

Música e a vida acadêmica: um retrato de estudantes de graduação em Ciências Biológicas da UFSCar-São Carlos

Music and academic life: a portrait of undergraduate students in Biological Sciences at UFSCar-São Carlos

Camila Dias Berbert

Universidade Federal de São Carlos (UFSCar)
camiladberbert@gmail.com

Michel Pisa Carnio

Universidade Federal de São Carlos (UFSCar)
michelcarnio@ufscar.br

Resumo

O trabalho é fruto de uma monografia de conclusão de curso e tem o objetivo de compreender as influências da música nos momentos de estudo de graduandos em Ciências Biológicas da Universidade Federal de São Carlos, campus São Carlos. Entende-se que a formação de indivíduos que possam interpretar e atuar criticamente na sociedade demanda a integração de diversas dimensões que constroem o sujeito, como os aspectos intelectuais, físicos, emocionais e espirituais. Foi aplicado um questionário virtual cuja análise qualitativa evidenciou os diferentes fatores que influenciaram o uso da música durante os estudos - como características pessoais do indivíduo, o tipo de música, o ambiente em que ela se encontra, o estado de humor da pessoa e as características da tarefa -, e que este ato, apesar de pessoal, permite compreender as singularidades dos estudantes, suas demandas de aprendizagem e a forma com que se relacionam com sua própria formação.

Palavras chave: Música, emoções, momento de estudo, vida acadêmica.

Abstract

The work is the result of a course conclusion monograph and aims to understand the influences of music in the moments of study of undergraduate students in Biological Sciences at the Federal University of São Carlos, São Carlos campus. It is understood that the formation of individuals who can interpret and act critically in society demands the integration of several dimensions that build the subject, such as the intellectual, physical, emotional and spiritual aspects. A virtual questionnaire was applied whose qualitative analysis showed the different factors that influenced the use of music during the studies - such as the

individual's personal characteristics, the type of music, the environment in which it is found, the person's mood and the characteristics of the task -, and that this act, although personal, allows us to understand the uniqueness of the students, their learning demands and the way in which they relate to their own training.

Key words: Music, emotion, studying time, academic life.

Introdução

Depois do silêncio, o que mais se aproxima de expressar o inexprimível é a música (Aldous Huxley)

Em um mundo globalizado, que visa a produção e o desenvolvimento tecnológico, todas as estruturas que integram a sociedade refletem esse panorama. No contexto educativo não seria diferente, de forma que a educação tradicional busca um desenvolvimento intelectual, a partir do conhecimento teórico sobre os mais diversos conteúdos, tendo como reflexo a supervalorização da dimensão material humana. Como educadores, é necessário que façamos uma reflexão sobre as abordagens educacionais para que seja feita uma integração entre as dimensões intelectuais, físicas, emocionais e espirituais humanas, aspirando a construção de um indivíduo em sua totalidade.

O filósofo Edgar Morin, considera em sua obra intitulada “A cabeça bem-feita: repensar a reforma, reformar o pensamento” a conexão entre a razão e a emoção, visto que o ser humano se percebe através das ciências sociais e biológicas, mas também através das artes, da poesia e da literatura. O ensino, nessa perspectiva, é responsável por abrir o pensamento e entender a complexidade que é a humanidade e suas diversidades culturais (CHAVES et. al., 2021). Nesse sentido, Rogers (1973) citado por Chaves et. al. (2021, p.6), enfatiza a necessidade de uma educação voltada para o humano, onde a aprendizagem significativa envolveria os aspectos sensíveis e cognitivos pessoais, sendo que para isso, o aluno seria agente ativo no seu processo de aprender.

Desse modo, o estudante desenvolve seu próprio formato de aprender, considerando os fatores ambientais, sociais, emocionais, psicológicos e físicos que o envolvem, com estilos e abordagens flexíveis, tendo em mente que cada aluno é único, de forma que sua aprendizagem será desenvolvida singularmente (OLIVEIRA, 2012). Ao considerar essas perspectivas, esse trabalho busca explorar um formato utilizado pelos alunos durante sua construção de conhecimento, mais precisamente durante seus momentos de estudo, a partir da utilização de uma ferramenta que interage com os aspectos intelectuais, emocionais, sociais, físicos, artísticos, criativos e espirituais das pessoas, que é a música.

Segundo Brécia (2011), o ser humano é essencialmente músico, uma vez que, para a autora, essa condição está relacionada à sensibilidade aos sons, ou seja, deixar-se ser tocado e envolvido pela música. De acordo com a autora, essa forma de arte produz efeitos nas pessoas,

no plano social e psicológico, podendo acarretar uma variedade de emoções e comportamentos, como a excitação, a alegria, o relaxamento, o bem-estar, a tristeza, a rebeldia, entre outros, fazendo dela uma forma muito importante de comunicação, sendo marcante para a formação do indivíduo.

Além disso, essa forma de arte pode ativar vários circuitos neuronais que possibilitam a percepção de estímulos simultâneos e assimilação de processos cognitivos como a atenção e a memória (MUSZKAT, 2012), logo, além de evocar emoções, a música tem grande potencialidade cognitiva, já que ela pode melhorar o desempenho e a concentração do indivíduo e facilitar a aprendizagem de conteúdos (KATSH; MARLE-FISHMAN, 1985 apud BRÉSCIA, 2011).

Logo, pensando no papel que educadores têm em realizar a conexão entre razão e emoção, que fazem parte da formação do indivíduo e são necessários para uma aprendizagem significativa, o trabalho buscou explorar a individualidade dos alunos e como eles se relacionam com seu conhecimento, analisando uma das abordagens utilizadas por eles durante os momentos de estudo, que é através da utilização da música, buscando compreender as influências desta durante esses momentos.

Expressão musical e emoções

Para Juslin e Vastfjall (2008), emoções são “Respostas afetivas que envolvem diversos subcomponentes, como o sentimento subjetivo, excitação fisiológica, expressão, tendência à ação e regulação- que estão mais ou menos sincronizados” (JUSLIN; VASTFJALL, 2008, p. 561). Nogueira (2011) reflete que obras musicais em si não possuem emoções e não conseguem representar emoções e sentimentos definidos, isso porque essas sensações físicas são singulares. O que a música representa em si, senão emoções e sentimentos definidos, são as “propriedades dinâmicas” que envolvem as atribuições emocionais. Dessa forma, as expressões emocionais advindas da música têm significado singular, sendo designados independentemente de acordo com o contexto e vivências de uma pessoa. Contudo, pode-se observar certas tendências nessas expressões e no comportamento pessoal, já que pode haver uma associação de práticas musicais com características emotivas (NOGUEIRA, 2011).

Relações entre música, cotidiano, emoções e o desenvolvimento cognitivo

A música pode influenciar como uma pessoa se sente, como em muitos estudos revisados por Rentfrow (2012), que revelaram sua potencialidade em gerar diversas emoções positivas, como o prazer, a felicidade e o relaxamento, e também emoções negativas, como a tristeza, o medo e a irritação. Essas emoções estão relacionadas com diversos aspectos como o contexto social, a estrutura da música, as circunstâncias de exposição, etc. (HARGREAVES; NORTH, 1999; RENTFROW, 2012; SLOBODA, 2010).

No dia-a-dia os jovens utilizam da música para causar boa impressão, criar uma identidade e se estabelecer em um grupo. Ainda, ela pode ser utilizada como um som de fundo para a realização de diferentes atividades tais quais dirigir, praticar exercícios físicos, trabalhar, viajar ou estudar (CHAMORRO-PREMUZIC; FURNHAM, 2007). Relacionado ao cotidiano, as

emoções musicais podem ser de menor intensidade e produzir pequenos efeitos, tornando-as mais autorreferentes e passíveis de gerenciar o humor da pessoa (SLOBODA, 2010).

A relação entre o uso da música no cotidiano, sua capacidade de afetar emoções e o desenvolvimento cognitivo dos jovens é importante para que seja discutida a utilização dessa forma de arte durante os momentos de estudo dos alunos.

Música e o momento de estudo

A prática de escutar música enquanto se estuda tem se tornado muito recorrente, diversas obras têm estudado os efeitos desse costume na concentração e desempenho acadêmico dos alunos (CHOU, 2010; KUMAR, 2016; UMUZDAŞ, 2015). As conclusões desses trabalhos relatam que durante os momentos que exigem um nível maior de atenção, tal como a leitura, a música pode ser um fator de distração, afetando o desempenho desses estudantes. Entretanto, para realização de atividades de níveis superficiais, a música foi um fator que auxiliou na concentração. Porém, os resultados dos trabalhos muito dependem do tipo de música ouvida e das preferências dos educandos.

Devido a sua capacidade de incitar emoções positivas, tal qual o bem-estar, e gerar mudanças de humor, diminuindo níveis de estresse, a música possui grande potencialidade de melhorar o ambiente de trabalho, podendo ser um facilitador no desenvolvimento de tarefas (LESIUK, 2005). Na percepção dos alunos, o uso dessa ferramenta tem um efeito positivo no humor, que pode ser responsável por um aumento de desempenho (KUMAR et. al., 2016). Dessa forma, é importante que seja considerada as impressões dos alunos com a música e suas relações para que seja feita uma melhor avaliação do uso dessa ferramenta nos momentos de estudo.

Elementos metodológicos da pesquisa

A pesquisa é de natureza empírica qualitativa por meio de um estudo de caso, visando a investigação social do tema. As pesquisas qualitativas se caracterizam por abordar situações naturais, dando atenção para a realidade enfrentada de forma complexa e contextualizada (LUDKE; ANDRÉ, 1986).

A pesquisa foi realizada com alunos das turmas atuais de Bacharelado e Licenciatura em Ciências Biológicas da Universidade Federal de São Carlos, compreendendo os ingressantes dos anos de 2014 a 2021, que foram convidados a responder às questões de forma remota, através de um questionário online. O questionário ficou disponível para respostas durante um período de uma semana (de 13 a 20 de outubro de 2021) e contou com um total de 39 participações. Foi composto por perguntas abertas e por um termo de consentimento livre e esclarecido, garantindo o sigilo da pesquisa e a autorização do uso dos dados levantados ali para a análise e a discussão do trabalho. Os estudantes respondentes em sua maioria eram do curso de licenciatura (24), divididos entre vários períodos do curso, sendo a maioria (18) do ano de 2017.

Ao todo foram trabalhadas 15 questões (Quadro 1), sendo 6 de alternativas e 9 discursivas, possibilitando a realização da análise a partir da abordagem de análise textual discursiva (MORAES, 2003), na qual foram identificadas cinco grandes categorias, definidos após a coleta de dados e tendo por base os objetivos relacionados a cada questão, e subcategorias.

Quadro 1: Descrição de questões e objetivos associados

PERGUNTAS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
<p>-Qual o papel da música na sua vida?</p> <p>-Com que frequência você costuma escutar música?</p> <p>() Mais de 3 horas por dia () De 2 a 3 horas por dia () De 30 minutos a 2 horas por dia () 30 minutos ou menos por dia () Não escuta música durante o dia.</p> <p>-Nas opções abaixo, indique com qual frequência você costuma escutar música:</p> <p>Escala: Muito Frequente, Frequentemente, Ocasionalmente, Raramente, Nunca</p> <p>Momentos de relaxamento (dormir, tomar banho, meditar, etc.)</p> <p>Momentos de lazer (festas, tempo no computador, etc.)</p> <p>Momentos dedicados a realização de atividades físicas</p> <p>Momentos dedicados à atividades domésticas</p> <p>Momentos de deslocamento (Dirigir, viajar, andar a pé ou de ônibus, etc.)</p> <p>Momentos de trabalho</p> <p>Momentos de estudo</p> <p>-Caso haja outros momentos, indique a seguir.</p>	<p>Caracterizar as relações dos alunos com a música</p>
<p>-Que emoções você costuma sentir ao ouvir uma música?</p> <p>-Escolha duas ou mais emoções assinaladas acima e cite, para cada uma delas, uma música e seu autor (ou link da música no youtube)</p> <p>-De que forma a música (e as emoções que ela gera) influencia na realização das suas atividades?</p>	<p>Reconhecer as emoções que a música gera nos alunos, permitindo seu uso durante os momentos de estudo</p>
<p>-Por quais razões você utiliza a música durante os momentos de estudo?</p> <p>Caso não utilize, explicita as razões</p> <p>-Que estilo(s) musical(is) você costuma ouvir durante seu processo de estudo? (Caso não se aplique, favor informar)</p> <p>-Quais momentos de estudo você acha mais propício ouvir música?</p>	<p>Identificar os modos de utilização da música para a realização de atividades acadêmicas desempenhadas pelos graduandos</p>
<p>-Existe algum estilo musical que você considera colaborar com sua memória e atenção?</p> <p>-Quais momentos de estudo você acha mais propício ouvir música?</p> <p>-Cite um exemplo de atividade, disciplina e/ou conteúdo do seu curso que você consideraria fazer uso da música durante a realização deste. E uma atividade, disciplina e/ou conteúdo do seu curso que você não utilizaria música.</p> <p>-Que mudanças você pôde notar na sua relação com a música durante os momentos de estudo no Ensino Não Presencial Emergencial (ENPE)?</p>	<p>Avaliar a potencialidade da música para a constituição de um ambiente que estimule a realização de tarefas acadêmicas, inclusive durante a pandemia.</p>

A partir do reconhecimento de padrões nas respostas as cinco categorias foram estabelecidas, sendo que, de acordo com a profundidade do tema e a emergência de pontos específicos nas respostas, foram estabelecidas subcategorias para dialogar com todo o referencial teórico trabalhado, cujas discussões vêm a seguir.

Relação dos estudantes com a música

A maioria dos alunos informaram que realizam essa atividade por mais de 3 horas no dia (14), e apenas um dos respondentes informou não ouvir música durante o dia. Com as tecnologias atuais e o contexto social que vivemos, há uma grande facilidade em conciliar o uso das mídias durante a realização das mais diversas atividades, tornando esse hábito parte da vida cotidiana.

Mesmo tendo uma alta frequência no dia-a-dia, o ato de escutar música nem sempre representa o mesmo papel na vida de uma pessoa, já que esse hábito pode estar relacionado a diversas razões. Um papel dado à música pode ser o de gerenciador de humor, como citado pelo Aluno A, “A música para mim é um modulador do meu humor. É a música que traz prazer momentâneo e felicidade no dia a dia. Dissipa a raiva, agita o coração apaixonado, revive nostalgias, agita e relaxa”. Segundo Rickard (2014), essa característica se dá pelo fato de a música ter grande capacidade de induzir emoções e influenciar o bem-estar da pessoa, independentemente de sua cultura, podendo se fazer presente em diversos momentos do dia desses jovens e ter diferentes níveis de participação em cada um deles.

Quando questionados sobre a utilização da música para momentos de concentração (trabalho e estudo), as opiniões se divergem entre aqueles que utilizam essa ferramenta para auxiliar a concentração e aqueles que preferem reservá-las para outro momento, como períodos de adoração, acolhimento ou intimidades. Contudo, foram observadas outras características da música na vida dos jovens, como a de agente no processo de fuga da rotina, no qual os ouvintes a buscam para fugir da realidade que enfrentam no momento, indicando uma relação mais intimista com essa forma de arte. Podemos observar essa relação a partir de relatos, como o do Aluno B, “É um refúgio, uma forma de focar o cérebro em algo mais distante, de trazer emoções que o ambiente físico não está proporcionando”, ou ainda através da fala do Aluno C: “A música pode representar muitos papéis para mim, seja em momentos alegres e descontraídos, em momentos tristes e em momentos de concentração e necessidade de foco. Ela representa uma ferramenta de ajuda e inspiração e até uma válvula de escape”.

Associação entre música e emoções

Foram descritas diversas músicas que representassem emoções como calma, felicidade, melancolia, entre outras, e foi possível se aprofundar no perfil desses alunos e na diversidade cultural que cada um carrega. Em uma visão geral, para se sentirem animados e felizes, a maioria dos alunos indicou estilos musicais como Pop, R&B, Rock Alternativo, Folk, Hip-Hop e Funk, enquanto ao se sentirem calmos, outros gêneros como MPB foram citados. Para concentração, inspiração e reflexão, muitos alunos indicaram playlist de Lofi, R&B e MPB. Ao indicarem músicas que expressavam a emoção de raiva, tivemos em grande maioria indicações de Rock e Rock Alternativo.

Apesar de muito pessoal, as expressões musicais possibilitadas pela música permitem que sejam criadas algumas relações entre o estilo musical e a emoção percebida, quando relacionados a aspectos musicais como a dissonância e a consonância. Na maioria dos casos, intervalos musicais consonantes estão relacionados a emoções positivas, já que na teoria musical, esses intervalos estão associados à estabilidade, enquanto intervalos dissonantes, à instabilidade, e, portanto, a emoções negativas. A forma como os intervalos são construídos na composição musical e percebidos ao ouvir uma música podem influenciar a emoção que esta é

capaz de expressar (LAHDELMA; EEROLA, 2020).

Para esses jovens, as trilhas sonoras na rotina têm grande influência na disposição para a realização de uma atividade, como citado pelo Aluno D: “Sempre que ouço músicas mais animadas acabo me sentindo mais disposta e consigo realizar as atividades com maior concentração e dedicação! Assim como quando eu estou nervosa e ouço uma música mais tranquila, me acalmo”.

Ainda, a música pode trazer leveza às tarefas, tornando-as mais agradáveis, como descrito pelo Aluno E, “A música desperta o meu lado criativo e faz com que eu não enxergue minhas atividades como obrigação, mas como coisas pra fazer enquanto eu escuto música”. Essa característica pode influenciar também processos cognitivos, como citado pelo Aluno F, “Ela tende a facilitar a entrada em algum estado da mente que pode ser benéfico para mim. Como estimular a concentração, melhorar o processo criativo e o fluxo de ideias”. Por esse critério foi-se pensado na utilização da música para a realização de atividades que exijam maior concentração dos alunos, como os momentos de estudo, sendo comentado a seguir.

Percepção dos alunos sobre o uso da música durante os momentos de estudo

A utilização da música durante os momentos de estudo pode levar a um estado de concentração mental, reduzindo a ansiedade e gerando um momento de prazer. Alguns alunos relataram, ainda, que os barulhos externos são fatores que interferem na concentração e no desenvolvimento de atividades, sendo que, nesse caso, fazem uso da música para auxiliá-los a manter o foco, como citado pelo Aluno I, “[...] utilizo a música ao estudar pois consigo me concentrar mais, barulhos externos acabam não interferindo tanto quanto se eu não tivesse ouvindo algo nos meus fones”.

Ao indicarem que estilos musicais eles utilizam durante os momentos de estudo, pode-se perceber que a maioria dos respondentes preferem optar por músicas clássicas, ou ainda Lofi, um estilo musical que ganhou bastante destaque durante a pandemia e que mistura os ritmos de jazz, com eletrônica e hip-hop. Uma possível justificativa para essa escolha é a ausência de letra, já que, segundo os alunos, esse elemento musical pode gerar distração. Contudo, diversos outros estilos musicais são também utilizados nesse momento, transitando entre MPB, Pop, Rock, Sertanejo, Funk, Trance ou ainda Hard Core. Através dessa variedade é que podemos compreender o que o Nogueira (2011) pontuou em suas observações, ao indicar que as expressões emocionais relacionadas à música têm caráter singular pois envolvem um tipo particular de pensamento, logo, podemos observar uma variância entre as preferências de cada um e a influência que essa tem no desenvolvimento de tarefas. Ainda, essas preferências podem sofrer interferência culturais, como observado por Mohan e Thomas (2019), em um estudo no qual revelaram que músicas regionais clássicas tiveram um impacto positivo maior que a música clássica ocidental de Mozart na performance de leitura de adolescentes.

Pode-se compreender através das respostas que para a maioria dos alunos existem momentos de estudo em que há a possibilidade de utilização da música, como por exemplo durante a elaboração de materiais (relatórios, apresentações, listas de exercícios), que na visão deles, são trabalhos mecânicos e, portanto, não requerem tanta atenção. Contudo, outros alunos indicaram a utilização desta para atividades mais complexas, como a leitura de textos ou durante as revisões de conteúdo. A maior afinidade com a música pode garantir que esta consiga ser utilizada para a realização de tarefas mais complexas.

A música e o processo de desenvolvimento cognitivo

A música é capaz de ativar diferentes regiões e funções do cérebro simultaneamente, como as redes de recompensa, liberando dopamina e levando a sensação de bem-estar; o sistema límbico, gerando autorregulação emocional, entre outros. Todos esses diferentes sistemas geram estímulos mentais que afetam a memória, a área afetiva, cognitiva e linguística do cérebro, que por sua vez, podem influenciar na aprendizagem (BARBOSA; MONTEIRO; FERREIRA, 2019). Quando questionados sobre os momentos que consideram mais propícios para escutar música durante a realização de atividades acadêmicas, os alunos indicaram utilizá-las durante a elaboração de materiais, como relatórios e apresentações (29), durante a realização de listas de exercícios (19), ou ainda, durante a revisão de conteúdos (14) e leitura de textos (13), ainda, alguns alunos indicaram que não utilizam a música em nenhuma situação (6).

Pode-se concluir através dos achados que em momentos considerados “mecânicos”, como preparação de relatórios ou apresentações, em que os dados já estão constituídos, ou ainda, em resoluções de listas de exercícios, que dependendo do material pode se tornar uma atividade repetitiva, a música foi apontada como bastante utilizada, já que ela pode relaxar, gerar bem-estar e aliviar o tédio da atividade realizada.

Traçando paralelos entre os resultados obtidos e o nível de atenção necessário para o desenvolvimento dessas atividades acadêmicas, observa-se a indicação do uso de música para a realização de atividades mecânicas, como a formulação de um seminário a partir de dados já obtidos, que exigem um nível de atenção superficial de estudo; sua contra indicação é dada para o estudo de disciplinas que possuem o conteúdo mais denso e que necessitam de conhecimentos anteriores das mais diversas matérias do curso, e por isso são abrigadas nos anos finais de formação, como Fisiologia e Processo Evolutivo. Ainda existem divergências na forma que cada aluno lida com o conteúdo e tem afinidade por esse, estabelecendo assim seus níveis de estudo para a realização das mais diversas atividades acadêmicas.

Relação entre a música e os momentos de estudo no contexto de ensino remoto

Devido às medidas de isolamento social impostas pelo aumento dos casos de COVID-19 em todo o mundo, foi proposto para as escolas e instituições de ensino superior a adoção de aulas remotas. Nesse contexto, os alunos passaram a acompanhar as aulas em suas casas utilizando seus computadores ou aparelhos celulares. Essas medidas, entretanto, tiveram participação no aumento nos quadros de transtornos psicológicos, tais como a ansiedade, estresse e a exaustão emocional (BROOKS et. al., 2020), frente a todas as mudanças vividas nesse período. Pensando nas evidências da influência direta da música nas emoções, melhorando o bem-estar e tendo impacto sobre sintomas de distúrbios mentais (MARQUES; FONTE, 2018), foi-se questionado sobre as possíveis mudanças no nível de exposição à música durante a rotina de estudos na pandemia.

Alguns alunos pontuaram que não passaram mudanças significativas em sua relação com a música durante o Ensino Não Presencial Emergencial (ENPE). Contudo, para a maioria dos respondentes o nível de interação com a música aumentou. Um dos principais objetivos citados para a utilização da música durante esses momentos foi o auxílio no foco, como observado pela resposta do Aluno L:

Durante o ENPE, passei a me distrair muito mais facilmente por ruídos ao meu redor e isso constantemente me atrapalha a

concentração, ainda mais porque passo boa parte do dia sentada na escrivaninha e usando o computador. Portanto, sinto que passei a utilizar muito mais a música como refúgio em momentos que preciso de foco e atenção, principalmente para evitar distrações do mundo exterior (Aluno L).

Ainda, alguns alunos relataram utilizá-la com um objetivo de refugiar-se dos momentos difíceis enfrentados durante a pandemia de COVID-19, principalmente em relação à adoção do ensino remoto e o isolamento social. Além disso, nesse contexto, os alunos citaram também sua utilização com o objetivo de delimitar os momentos de estudo, sendo a principal característica da música nesse caso o de transformar um ambiente social (casa) em um ambiente de estudo.

Corroborando com o estudo de Marques e Fonte (2018), destacou-se também a utilização da música para obtenção de maior controle emocional, como relatado pelo Aluno M, “Me percebo muito mais tranquilo, minhas crises de ansiedade diminuem e eu consigo ser muito mais criativo e produtivo ouvindo música”. Logo, percebe-se que a utilização da música foi de grande importância durante o ensino remoto, não necessariamente para o desenvolvimento cognitivo dos alunos, uma de suas potencialidades, mas como um instrumento capaz de gerar conforto e motivação neste momento tão difícil.

Considerações finais

Tendo em vista os objetivos propostos no estudo, foi possível explorar as diferentes relações dos alunos com a música, como a frequência com que esse contato ocorre no dia a dia desses jovens e o significado que essa tem para cada um.

A conexão individual com a música se torna mais evidente quando relacionada ao uso da música durante os momentos de estudo, no qual se conclui que vários fatores, como as características pessoais do indivíduo, o tipo de música, o estado de humor do indivíduo, o ambiente em que este se encontra e as características da tarefa podem influenciar no uso da música para o estudo. Futuras pesquisas podem encontrar nesses fatores possibilidades para que o tema possa ser melhor destrinchado.

O trabalho se propôs também a identificar os modos de utilização da música e a potencialidade desta em constituir um ambiente que estimule a realização de atividades acadêmicas. Ainda, foi possível estabelecer uma relação entre o uso da música no contexto de ensino remoto devido a pandemia de COVID-19, na qual ela passou a ter maior importância para criar um ambiente de conforto e motivação.

Por fim, para a autora, foi possível a partir do trabalho descobrir diversas relações dadas a música e a importância desta no dia a dia, indo além de um instrumento usado como melodia de fundo para a realização de tarefas. Logo, pensando em uma educação voltada para o humano, no qual o aluno é agente ativo na construção de conhecimento, o presente trabalho contribui para entender o curso de Ciências Biológicas da Universidade Federal de São Carlos, Campus São Carlos, e a construção de uma relação mais saudável entre os estudantes e seu desenvolvimento.

Referências

- BARBOSA, J.S.B.; MONTEIRO, M. F. R. B.; FERREIRA, B. I. A. S. A música como potencializadora das emoções e da aprendizagem: o viés da neurociência. In: DIAS, F. M. A.; OLIVEIRA, B. A. S.; PIRES, H. S. R. - organizadores. **(Inter)Conexão de Saberes na Educação Contemporânea**. São Paulo: Pimenta Cultural, 2019, v.2, 171p. Disponível em: <https://www.pimentacultural.com/_files/ugd/143639_bc8c30c019a6470ab4d7a021d5db5872.pdf#page=155>. Acesso em: 8 Ago. 2022.
- BROOKS, Samantha K. et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. **The lancet**, v. 395, n. 10227, p. 912-920, 2020.
- BRÉSCIA, V. L. P. **Educação musical: Bases psicológicas e ação preventiva**. 2. ed. rev. Campinas, SP: Átomo, 2011. 145 p.
- CHAMORRO-PREMUZIC, T.; FURNHAM, A. Personality and music: Can traits explain how people use music in everyday life?. **British journal of psychology**, v. 98, n. 2, p. 175-185, 2007.
- CHAVES, Nery Charlon Ribeiro et al. Ensino e aprendizagem: educação como encontro inter-humano em Rogers e Morin. **Acta Scientiarum Education**, v. 43, p. e48181-e48181, 2021.
- HARGREAVES, D. J.; NORTH, A. C. The functions of music in everyday life: Redefining the social in music psychology. **Psychology of music**, v. 27, n. 1, p. 71-83, 1999.
- JUSLIN, P. N.; VASTFJALL, D. Emotional responses to music: The need to consider underlying mechanisms. **Behavioral and brain sciences**, v. 31, n. 5, 559 p., 2008.
- KUMAR, Naveen. et al. The effect of listening to music on concentration and academic performance of the student: Cross-sectional study on medical undergraduate students. **Research Journal of Pharmaceutical, Biological and Chemical Sciences**, v. 7, n. 6, p. 1190-1195, 2016.
- LAHDELMA, Imre; EEROLA, Tuomas. Cultural familiarity and musical expertise impact the pleasantness of consonance/dissonance but not its perceived tension. **Scientific reports**, v. 10, n. 1, p. 1-11, 2020. Disponível em <<https://www.nature.com/articles/s41598-020-65615-8>>. Acesso em: 14 Ago. 2022.
- LESIUK, T. The effect of music listening on work performance. **Psychology of music**, v. 33, n. 2, p. 173-191, 2005.
- LUDKE, M.; ANDRÉ, M. E. D. A. Abordagens qualitativas de pesquisa: a pesquisa etnográfica e o estudo de caso. In: LUDKE, Menga; ANDRÉ, Marli E. D. A. **Pesquisa em Educação: Abordagens Qualitativas**. São Paulo: EPU, p. 11- 24, 1986. Disponível em: <<http://www.lite.fe.unicamp.br/papet/2003/ep145/pesq.htm>>. Acesso em: 23 jun. 2021.
- MARQUES, A.; FONTE, C. Experiência com a música, bem-estar e saúde mental: que relações?. **Revista Música**, v. 2, n. 18, p. 30-45, 2018.
- MOHAN, A.; THOMAS, E. Effect of background music and the cultural preference to music on adolescents' task performance. **International Journal of Adolescence and Youth**, v. 25, n. 1, p. 562-573, 2020.

MORAES, R. Uma tempestade de luz: a compreensão possibilitada pela análise textual discursiva. **Ciência & Educação (Bauru)**, v. 9, n. 2, p. 191-211, 2003.

MUSZKAT, M. Música, Neurociência e Desenvolvimento Humano. In: JORDÃO, G.; ALLUCCI, R. R.; MOLINA, S.; TERAHATA, A. M. - Organizadores. A música na escola. São Paulo, SP: Allucci & Associados Comunicações, 2012. 288 p. Disponível em: <<http://www.amusicanaescola.com.br/pdf/AMUSICANAESCOLA.pdf>>. Acesso em: 17 Jun. 2021.

NOGUEIRA, M. O Viés Emocional Da Expressão Musical. **Revista Música Hodie**, v. 11, n. 1, 2011. Disponível em: <<https://www.revistas.ufg.br/index.php/musica/article/view/21663>>. Acesso em: 16 Set. 2021.

OLIVEIRA, J. R. **Blogs pedagógicos: possibilidades de uma educação holística**. Tese (Mestrado em Educação) – Programa de Pós-Graduação em Educação, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 127 p. 2012. Disponível em: <<https://tede2.pucrs.br/tede2/bitstream/tede/3709/1/437553.pdf>>. Acesso em: 20 Out. 2021.

RENTFROW, P. J. The role of music in everyday life: Current directions in the social psychology of music. **Social and personality psychology compass**, v. 6, n. 5, p. 402-416, 2012.

RICKARD, Nikki S. Editorial for “Music and Well-Being” special issue of PWB. **Psychology of Well-Being**, v. 4, n. 1, p. 1-3, 2014.

SLOBODA, J. A. Music in everyday life: The role of emotions. In: JUSLIN, P. N.; SLOBODA, J. A. **Handbook of music and emotion: Theory, research, applications**. Oxford, Inglaterra: Oxford University Press, 2010. p. 493- 514. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/284331015_Music_in_everyday_life_The_role_of_emotions>. Acesso em: 3 jun. 2021.

UMUZDAŞ, S. An analysis of the academic achievement of the students who listen to music while studying. **Academic Journals**, v. 10, n. 6, p. 728-732, 2015.