

A PRÁXIS DA ESCUTA ATIVA E A PROMOÇÃO DO BEM-ESTAR: RELATO DE DUAS EXPERIÊNCIAS EM MUSICOTERAPIA SOCIAL

Manassés Bispo da Silva
mbs4@cin.ufpe.br

Jonathas Filipe Dias Vieira
jonathas.musicufpe@gmail.com

O presente trabalho consiste no relato de duas experiências em sessões coletivas de musicoterapia, sendo uma com adultos entre 40 e 60 anos, e outra com idosos, entre 70 e 100 anos. As experiências ocorreram de forma independente, inclusive no que tange ao lapso temporal: a primeira entre outubro de 2023 a junho de 2024, e a segunda entre maio e junho de 2024. Os autores encontraram as convergências de suas experiências quando da conclusão do curso de pós-graduação em musicoterapia, numa faculdade em Recife/PE. O objetivo geral da pesquisa foi refletir sobre a escuta ativa como agente de promoção do bem-estar em sessões coletivas de musicoterapia. Do ponto de vista metodológico, a pesquisa se configura como descritiva porque os pesquisadores apenas relatam suas experiências, as quais não foram objeto de pesquisa enquanto atuaram. Enquanto descreveram detalhadamente o método (Capítulo 2), os pesquisadores discorreram sobre as convergências de suas atuações, a partir de suas observações e [re]visitas aos seus diários de campo. Ainda conforme o Capítulo 2, a primeira experiência contou com cerca de 20 adultos com idade entre 40 e 60 anos, em sua maioria gestores e professores da Rede Municipal de Ensino da capital pernambucana. Trata-se do Programa Bem-Estar do Professor, constituído na perspectiva da garantia da qualidade de vida e bem estar no exercício da profissão docente. Em seguida, a segunda experiência relatada, tem como público cerca de 20 idosos, em sua maioria mulheres, com idade entre 70 e 100 anos, diagnosticados com depressão, demência, Doença de Alzheimer ou Doença de Parkinson. Em ambas as experiências, as sessões de musicoterapia foram coletivas. O Capítulo 3 aborda a Musicoterapia Social e a prática da Escuta Ativa, para embasar o conceito de Musicoterapia Social; a Escuta Ativa foi precedida, naturalmente, pela construção e socialização de memórias autobiográficas, relacionadas a 8 das 9 categorias da Taxonomia de Bruscia, adaptadas ao contexto da pesquisa. Por sua

vez, o Capítulo 4 trata da relação da Musicoterapia com o Bem-estar. Os autores tratam sobre as catarses emocionais e defendem a necessidade do autoconhecimento e trazem à tona a importância da consciência sobre fragilidade e finitude. Os autores concluíram que a empatia e dinamismo dentro de uma sessão coletiva é de extrema importância para proporcionar aos pacientes um lugar seguro e propício às catarses emocionais. Em sessões coletivas de musicoterapia, o musicoterapeuta pode se valer da prática da escuta ativa, para a promoção do bem-estar; sem privar-se da ética, da valorização do repertório dos pacientes, e da reflexão sobre o feedback trazido por estes. Em suma, foram trabalhados os conceitos ligados à musicoterapia social, psicanálise e de teorias humanísticas-existenciais. Os participantes demonstraram e relataram superação de diversas dificuldades que apresentaram antes e durante as sessões. Por fim, cabe ressaltar que, para o devido uso das técnicas abordadas na pesquisa, é imprescindível a empatia e devido preparo técnico do musicoterapeuta.

Palavras-chave: musicoterapia social; escuta ativa; bem-estar.

REFERÊNCIAS

BRUSCIA, Kenneth. **Improvisational models of Music Therapy**. Springfield: Charles Thomas Publishers, 1987.

SILVA JÚNIOR, José Davison da. Musicoterapia na Neuroreabilitação. *In*: LOURO, Viviane; FERNANDES, Maria José da Silva (orgs). **Neurociência e música: pesquisa, saúde e educação**. São Paulo: Editora Unifesp, 2023, p. 271-288.

MENDES, José. Envelhecimento(s), qualidade de vida e bem-estar. *In*: MATOS, Tallys Newton Fernandes de (org). **A psicologia em suas diversas áreas de atuação 3**. Ponta Grossa: Atena, 2020, p. 132-144. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/342365705_Envelhecimentos_qualidade_de_vida_e_bem-estar. Acesso em: 21 jul. 2024.