociais do grupo, suas condições físicas, emocionais, psicológicas, o nível de desenvolvimento que o grupo e seus integrantes possuem (social, físico, acadêmico etc.), a natureza e condições do ambiente (sua posição geográfica, política e cultural) e os recursos disponíveis no grupo de modo geral.

Um facilitador habilidoso pode mostrar ao grupo como utilizar a experiência de seus membros de modo a criar os instrumentos necessários para a superação dos desafios encontrados e, assim, alcançar um mais elevado estado de confiança, autoconfiança, responsabilidade social, independência e satisfação pessoal.

Existem diversas modalidades de educação experiencial cuja lista a seguir apresenta

apenas alguns exemplos:

- ♣ Aventuras na natureza – caminhada por trilhas, escaladas, velejar, rafting, acampamento selvagem etc.
- ♣ Estágios de trabalho, intercâmbios e treinamentos
- ♣ Treinamentos em sobrevivência, resgate e primeiros socorros
- ♣ Educação e produção artística
- ♣ Trabalhos de comunicação (jornais, rádios TVs)
- ♣ Programas acadêmicos
- ♣ Trabalho social voluntário

O propósito de listar as categorias acima é mostrar a amplitude das oportunidades em educação experiencial e nos fazer pensar a respeito dos elementos que, mesmo não sendo aparentes, estas possam ter em comum:

- ♣ *Autenticidade*: as atividades e suas consequências devem ser percebidas como relevantes para a vida dos participantes; elas devem fazer sentido dentro do seu universo.
- ♣ *Ser ativo* no processo de aprendizado, usando seu potencial criativo, buscando soluções originais para as situações e problemas encontrados.
- ♣ Utilizar a *experiência vivida* como fonte de recursos em face aos desafios e refletir sobre os pensamentos, sentimentos e ações que cada situação suscita.
- ♣ *Fazer a ponte* entre a situação de aprendizado e as questões, projetos futuros, ideais e sonhos dos indivíduos e dos seus grupos.

2. METODOLOGIA

2.1 Escolha das empresas e estruturação das oficinas

Para que este estudo acontecesse numa situação a mais real possível, minimizando distorções que podem ocorrer em situações laboratoriais, foi firmada uma parceria com a empresa METANÓIA – Educação nos Negócios⁴. Esta empresa atua no mercado desde o início dos anos 80 e focou seu trabalho no desenvolvimento de equipes e lideranças de

4. Sítio na internet <<http://www.metanoia.net>>

pequenas e médias empresas. Em conjunto com a equipe da METANÓIA, foi proposto aos seus clientes um programa de desenvolvimento humano, onde a ferramenta central seria a música. A partir do levantamento das empresas interessadas foram selecionadas três empresas que formaram a base do trabalho de pesquisa de campo. Juntamente com os gestores das empresas e o próprio grupo de colaboradores, foram levantadas as *questões-tema* relevantes, que cada grupo gostaria de tratar. Nas empresas, doravante denominadas apenas como A, B e C, as questões-tema escolhidas para o trabalho foram:

- ♣ Empresa A - Foco no cliente, saber ouvir, pensar fora dos padrões condicionados, sair da zona de conforto, experimentar o novo.
- ♣ Empresa B - Comunicação.
- ♣ Empresa C - Atenção no fluxo do processo, visão sistêmica, fortalecimento do sentimento de equipe.

Uma vez definidos estes objetivos, foram elaborados os programas com os conteúdos e exercícios musicais pertinentes a cada caso e a agenda de trabalho. Foram realizadas dez oficinas nas empresas A e C e nove oficinas na empresa B, com uma periodicidade média quinzenal, ao longo de oito meses. Cada empresa teve seu processo correndo de forma independente das demais. As oficinas tiveram lugar nas dependências da própria empresa.

2.2 Os participantes

A cada empresa coube decidir como seriam convidados os participantes do projeto, podendo tanto ser um grupo já existente de uma área definida (financeiro, produção, planejamento etc.), como um grupo misto, reunindo colaboradores de diferentes áreas e níveis hierárquicos da organização. Os participantes deveriam não só aderir de forma voluntária ao projeto, mas também vê-lo como uma real possibilidade de crescimento pessoal e profissional; portanto, deveriam desejar participar. Os grupos tiveram entre 11 e 15 participantes, de modo a propiciar que as vivências musicais coletivas tivessem uma boa consistência e diversidade, mas também para que não se perdesse no grupo a dimensão do indivíduo. Os participantes leram e assinaram um termo de consentimento utilizado em pesquisas na área da psicologia social, para garantir o status ético do estudo e preencheram uma ficha de cadastro com seus dados pessoais e de formação. Um gestor do processo, representante da empresa, se responsabilizou por toda a logística e aspectos práticos das oficinas.

2.3 O facilitador

O papel do facilitador neste estudo foi desempenhando pelo próprio pesquisador. Esta sobreposição de papéis se aproxima daquilo que é classificado por Moreira (2002 p. 51) como “observação participante”, se diferenciando desta pelo fato do facilitador dirigir e interferir intencionalmente nos processos do grupo. Neste caso, o pesquisador teve um alto grau de interação com seus pesquisados, participando integralmente nas atividades. Todos tiveram consciência de seu duplo status e ele desfrutou do consentimento do grupo para ali estar e conduzir o processo. Admitindo que o aprendizado de cada participante resultou de sua interação com os colegas, com a própria música e com o facilitador/pesquisador, coube a este buscar uma fluência natural entre propor, participar, viver e observar a si mesmo e ao grupo ao longo da ação. Neste sentido, ressalta-se a importância de ter-se utilizado um registro em vídeo das oficinas. Isso tornou possível, mesmo que posteriormente e já fora de contexto, resgatar os acontecimentos e aplicar um novo e quiçá mais objetivo olhar sobre o processo vivido.

2.4 A coleta de dados

Ao término de cada oficina, os participantes foram convidados a registrar em um livro, seu “diário de bordo”, as impressões, sentimentos, imagens, reflexões e aprendizados que tiveram durante o encontro. Estes textos são parte integrante da base de dados da pesquisa.

Por serem as oficinas momentos altamente dinâmicos, complexos e ricos em detalhes e, para que se pudesse fazer uso das informações no momento da análise dos dados, pareceu necessário que todo processo fosse gravado em vídeo. Este registrou a movimentação do grupo e serviu de “testemunha” do processo. Era esperado e compreensível que registrar em vídeo este tipo de vivência pudesse causar algum tipo de constrangimento e ser uma interferência no processo. Para minimizar este efeito optou-se por ter uma câmera estática, montada no fundo da sala, com lente aberta captando o ambiente geral das oficinas. Gravar as oficinas mostrou-se um recurso importante, dada a incapacidade do pesquisador de observar a totalidade do curso dos eventos, uma vez que desempenhou simultaneamente o papel de facilitador e foi parte integrante do fenômeno.

Completando as fontes de registro e informação da pesquisa, foram feitas duas entrevistas individuais com cada um dos participantes das oficinas. Estas ocorreram antes do

início do processo e após seu término. Deste modo, pode-se ter uma percepção do caminho individual de cada participante e se pode observar o efeito do trabalho ao longo do tempo. As entrevistas foram de caráter semi estruturado, conforme descrito por Moreira (2002, p. 55), partindo de um roteiro com algumas perguntas pré-definidas, que visavam obter informações relativas aos objetivos da pesquisa, mas estavam abertas a outras questões e necessidades do entrevistado.

2.5 A reflexão sobre os dados

Tendo como base um conjunto de informações, de caráter essencialmente qualitativo, procedeu-se a análise dos dados da seguinte maneira:

1. Foi feita uma *descrição* das atividades realizadas.
2. As anotações dos diários e das entrevistas foram compiladas e foram buscados conceitos gerais que poderiam dar sentido ao fenômeno. Foram assim identificadas e organizadas categorias que serviram para agrupar as citações de natureza semelhante, assim também se reconhecendo o que era dessemelhante.
3. Procurou-se reconhecer o que é *essencial* à caracterização do fenômeno, deixando de lado tudo aquilo que se mostrou supérfluo e que, uma vez retirado, conforme descrito em Moreira (2002, p. 89), não afeta a integridade do fenômeno.
4. De posse do conteúdo resultante e reconhecida a estrutura essencial do objeto de estudo, foi possível trilhar um caminho *interpretativo* (hermenêutico), por se entender que este é um passo importante, assim como coloca Langdridge (2008, p. 1138) e, ao seu final, gerar, como resultado, uma *imagem* a mais completa possível da questão em estudo.

3. DESENVOLVIMENTO

3.1 As oficinas

O cerne deste projeto foi o conjunto de oficinas onde os participantes foram conduzidos através de vivências musicais diversas. Estas foram agrupadas nas seguintes categorias:

3.1.1 Exercícios rítmicos e motores

Estando ciente de que os participantes chegavam para as oficinas vindos de diferentes departamentos e que eles normalmente haviam permanecido sentados ou em posições de pouca mobilidade, optou-se por dar início ao trabalho com uma série de exercícios rítmico-motores caracterizados a seguir: 1 - Imitação rítmica, com palmas e pés; 2 - jogos com células rítmicas distribuídas entre pares ou no grupo todo, (PETRAGLIA, 2012); 3 - improvisação coletiva. Estes exercícios naturalmente levaram a uma rápida integração do grupo, bem como proporcionaram uma reconexão com o corpo.

3.1.2 Canto

Por ser a voz e o canto o meio expressivo primordial da musicalidade humana (MENUHIN & DAVIS, 1981 p. 7.), foi dada, nas oficinas, uma especial importância e espaço ao canto coral, bem como a noções básicas de técnica vocal. O trabalho de aquecimento foi realizado utilizando-se de exercícios da “Escola do Desvendar da Voz” (WERBECK-SVÄRSTROM, 2004). Após um breve aquecimento, foram cantadas canções e cânone diversos tais como: “As praias do Ceará” (cânone de Aricó Jr.) , “Pescaria” (Dorival Caymmi), “Baião de ninar” (cânone - autor desconhecido), Primavera (cânone - autor desconhecido), “Ode à Alegria” (versão adaptada pelo facilitador do coral “Freude schoner Götterkfunken” do IV movimento da IX Sinfonia de L. v. Beethoven); “Cânone de aniversário” (Pär Ahlbom), “O Tatu” (cânone húngaro com letra adaptada para o português).

3.1.3 Trabalho com instrumentos musicais

Nas atividades foram usados diversos instrumentos musicais simples tais como:

- ♣ Gongos afinados – cada participante recebia um gongo (um tom) e uma baqueta. O conjunto formava uma escala com a qual era possível tocar músicas em conjunto.
- ♣ Metalofones Pentatônicos – tocados individualmente ou em duplas.
- ♣ Tubofones - tubos de PVC afinados que se percutem com placas de borracha.
- ♣ Jogo de Liras – peças de madeira sobre as quais se estira um jogo de cordas afinadas em um único tom. Para tocar o instrumento basta escorregar os dedos

sobre as cordas.

▲ Percussão variada - tambores, caxixis, agogôs, címbalos, troncos de eucalipto etc..

Os instrumentos musicais desempenharam diversos papéis durante as oficinas, dentre estes podemos citar: enriquecer rítmica e harmonicamente as canções; mediar o processo de comunicação, especialmente nos vários exercícios de diálogos não verbais; atuar como instrumento-personagem nas criações de histórias musicais.

É importante mencionar que se trabalhou frequentemente com o princípio de *instrumento coletivo*, ou seja, um instrumento composto de várias unidades que podem ser distribuídas entre os integrantes de um grupo. No caso de um Jogo de Gongos, Liras ou Tubofones, cada unidade é capaz de emitir e apenas um tom, e seu executante necessita então se relacionar com os demais para que uma música possa se manifestar.

3.1.4 Jogos e exercícios focados no processo auditivo

Foram feitos vários exercícios de conscientização do processo auditivo: exercícios com os olhos fechados onde apenas se buscava identificar a fonte sonora e sua localização; descrições de sons e suas qualidades; reconhecimento de parâmetros sonoro-musicais como agudo e grave e células rítmicas; escuta entre as várias vozes de um cânone, consonâncias e dissonâncias etc..

3.1.5 Criação musical

Partindo de pequenas improvisações, às vezes só de alguns compassos, em meio a um refrão sustentado pelo grupo ou simplesmente criando frases musicais para tecer um diálogo, os participantes foram gradativamente expandindo sua expressão musical até serem solicitados a criar pequenas “peças” para caracterizar um tema ou criar a trilha musical para um conto. O objetivo principal destas atividades foi proporcionar aos participantes um contato com seu potencial criativo musical e reconhecer a possibilidade de fazer música “a partir de dentro”.

Estas atividades, suas adaptações e variantes, foram definidas e orientadas para propiciar momentos de aprendizado condizentes com as questões-tema definidas originalmente como foco do trabalho e foram ajustadas à medida que o processo se desenvolveu. É importante ressaltar que o foco foi sempre a possibilidade de elaboração pelo indivíduo e pelo grupo das questões-tema, o que inevitavelmente passava por questões de

postura, atitude, habilidades pessoais e profissionais e, portanto, mesmo que fosse esperado um aprimoramento de habilidades musicais, estas foram somente uma consequência do trabalho realizado e de importância secundária.

A fim de tornar mais palpável a experiência vivida pelos participantes, segue uma breve descrição de alguns dos exercícios realizados.

Na empresa B onde a questão-tema era a Comunicação, foi feito, entre outros, o seguinte exercício: o grupo foi dividido em trios e cada trio recebeu um metalofone pentatônico com duas baquetas. Dois participantes sentavam-se frente a frente, cada um com uma baqueta. O terceiro ficava ao lado como observador. Sem poder usar a voz os participantes com as baquetas deveriam tecer uma “conversa” tocando o metalofone. Pode-se observar que frases se sucederam e cada dupla encontrou uma dinâmica própria na “conversa”. Alguns foram mais exaltados, outros mais respeitosos, outros aparentemente tinham pouco “assunto”, outros um tanto “tagarelas”. Após algum tempo trocavam-se os papéis e um dos que tinha tocado passava a ser o observador. Quando todos tiveram sua vez o trio pode conversar sobre a experiência e ao final todo o grupo fez uma reflexão em plenária.

A partir de um exercício como este surgiram aprendizados sobre as várias dimensões de um diálogo e o quanto normalmente é dito de forma não verbal. Cada participante também se tornou mais consciente de sua postura diante do outro, uma vez que foi colocado em evidência o “como” cada um se coloca, independente do conteúdo (o “quê”) é expressado.

Aqui, toca-se um ponto importante do potencial educativo (e por que não também terapêutico) da música: ao subtrair-se o conteúdo verbal de um discurso, revelam-se os sentimentos, as intenções e a intensidade de cada expressão. Estas, por sua vez, são altamente reveladoras do que vive no interior de um sujeito, muitas vezes de modo oculto à sua própria consciência. Ao emergir, esta camada interior pode ser contemplada, reconhecida e processada de forma consciente, tornando o sujeito um pouco mais senhor de si mesmo.

Na empresa C, onde a questão-tema englobava a atenção e o fortalecimento do espírito de equipe, um exercício aparentemente simples mas bastante efetivo mostrou-se altamente educativo.

Todos haviam aprendido uma canção cujo texto se referia à “Primavera”. Quando o grupo alcançou uma razoável segurança para cantar a melodia, foram distribuídos gongos (um para cada participante) cobrindo toda a escala e os tons utilizados na canção. Como os gongos foram distribuídos aleatoriamente, a primeira tarefa dos participantes foi ordenar os mesmos

de maneira lógica e em seguida encontrar em que momentos seu tom deveria soar para que a melodia completa pudesse ser ouvida. Em seguida, o grande desafio foi encontrar em conjunto, a fluência adequada que expressasse a melodia que cada um individualmente e todos em conjunto podiam ouvir interiormente. Na prática isso não é tão simples e exigiu do grupo uma alta dose de concentração, percepção do coletivo e treino. Foi necessário conquistar uma sintonia fina entre a representação interna da melodia e sua execução compartilhada com outros sujeitos. É importante mencionar que o trabalho foi feito sem ajuda de um regente e, portanto, a referência era a própria melodia que todos queriam ouvir soando através dos instrumentos. Neste sentido não havia relações hierárquicas ou de poder de um participante sobre os outros, a própria música (ou se quisermos, o propósito consensualmente acordado, que se constituiu na própria música) era o guia.

Completa esta breve e parcial descrição dos trabalhos práticos nas oficinas o relato de uma das experiências realizadas com os participantes da empresa A. Estes buscavam aprimorar sua capacidade criativa, pensar fora dos padrões condicionados e desenvolver a coragem para o novo, expandindo sua capacidade de realização.

Em um dos encontros os participantes foram divididos em dois grupos e cada grupo teve a tarefa de propor um “tema” (verbalizado em uma frase ou palavra) ao outro. Na sequência, os grupos tiveram a tarefa de, em 30 minutos, criar uma pequena peça musical inspirada pelo tema recebido do outro grupo e em seguida apresentá-la.

Apesar de um variado conjunto de instrumentos ter sido disponibilizado, ambos os grupos, após um período experimentação, acabaram optando por criar peças vocais baseadas na repetição de pequenas frases. O clima geral durante a realização do exercício foi descontraído, mas era evidente o esforço em superar a vergonha de expor suas ideias musicais, soltar sua voz e, no momento da apresentação, se colocar diante dos colegas apresentando algo tão singelo. Mesmo assim o grupo percebeu que era possível se aventurar em uma expressão musical própria e quão necessário é se expandir e superar os limites auto impostos, como demonstra o comentário de um participante⁵ ao final do processo:

“Pude notar coisas que não tinha nem ideia que podia fazer... não mudamos a maneira de agir por "achar" que não podemos... todos se superando, fazendo o que não imaginávamos... os encontros nos mostraram como somos capazes de desenvolver trabalhos que no fundo achávamos não ser possível”.

5 Para salvaguardar a privacidade dos participantes do projeto serão omitidos os nomes destes nas citações.

Fizeram parte integrante das oficinas, momentos de reflexão, esclarecimentos e comentários, nos quais os participantes puderam manifestar suas percepções, sentimentos e descobertas; sendo a troca de experiências no grupo, um fator de fundamental importância para o processo de desenvolvimento individual e coletivo.

4. RESULTADOS

4.1 Categorias

A partir da leitura dos diários e das entrevistas foram identificadas as várias percepções dos participantes sobre aspectos da experiência vivida nas oficinas, e estas percepções foram compiladas e organizadas em cinco grandes categorias:

- ▲ Descobertas e aprendizados - conquista de novos pontos de vista, ampliação do conhecimento sobre algum tema, conquista de habilidades, conexões com a vida da empresa e a vida pessoal.
- ▲ Percepções de si - os sentimentos, as percepções corporais, considerações sobre a própria voz, reconhecimento de padrões, dificuldades e habilidades.
- ▲ Percepções do outro - as percepções sobre o grupo, a relação com o outro, as percepções do comportamento social.
- ▲ Percepções sobre a música - a relação particular com a música, a ação da música sobre si, expectativas, frustrações e conquistas em relação à música.
- ▲ Percepções sobre o projeto e processo das oficinas - desenvolvimento das oficinas, o significado do projeto, o impacto das oficinas sobre o fluxo do dia, a atuação do facilitador.

Vistas em conjunto estas categorias apresentam o panorama do que foi identificado pelos participantes como suas vivências, aprendizados e resultado do processo. Naturalmente, deve se considerar que entre a experiência vivida e seu relato há distorções, seja pela dificuldade da auto-observação, seja devido ao filtro da linguagem que sempre impõe seus limites e forma sobre o discurso. Todavia o relato verbal ou escrito é o principal meio de acesso que se tem à consciência de um outro ser (ENGELMANN, 1989) e, apesar das possíveis distorções, nos dá indícios sobre o que vive no interior de um outro sujeito.

4.2 As citações

Para ir ao encontro dos objetivos do presente estudo, selecionou-se, dentre as categorias, as citações onde foram mencionados os efeitos salutogênicos do trabalho, ou seja, aquelas que apresentaram resultados que poderiam ser entendidos como efeitos promotores de saúde da mente, da alma e do corpo e, portanto, terapêuticos.

A Tabela 1 apresenta a distribuição das citações dos participantes nas categorias correspondentes e o número de citações que foram identificadas com indicativas de uma ação salutogênica do processo.

Tabela 1: Distribuição das citações nas categorias

Categorias	N. de citações
Descobertas e aprendizados	213
Percepções de si	207
Percepções do outro	60
Percepções sobre a música	15
Percepções sobre o projeto e processo das oficinas	128
Total de citações	623
Citações mais diretamente indicativas da ação salutogênica do fazer musical	127

A seguir são apresentadas, a título de exemplo, algumas das citações relevantes para este estudo.

“Fazia muita diferença ter a oficina, fiz questão de participar pois percebia que o dia mudava, ficava mais leve. Chegava “pilhada” e conseguia baixar o grau de nervosismo, ansiedade, deixava os problemas lá fora [...] Fazer as oficinas na 6a feira ajudava a liberar o estresse da semana, em contraste com os outros dias, saía mais leve, capacidade mental 100%. Após ficava refletindo sobre a relação dos exercícios com a empresa [...] A partir dos exercícios, tiveram muito pontos em que eu tive uma mudança de comportamento – o exercício do xilofone coletivo – percepção de passar informações contraditórias, coerência/incoerência, hoje é olho no olho [...] Nunca pensei que pudesse “brincar” com um instrumento, foi a primeira grande oportunidade de entender como seria a música para mim, poder me soltar, não ter vergonha foi muito bom. Esse despertar pode levar a alguma outra coisa. Comecei a ouvir mais música no trabalho, em casa em, vez da TV coloco uma música para lavar louça. Ganhei mais consciência de minhas próprias capacidades e dificuldades musicais, produziu uma expansão da consciência em relação à música. Ficou mais forte a consciência de o quanto eu gosto de música [...] Senti grande satisfação em cantar, trabalhar a voz me relaxa [...] Acho que hoje foi o dia mais intenso para mim. Cheguei agitada, foi difícil o exercício de coordenação entre os pés, as mãos, os ritmos...Meu corpo dizia uma coisa e meu cérebro dizia outra. Aos poucos fui me encontrando e fazendo conexões [...] Muito

legal poder me perceber nos instrumentos. Consegui perceber os sons que eu emito com minha personalidade [...] Foi importante ter a consciência do meu corpo, o quanto os meus braços estão ligados às minhas pernas... Nas atividades eu percebi o quanto eles não se conversam. O quanto pra mim é difícil bater palmas e bater os pés. Então uma coisa que pra mim não fazia sentido, que eu não tinha preocupação, hoje pra mim sei perceber isso e é importante esta conexão da gente se conhecer, coordenar estes movimentos e usar isso a nosso favor [...] Hoje gostei da "lira", um som que transmite tranquilidade e que deixa as pessoas relaxarem. Saio com uma paz interior ainda maior [...] Eu, a princípio, estava curiosa com o que podia acontecer e não me sentindo muito a vontade, mas me coloquei a disposição para o programa. Quando fizemos a roda e começamos as atividades fui me soltando a até me esqueci da gravação [em vídeo], foi muito mágico, pois não fiz nada disso nessa minha trajetória de vida. Me senti muito bem e saio hoje confiante que somos capazes de fazer qualquer coisa, precisamos é dar o primeiro passo, se está certo ou não, de alguma forma podemos contribuir [...] Percebi quanto é importante ouvir, esperar a vez do outro, não atropelar, ter calma, assim tudo fica mais harmonioso [...] Hoje foi um momento muito bom e agradável, participei com o tambor na narração de uma história, me senti muito importante no contexto. Consegui viajar e vislumbrar os personagens da história. Foi muito bom [...] No dia de hoje percebi que quando se ouve melhor, se canta melhor e no dia a dia, se escutarmos o cliente melhor, atenderemos suas necessidades com mais excelência [...] Um detalhe pessoal que eu pude notar é que apesar de poucos encontros ajudou na minha memória [...] Hoje ficou evidente a minha tendência em acelerar, isso não é positivo e vou me observar para melhorar [...] Que bom esse momento, precisava mesmo trabalhar minha concentração e fiquei mais relaxada e tranquila [...] Fazia diferença o dia que tinha oficina. Sou muito agitada, acabava estourando. Agora me sinto mais calma, mais serena [...] Percebi hoje uma coisa que quando cantamos até a dor vai embora, pois tava com tanta dor de cabeça e passou quando terminou [...] Hoje percebi que as vezes não fazemos o que precisa ser feito (o que o outro pede). Achamos que sabemos do nosso jeito e saímos fazendo sem saber o que o outro precisa [...] No dia do nosso encontro, quando chego 8:00 hs, logo penso no trabalho que tenho a fazer e se vou dar conta, mas quando vou para a sala e começamos a cantar é como se tudo estivesse se encaixando e ao terminar, saio com mais energia e muitas vezes com algumas respostas para o meu dia a dia. Estou muito feliz [...] Ontem cheguei em casa muito nervosa, cansada, fui para o quarto tirei uma hora para cantar e fiquei bem calma [...] Hoje me surpreendi com o fato de me sentir no fluxo. Mesmo chegando atrasada. Normalmente preciso de um tempo para me integrar à equipe e isso não aconteceu, foi mais fácil e mais leve, sem medo de julgamento. Estava me sentindo livre [...] A música traz a leveza para perceber a minha comunicação. Aumentei a minha consciência sobre a forma como eu me comunico-me, a percepção minha e do outro e qual o melhor modo de interagir [...] O exercício de acompanhar o tempo com as palmas me trouxe a sensação de centramento e força interior [...] Apesar de estar cheio de problemas pessoais com certeza a aula de hoje vai ser uma das poucas coisas que vai me relaxar essa semana [...] Hoje a aula foi muito divertida e engraçada. Gostei muito de tocar e pela primeira vez não tive vergonha de errar”.

5. DISCUSSÃO

“Musicoterapia é um processo interpessoal no qual o terapeuta utiliza a música em todas as suas facetas – física, emocional, mental, social, estética e espiritual – para ajudar o cliente a melhorar, recuperar ou manter a saúde” (Bruscia, 2000).

Se entendemos a saúde como uma propriedade emergente no sistema dinâmico que integra as várias dimensões do sujeito (fatores biológicos, psico-sociais, econômicos, comportamentais, ambientais, biográficos, entre outros) (VANLEEuwEN, J. A. et al. 1999), ações que favoreçam o desenvolvimento interno e social de uma pessoa, certamente devem contribuir para seu bem estar geral.

Como pudemos constatar pelos relatos dos participantes, as oficinas propiciaram em primeiro lugar uma ampliação da consciência sobre si e sobre o outro. Foram feitas descobertas sobre a própria corporalidade e sobre a voz. Comportamentos e modelos mentais se apresentaram e puderam ser reconhecidos criticamente pelos sujeitos. Em especial os exercícios rítmicos parecem ter propiciado não só uma nova percepção do corpo como uma conexão e apropriação por parte do sujeito dos seus membros e movimentos: um resgate da própria corporalidade para o ser. Em várias situações manifestaram-se sentimentos de pertencimento, alegria, unidade e realização conjunta. Houve, sem dúvida, situações desafiadoras, que em certos momentos levaram a uma frustração e a percepção de limites. Estas dificuldades desempenharam um papel necessário ao oferecer suficiente *resistência*, elemento fundamental ao desenvolvimento da consciência e alicerce da mesma. Sem a resistência, as dificuldades e a necessidade de exercício visando a superação das barreiras, dificilmente brotaria no final do processo o sentimento de conquista e realização que foi percebido pelos participantes. Foram registradas menções de diminuição de estresse, diminuição da ansiedade, melhora da concentração e da memória e até alívio de dor de cabeça. Um dado importante é que em diversas vezes foi notada uma mudança de atitude frente às questões do dia a dia após a passagem pela oficina. Como mencionado por um dos participantes:

“O dia era mais leve. Toda vez que a gente sai da rotina pra ir para a matriz é maçante, chega aqui esta tudo atrasado. Mas nos dias da oficina não. Chegava aqui estava tudo atrasado mas logo tudo entrava em ordem. Era uma terapia. Talvez não fosse o dia, era eu mesma, a gente... Chegava aqui preocupada, mas não com as coisas técnicas. A gente refletia sobre o aprendizado que a gente teve e nestes dias ficava mais com a atenção na equipe”.

Naturalmente, seria prematuro atribuir uma causação direta do fazer musical a estas percepções; elas muito bem poderiam ser resultado de vários e indeterminados fatores agindo conjuntamente. O simples fato de se interromper uma atividade cotidiana e, por duas horas, se dedicar a algo diferente, pode ser o suficiente para provocar uma alteração substancial no estado geral de uma pessoa. Todavia deve-se perguntar: qualquer tipo de interrupção levaria ao mesmo resultado? Teria a música algo específico que poderia justificar a percepção de tal mudança de estado? É justamente na busca de respostas a estas perguntas que a abordagem da Musicoterapia Musico-centrada e os pensamentos que a fundamentam, pode ser de grande ajuda.

Como filósofo da música, Viktor Zuckerkandl (1976) forneceu um corpo de pensamentos que serviu e serve em grande medida para fundamentar as práticas e resultados da abordagem Nordoff-Robbins e, conseqüentemente, da Musicoterapia Musico-centrada. Ao refletir sobre como o fenômeno geral da música poderia servir a atividades tão díspares, como, por exemplo, o canto de guerreiros marchando para uma batalha, um canto de oração, uma mãe ninando seu filho, uma cantoria de homens embriagados um bar, sejam estes uma expressão contemplativa ou uma grande agitação, o autor faz a seguinte proposição:

“Há um elemento comum a todas estas diversas expressões, que é a necessidade de auto abandono; todavia isto não é um dar as costas ao ser, não é uma negação, mas um alargamento, uma intensificação do ser, uma quebra das barreiras que separam o ser das coisas, o sujeito do objeto, o agente da ação, contemplador daquilo que é contemplado: é uma transcendência da separação, sua transformação em uma unicidade (togetherness)” (ZUCKERKANDL, 1976, p. 23).

Desenvolvendo esta ideia, Queiroz (2003, pp. 19-20) aponta que nas situações cotidianas “não musicais”, nossa atenção é dirigida aos objetos exteriores estabelecendo uma cisão entre eu e o objeto necessária às operações práticas. Este é o caso do “caçador diante de sua caça, o cientista diante de seu objeto de estudo, o cozinheiro diante da preocupação da execução impecável de uma receita, o jogador de xadrez diante dos lances sempre decisivos”. Em situações assim, não é comum encontrar pessoas musicando. Cantar, ou fazer música, parece mais natural em situações onde se busca um envolvimento de natureza emocional ou existencial com o outro ou consigo mesmo. Aqui podemos resgatar a ideia exposta anteriormente de que “a música busca contato”, um contato que promova a transcendência dos próprios limites, sem contudo dissolver a própria existência no outro. Pelo contrario, exige que estejamos plenamente acordados em nós mesmos, como sugerem os seguintes relatos:

“As dinâmicas para nos percebermos enquanto equipe estão surtindo efeito. Consigo me perceber nessa atividade e fazer a conexão com o dia a dia, com o mundo em que vivo [...] Gostava muito de cantar. Gostei bastante do resultado do coral, quando as pessoas cantam juntas. Mesmo que sua voz não seja agradável, não tenha um dom... quando esta junto fica diferente, né? [...] Hoje foi bem interessante, principalmente na hora do canto. O que mais me chama a atenção e mais gosto é quando cantamos e percebo todos na mesma sintonia. É muito bonito”.

Aprendemos com estas falas que uma experiência extraordinária pode, em alguns momentos, ser vivida pelo grupo: a vivência do *pertencimento*, o sentimento de contribuir para o todo e estar presente em si mesmo. Aqui o “*fica diferente*”, “*é muito bonito*” ou “*fazer a conexão*” indicam mais do que uma satisfação momentânea, apontam para um estado de ser transformado pela experiência estética, no caso, uma experiência musical da qual os observadores são os próprios realizadores. A constatação deste sentimento de união e pertencimento proporcionado pela experiência musical responde em parte como a música pode proporcionar uma elevação do estado de ser de uma pessoa. Mas precisamos ainda compreender que processo ou elementos da própria música propiciam tal situação.

Deve-se abordar aqui, mesmo que brevemente, um ponto central na arte musical: o papel dos tons e das estruturas temporais na música. Mais uma vez é Zuckerkandl (1976, pp. 97-139) quem direciona nosso pensar para a natureza intrínseca dos elementos musicais.

Primeiramente deve-se reconhecer que o universo dos tons é um sistema unitário em si. Musicalmente falando, não existem o Lá ou o Ré sustenido isolados ou como entes independentes e autônomos. Eles ganham seu significado musical na relação que estabelecem entre si. Para deixar isso mais claro recorre-se a uma analogia com o nosso sistema numérico. Não existe o número “3” ou o “27” como entes autônomos. Eles só possuem significado matemático na medida em que estabelecem uma relação um com o outro e com os demais elementos do seu sistema. Ao entrarmos em contato com um ponto deste sistema (um número), de modo inevitável adentramos a rede de todo o sistema; mesmo que em estado latente, potencial. O mesmo acontece com os tons. Ao ouvirmos um único tom, este está conectado por sua natureza intrínseca a uma rede de tons, que dão ao tom original seu significado musical. É esta rede de tons, que se manifesta em forma de escalas, que por sua vez possibilitam o surgimento de intervalos musicais e acordes: as bases do nosso paradigma musical. Não é nosso intuito neste artigo desenvolver e aprofundar esta questão, mas deve ficar claro que um tom isolado perde seu significado musical, torna-se um mero fato acústico, uma vez que, conforme Zuckerkandl (1976), fica impossibilitado de manifestar suas

“qualidades dinâmicas” na relação com outros tons. Pode-se entender estas *qualidades dinâmicas* como aquilo que em última instância possibilita a experiência musical: a vida do tom e a vida entre os tons.

No que toca o elemento temporal da música um fenômeno análogo ocorre, só que agora não são as alturas dos tons, mas sim as suas durações relativas. O elemento rítmico se constrói fundamentalmente sobre proporções objetivas de tons curtos e longos; ou seja na exata proporção em que um tom é mais curto ou mais longo que seus vizinhos e os demais tons de toda a peça musical. Mais uma vez, o que dá sentido musical no âmbito temporal é a *relação* intrínseca das durações e não a duração absoluta de um tom isolado.

No caso do presente estudo, o que importa é reconhecer que ao fazer música o sujeito se imbuí das relações implícitas na música e é alçado a um plano onde vive necessariamente um mundo de *relações medidas e ordenadas*, mas também *vivas e criativas*. É a percepção desta ordem que indica o “afinado” ou “desafinado”, o “estar no tempo” ou estar “fora do tempo”, o ajuste ou desajustes entre as várias vozes de um coral. Do mesmo modo, é neste plano das relações musicais que o sujeito tem a liberdade de expressar de modo original sua musicalidade: cantar uma melodia que expresse os estados mais profundos de sua alma. Desta forma ao experienciar a música o ser humano, encontra, a partir de si mesmo o elemento objetivo e ao mesmo tempo pessoal que pode conectá-lo com o outro. Pode-se dizer mais, não apenas conectá-lo com o outro, mas também conectá-lo com seu corpo, com seus membros, com seus sentimentos e de modo mais profundo, com sua própria identidade sob forma de música. Conforme se tentou caracterizar no início deste texto, a musicalidade é um elemento constitutivo do ser humano, alojada em seu cerne como uma fonte criativa. É partindo deste pressuposto que a abordagem Nordoff-Robbins, um dos fundamentos da Musicoterapia Musico-centrada, propõe como caminho terapêutico o acesso à *musicalidade essencial* (na conceituação Nordoff-Robbins chamada de “music child”), a partir da qual forças de auto desenvolvimento podem ser mobilizadas. O terapeuta (no nosso caso seria o facilitador) atua lançando questões musicais ao paciente.

“O terapeuta está com efeito propondo questões musicais; e a criança – ao responder espontaneamente à música, ao terapeuta e à situação – está comunicando continuamente seu *self*, e o estado do *self*. Ao fazer isto a criança também comunica a individualidade daquele *self* – a vontade diretiva interior, sua capacidade para afirmar ou expressar a si mesma ou comunicar seus potenciais à medida que eles se manifestam, e suas propensões inerentes. De modo que na resposta da criança, nós experimentamos junto com o *self*, o ser-dentro-do-*self*. É no ser-dentro-do-*self* que vive o potencial de desenvolvimento criativo” (ROBBINS, C. & ROBBINS, C. 2000. p.55).

Mesmo não se tratando de crianças com alguma deficiência (como é o caso ao qual a citação acima se refere), mas de adultos dentro da faixa de normalidade, pode-se entender que o princípio seja o mesmo. A partir do contato direto com o fazer musical o sujeito responde com sua musicalidade essencial manifestando junto com ela algo central do seu ser. Ou seja: busca em seu âmago aquilo, e só aquilo, que tem a força de expandir os limites (poder-se-ia dizer limitações) que obstruem sua plena realização como indivíduo. A música neste sentido desfruta do privilégio de acessar de forma direta e profunda o que vive latente como força criativa e força de desenvolvimento dentro de cada ser humano. As citações abaixo, extraídas dos relatos dos participantes do projeto e aqui destacadas apenas como exemplo, apontam para este “alargamento” da individualidade propiciado pelo fazer musical, que se manifesta como superação de dificuldades e desenvolvimento no âmbito pessoal e social:

“Fiquei impressionada com o centramento e conexão do meu corpo como um todo após a primeira atividade [...] Percebi que todos temos um talento especial dentro de nós e somos capazes de fazer coisas que nunca pensamos em fazer. Nunca passou pela minha cabeça que eu sou capaz de cantar [...] Estou um pouco triste porque hoje é a última aula. Vou sentir falta destes momentos. Hoje tive que enfrentar minha vergonha frente a frente e acho que consegui superá-la.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste artigo procurou-se apresentar, como um trabalho prático no âmbito da educação empresarial por meio da música teve, para além dos resultados vinculados diretamente aos objetivos da proposta, uma resposta percebida pelos participantes como salutogênica. Este resultado pode ser compreendido a partir da capacidade que o fazer musical participativo tem de envolver as pessoas e conduzi-las a expressar musicalmente sua própria individualidade. Procurou-se estabelecer um diálogo entre a prática e os resultados do projeto com alguns dos fundamentos da Musicoterapia Músico-centrada por se entender que esta abordagem fornece o suporte teórico e metodológico adequado para interagir com o que foi realizado.

Os relatos dos participantes indicam ganhos no que toca a autopercepção, aprendizados sociais, momentos de alívio de estresse e, sobretudo, uma expansão de suas potencialidades humanas e musicais. Entende-se também que estes ganhos podem representar recursos para a manutenção de sua saúde individual e da saúde do próprio ambiente social no qual os participantes estão inseridos.

É importante destacar que em todo projeto a música sempre se colocou não como um fim em si mesma, mas como um campo de experiência e como elemento catalisador onde os participantes puderam ser desafiados, mobilizados e despertados para sua própria musicalidade. Apesar de o projeto das oficinas não ter tido a priori uma intenção terapêutica, reconhece-se um paralelismo com a prática musicoterapêutica assim como aparece descrita em Bruscia:

“a musicoterapia não é simplesmente a utilização da música, mas a utilização de experiências musicais. As implicações de adicionar ‘experiência’ à ‘música’ são sutis, porém importantes. Isto significa que o agente da terapia não é visto apenas como sendo a música (isto é, um objeto externo ao cliente), mas principalmente a experiência do cliente com a música (isto é, a interação entre pessoa, processo, produto e contexto). Portanto, o papel do musicoterapeuta vai além de prescrever e ministrar a música mais apropriada, ele também envolve desenvolver a experiência do cliente com aquela música” (BRUSCIA, K., 2000, p.113).

No que se refere à assim chamada Musicoterapia Organizacional, ou seja, uma ação mais direta e intencional do uso da música em contextos de trabalho para a promoção da saúde ou do bem estar social, concorda-se com Bruscia (2000, p. 243) quando este afirma que ela ainda é algo novo e carece de desenvolvimento. Neste sentido, espera-se que experiências como as que foram realizadas ao longo deste processo possam dar subsídios a futuros trabalhos. O que parece certo é que, independente da forma ou do propósito com que se realize, a música deve continuar a oferecer um manancial inesgotável de possibilidades criativas para o desenvolvimento tanto individual quanto social do ser humano.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BALERONI, N. F., & SILVA, L. R. (2011) Musicoterapia com trabalhadores: uma visão fenomenológica das publicações brasileiras. *Revista NEPIM* v.2.p. 95-199. Curitiba: FAP.
- BRANDALISE, A. (2003) Musicoterapia Músico-centrada: das influências à sistematização do paradigma por André Brandalise. In *I Jornada sobre Musicoterapia Músico-centrada*. BRANDALISE, A. (org.) São Paulo: Apontamentos.
- BRUSCIA, K. (2000) Definindo Musicoterapia. Trad. Mariza Velloso Fernandez Conde, 2a ed. Rio de Janeiro: Enelivros.
- CARVER, R. (1996) Theory for practice: A framework for thinking about experiential education. *Journal of Experiential Education*, 19(1), pp. 8–13.
- DEWEY, J. (2005) Art as experience. New York: Penguin Group.
- ENGELMANN, A. (1989) Relato verbal, principal representante da consciência-2 humana. São Paulo: *Ciência e Cultura*, v. 41, n. 7, Julho, pp. 680-685.
- GOETHE, J.W. (1985) *Goethes Gedanken über Musik*. WALWEI-WIEGELMANN, H. (ed.) Frankfurt: Insel Verlag.
- LANGDRIDGE, D. (2008) Phenomenology and critical social psychology: directions and debates in theory and research. *Social and personality psychology compass*, 2/3, pp. 1126-1142.
- MENUHIN, Y., & DAVIS, C. (1981) *A música do homem*. São Paulo: Martins Fontes.
- MOREIRA, D. A. (2002) O método fenomenológico na pesquisa. São Paulo: Pioneira Thomson Learning.
- PETRAGLIA, M. P. (2012) Jogos rítmicos, motores e sociais. In *A música na escola*. JORDÃO, G. et al. (org.) São Paulo: Allucci, pp. 246-248.
- QUEIROZ, G. J. P. (2003) *Aspectos da musicalidade e da música de Paul Nordoff*. São Paulo: Apontamentos Editora.

ROBBINS, C.; & ROBBINS, C. (2000) Self communication in music therapy. In *Case studies in music therapy*. BRUSCIA, K. (ed.) Gilsum: Barcelona Publishers, pp.55-72.

VANLEEUVEN, J. A. et al (1998). Evolving models of human health toward an ecosystem context. *Ecosystem Health*, v.5.n.3 pp. 204-219.

WERBECK-SVÄRDSTRÖM, V. (2001) *A Escola do Desvendar da Voz*. São Paulo: Antroposófica.

ZUCKERKANDL, V. (1976) *Man the musician*. Princeton: Princeton University Press.