

Música na Educação: Neurociência e a Espiritualidade no Desenvolvimento de Crianças e Adolescentes

A música é uma ferramenta poderosa que vai muito além do entretenimento. Ela tem a capacidade de influenciar profundamente o desenvolvimento cognitivo, emocional e social de crianças e adolescentes. A neurociência e a espiritualidade, cada uma à sua maneira, oferecem insights valiosos sobre como a música pode ser utilizada para aprimorar os processos psicopedagógicos e emocionais.

Neste artigo, abordei os conhecimentos da neuropsicologia e da espiritualidade para explorar os efeitos da música na educação, com foco tanto em abordagens gerais quanto em práticas específicas para escolas confessionais cristãs.

A Música e o Cérebro: O Que a Neurociência Nos Ensina

A neurociência tem demonstrado que a música ativa múltiplas áreas do cérebro, incluindo aquelas responsáveis pela memória, atenção, emoção e coordenação motora. Estudos como os de **Schellenberg (2005)** e **Kraus & Chandrasekaran (2010)** mostram que o treinamento musical pode melhorar habilidades cognitivas, como raciocínio espacial, memória verbal e capacidade de concentração.

Além disso, a música estimula a **neuroplasticidade** – a capacidade do cérebro de se reorganizar e formar novas conexões neurais. Pesquisas como a de **Hyde et al. (2009)** demonstram que crianças que recebem educação musical apresentam mudanças estruturais no cérebro, especialmente em áreas relacionadas à audição e ao processamento de informações.

A música também tem um papel importante no desenvolvimento emocional e social. De acordo com **McFerran & Saarikallio (2014)**, adolescentes que se envolvem com música tendem a ter maior regulação emocional e habilidades sociais mais desenvolvidas.

Os Benefícios de Ouvir Boa Música para Estudantes

Hyde et al. (2009) sugerem que a boa música é aquela que pode influenciar positivamente o desenvolvimento estrutural do cérebro. Músicas que requerem treinamento e prática podem levar a mudanças físicas no cérebro, como aumento da densidade da matéria cinzenta. Para Schellenberg (2006) esse tipo de música pode melhorar habilidades cognitivas gerais, como inteligência verbal e capacidade de raciocínio. A música tem um impacto profundo no desenvolvimento cognitivo, social e emocional de crianças e jovens. Diversos estudos têm explorado como a música pode ser uma ferramenta poderosa para melhorar o desempenho acadêmico e o bem-estar geral dos estudantes.

Desenvolvimento Cognitivo

De acordo com Hallam (2010), a música pode melhorar habilidades intelectuais, como a memória e a atenção. O estudo “The Power of Music” sintetiza pesquisas que mostram que a prática musical ativa pode levar a um melhor desempenho em tarefas que exigem concentração e resolução de problemas. Além disso, a música pode estimular a neuroplasticidade, ajudando no desenvolvimento de redes neurais mais eficientes (Peretz & Zatorre, 2005).

Benefícios Emocionais e Sociais

A música também desempenha um papel crucial no desenvolvimento emocional e social. Hallam (2010) destaca que a participação em atividades musicais pode aumentar a autoestima e a confiança dos jovens.

A música oferece uma forma de expressão emocional que pode ser particularmente benéfica para aqueles que enfrentam desafios emocionais. Além disso, a prática musical em grupo promove habilidades sociais, como a cooperação e a comunicação.

Desenvolvimento Estrutural do Cérebro

O estudo longitudinal de Hyde et al. (2009) revela que o treinamento musical pode influenciar positivamente o desenvolvimento estrutural do cérebro em crianças. As mudanças observadas incluem um aumento na densidade da matéria cinzenta em áreas do cérebro associadas ao controle motor e à audição. Isso sugere que a música não só melhora habilidades cognitivas, mas também contribui para o desenvolvimento físico do cérebro.

Habilidades Cognitivas

Schellenberg (2006) argumenta que a música pode melhorar habilidades cognitivas gerais, como a inteligência verbal e a capacidade de raciocínio. O estudo mostra que crianças que recebem treinamento musical tendem a ter um desempenho melhor em testes de QI em comparação com aquelas que não têm essa experiência.

Benefícios da Música na Educação

1. **Melhora do Desempenho Acadêmico:** A música está ligada ao aprimoramento de habilidades como matemática, leitura e compreensão verbal.
2. **Desenvolvimento da Memória e Atenção:** Atividades musicais ajudam a fortalecer a memória de trabalho e a capacidade de focar.
3. **Regulação Emocional:** A música pode ser usada para acalmar, motivar ou expressar emoções.
4. **Inclusão Social:** Atividades musicais em grupo promovem a cooperação e o senso de pertencimento.

A Música Cristã e Seus Benefícios Espirituais e Emocionais

Para **escolas confessionais cristãs**, a **música cristã oferece uma dimensão adicional de benefícios**. Estudos como os de **Koenig et al.** destacam que a religiosidade e a espiritualidade, incluindo práticas como o canto de músicas cristãs, estão associadas a diversos benefícios para a saúde mental e emocional.

Benefícios da Música Cristã

1. **Melhora da Saúde Mental**
 - Segundo **Koenig, H. G. (2009)**, a espiritualidade e a música religiosa podem reduzir sintomas de ansiedade, depressão e estresse. A música cristã, com suas mensagens de esperança e fé, ajuda a acalmar a mente e a fortalecer a resiliência emocional.
2. **Promoção de Valores Éticos e Morais**
 - Músicas que falam de amor ao próximo, perdão e compaixão reforçam valores cristãos e contribuem para a formação de um caráter ético e solidário.
3. **Fortalecimento da Comunidade Escolar**
 - Cantar músicas cristãs em grupo promove um senso de pertencimento e união, essenciais para um ambiente escolar harmonioso.
4. **Desenvolvimento Espiritual**
 - A música cristã pode ser uma forma de conexão com Deus, ajudando crianças e adolescentes a desenvolverem sua espiritualidade de maneira significativa.
5. **Impacto Positivo na Qualidade de Vida**
 - Estudos como **Koenig, H. G. & Carson, V. B. (2012)** mostram que a religiosidade e a música espiritual estão associadas a uma melhor qualidade de vida, especialmente em contextos de desafios emocionais ou físicos.
 -

Sugestões de Músicas para Escolas

Músicas Gerais para o Ambiente Escolar

1. Música Clássica e Instrumental

- **Exemplos:** The Legend of Zelda Theme (Kondō Kōji), *Legend of Zelda – Gerudo Valley* (Kondō Kōji), *Für Elise* (Beethoven), *Claro de Lua* (Debussy)

2. Músicas com Letras Positivas e Inspiradoras

- **Exemplo:** Som da Liberdade (DJ PV) Sin Tu Amor (Alex Zurdo)

Músicas Cristãs para Escolas Confessionais

1. Músicas para Momentos de Reflexão e Oração

- **Exemplos:** *Oração de São Francisco, Tua Graça Me Basta* (Aline Barros)

2. Músicas para Incentivar o Amor ao Próximo

- **Exemplos:** *Amar Como Jesus Amou* (Renascer Praise), *Onde Está o Amor?* (Adoração Infantil)

3. Músicas para Crianças

- **Exemplos:** *Deus é Tão Bom* (Adoração Infantil), *Jesus Meu Amigão* (Coral Infantil)

Quais Tipos de Música Devem Ser Evitados em Ambientes Escolares e Rotinas de Estudo?

Alguns gêneros ou características musicais podem distrair, aumentar a agitação ou até mesmo prejudicar o desenvolvimento emocional e cognitivo dos estudantes.

Músicas com Letras Depressivas ou Negativas

- **Por que evitar:** Letras que abordam temas como depressão, solidão, desesperança ou comportamentos autodestrutivos podem reforçar sentimentos negativos em crianças e adolescentes, especialmente naqueles que já enfrentam desafios emocionais.
- **Exemplos:** Músicas que glorificam a tristeza, o isolamento ou a falta de propósito.
- **Impacto:** Podem agravar sintomas de ansiedade, depressão e baixa autoestima, além de reduzir a motivação para os estudos. (ANDERSON, 2003)

2. Músicas que Promovem Comportamentos Negativos

No contexto brasileiro, **existes alguns ritmos que adotam uma linguagem musical agressiva contra o psicodesenvolvimento humano**. São elas: Funk, alguns generos do Sertanejo (Feminejo, **Funknejo**, Universitário). (GENTILE, 2011)

- **Por que evitar:** Letras que normalizam traição, violência, objetificação do corpo, consumo de drogas ou álcool podem influenciar negativamente a formação de valores e comportamentos.
- **Exemplos:** Músicas que tratam mulheres como objetos, glorificam o crime ou incentivam o uso de substâncias.
- **Impacto:** Podem distorcer a percepção de relacionamentos saudáveis, ética e responsabilidade, além de desviar o foco dos estudos.

3. Músicas com Ritmos Excessivamente Agressivos ou Caóticos

- **Por que evitar:** Ritmos muito acelerados, pesados ou caóticos podem aumentar a agitação e a dificuldade de concentração, **especialmente em crianças com transtornos de atenção ou hiperatividade**.

- **Exemplos:** Alguns gêneros como funk, rap agressivo ou música eletrônica com batidas muito intensas.
- **Impacto:** Podem gerar ansiedade, irritabilidade e dificuldade para focar em tarefas que exigem concentração.

4. Músicas com Letras Complexas ou Distrativas

- **Por que evitar:** Letras que exigem muita atenção para serem compreendidas podem distrair os estudantes de suas tarefas principais, como ler, escrever ou resolver problemas.
- **Exemplos:** Músicas com narrativas longas ou vocais muito proeminentes.
- **Impacto:** Podem reduzir a eficiência do estudo e a retenção de informações.

Como Utilizar a Música na Rotina Escolar

Práticas Gerais

1. Iniciar as Aulas com Música

- Use músicas calmas e inspiradoras para acolher os alunos no início do dia ou após o recreio.

2. Usar Música para Ensinar Conceitos

- Crie paródias ou músicas que ajudem os alunos a memorizar conteúdos.

3. Incorporar Atividades Rítmicas

- Utilize instrumentos de percussão ou palmas para ensinar padrões rítmicos.

Práticas para Escolas Confessionais

1. Iniciar o Dia com uma Música de Louvor

- Use músicas que falem de gratidão e esperança para começar o dia com positividade.

2. Momentos de Oração e Reflexão

- Utilize músicas calmas e inspiradoras para acompanhar momentos de oração ou reflexão.

3. Atividades em Grupo

- Promova corais ou grupos musicais que cantem músicas cristãs, fortalecendo a união e a espiritualidade dos alunos.

Considerações:

A música, seja ela clássica, instrumental ou cristã, é uma aliada poderosa no processo de aprendizagem e desenvolvimento emocional de crianças e adolescentes. Ao integrar a música na rotina escolar, as escolas podem criar um ambiente mais dinâmico, inclusivo e inspirador, alinhado tanto com os princípios da neurociência quanto com os valores espirituais.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

ANDERSON, C. A. et al. **Exposure to violent media: The effects of songs with violent lyrics on aggressive thoughts and feelings.** *Journal of Personality and Social Psychology*, v. 84, n. 5, p. 960-971, 2003.

EVANS, G. W.; JOHNSON, D. **Stress and open-office noise.** *Journal of Applied Psychology*, v. 85, n. 5, p. 779-783, 2000.

FURNHAM, A.; BRADLEY, A. **Music while you work: The differential distraction of background music on the cognitive test performance of introverts and extraverts.** *Applied Cognitive Psychology*, v. 11, n. 5, p. 445-455, 1997.

GENTILE, D. A. et al. **The effects of violent music on children and adolescents.** *Pediatrics*, v. 128, n. 5, p. 1-7, 2011.

KOENIG, H. G. **Religiosidade/espiritualidade, qualidade de vida e depressão em pacientes com doenças crônicas.** [S.l.: s.n.], 2018

KOENIG, H. G. **Religiosidade/espiritualidade e mortalidade: uma revisão atualizada.** 2018

KOENIG, H. G.; HAZEN, R. A.; GINGRICH, L. **Spirituality in patient care: why, how, when, and what.** 2. ed. [S.l.]: Templeton Foundation Press, 2009.

KOENIG, H. G.; KING, D. E.; CARSON, V. B. **Handbook of religion and health.** 2. ed. Oxford: Oxford University Press, 2012.

HARVARD UNIVERSITY. **Religion, spirituality, and health:** 2020

SCHELLENBERG, E. G. **The effects of music on child and adolescent cognitive development.** Psychology of Music, v. 33, n. 4, p. 437-449, 2005.

KRAUS, N.; CHANDRASEKARAN, B. **Music training for the development of auditory skills.** Nature Reviews Neuroscience, v. 11, n. 8, p. 599-605, 2010.

HALLAM, S. **The impact of music on child functioning.** In: **The Power of Music: A Research Synthesis of the Impact of Actively Making Music on the Intellectual, Social and Personal Development of Children and Young People,** 2010.

PERETZ, I.; ZATORRE, R. J. **Music and the brain: disorders of musical listening.** Brain, v. 128, n. 10, p. 2523-2533, 2005.

HYDE, K. L., et al. **The effects of musical training on structural brain development: A longitudinal study.** Annals of the New York Academy of Sciences, v. 1169, n. 1, p. 182-186, 2009.

SCHELLENBERG, E. G. **Music and cognitive abilities.** Current Directions in Psychological Science, v. 15, n. 6, p. 317-320, 2006.

COSTA-GIOMI, E. **The influence of music on the development of children.** Journal of Research in Music Education, v. 47, n. 3, p. 198-212, 1999.

LEVITIN, D. J.; TIROVOLAS, A. K. **Music and the brain: the neuroscience of music and musical appreciation.** Acta Psychologica, v. 132, n. 2, p. 117-131, 2009.

MCFERRAN, K. S.; SAARIKALLIO, S. **The role of music in adolescent development: much more than the same old song.** International Journal of Adolescence and Youth, v. 19, n. 1, p. 5-16, 2014.

HO, Y. C.; CHEUNG, M. C.; CHAN, A. S. **Music training improves verbal memory.** Nature Neuroscience, v. 6, n. 7, p. 688-691, 2003.

Autor:

Renato Rodrigues Borges

*Terapeuta Clínico e Escolar,
Psicopedagogo, Especialista em
Neuropsicologia, Terapia Cognitiva
Comportamental, Mestre em
Filosofia da Religião.*

Publicado em: <https://professorrenato.com>