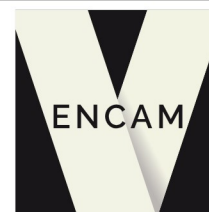




27 A 30 DE MAIO DE 2026

V ENCONTRO DE COGNIÇÃO E ARTES MUSICAIS

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SERGIPE



O papel mediador da escuta musical eudaimônica: validação de escala e mecanismos de bem-estar no contexto brasileiro

Luíza Ramos Carneiro¹, Frederico Gonçalves Pedrosa², Mariana Freitas Bahia dos Santos³
¹Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, ^{2,3}Universidade Federal de Minas Gerais
luramos2807@gmail.com, fredericopedrosa@ufmg.br, marianafreitasbahia@gmail.com

RESUMO

PROBLEMA/QUESTÃO

A eudaimonia refere-se ao florescimento humano alcançado por meio de ações virtuosas e socialmente orientadas, para além do prazer puramente hedônico (Smith & Silverman, 2020). No contexto musical, manifesta-se em experiências de flow (Csikszentmihalyi, 1990), autorrealização e transcendência (Groarke & Hogan, 2020). Embora existam evidências do impacto da música no bem-estar, há uma carência de instrumentos psicométricos com evidências de validade no Brasil que mensurem as funções eudaimônicas da escuta musical. Neste sentido, verifica-se na literatura a Eudaimonic Functions of Music Listening (EFML), um instrumento composto de 10 itens, com respostas em escala tipo Likert de cinco pontos que mensuram, teoricamente, os construtos de estado de pico, flow e transcendência. Além disso, a literatura aponta que a escuta eudaimônica muitas vezes não se correlaciona diretamente com o afeto positivo imediato, sugerindo a existência de mecanismos mediadores complexos ainda não elucidados em populações não-ocidentais, ricas e industrializadas.

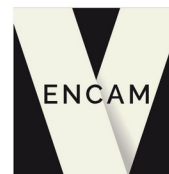
OBJETIVOS

Traduzir, adaptar e validar a escala EFML para o português brasileiro, bem como investigar o papel mediador da escuta eudaimônica na relação entre estratégias de coping musical e bem-estar subjetivo.

MÉTODO

A amostra incluiu 473 adultos brasileiros, com média de idade = 36.94 (DP = 13,18) e composta por 62.81% de mulheres. Por meio de um formulário virtual, foram aplicadas as escalas EFML, de Escala de Coping através de Ouvir Música (ECOM; Pimentel et al.,





2012), bem-estar subjetivo (PANAS; Watson et al., 1988). A análise de dados envolveu técnicas de Psicometria em Rede e Análise Exploratória de Grafos (EGA) para verificar a dimensionalidade, seguida de Análise Fatorial Confirmatória (CFA). A mediação foi testada via Modelagem de Equações Estruturais (SEM) com bootstrapping (5.000 reamostragens). Uma análise de importância de variáveis via Random Forest foi conduzida para identificar os principais preditores da eudaimonia musical.

RESULTADOS

Diferente da estrutura original de três fatores, os dados brasileiros apoiam um modelo unidimensional de 9 itens (EFML-BR) com índices de ajuste adequados (CFI = 0,992; TLI = 0,989; RMSEA = 0,062; $\omega = 0,86$). O achado central revelou que a EFML-BR mediou totalmente a relação entre o coping de evitação e o bem-estar subjetivo ($\beta_{\text{indireto}} = 0,077$, IC 95% [0,011, 0,149]). O efeito direto da evitação sobre o bem-estar tornou-se não significativo após a inclusão da mediação.

CONCLUSÕES

A escuta musical eudaimônica, um construto unidimensional, funcionou como um mecanismo que converteu o distanciamento estratégico dos problemas em florescimento emocional. O estudo demonstra que o desengajamento cognitivo intencional provido pela música pode ser um pré-requisito estético para a imersão profunda, ao invés de uma fuga patológica. O levantamento de validade de estrutura interna da EFML-BR mostra que esta é uma ferramenta robusta para pesquisas clínicas e experimentais sobre música e saúde mental no Brasil.

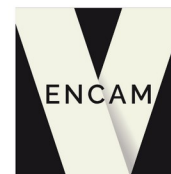
PALAVRAS-CHAVE

Música, Eudaimonia, Coping, Cognição Musical, Psicometria

REFERÊNCIAS

- Groarke, J. M., & Hogan, M. J. (2020). The Eudaimonic Functions of Music Listening Scale: An Instrument to Measure Transcendence, Flow and Peak Experience in Music. *Frontiers in Psychology*, 11, 566296. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.566296>
- Csikszentmihalyi, Mihaly. Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper & Row, 1990.
- Pimentel, C. E., Vargas, M. M., Almeida, T. O. de, Maynard, V. A. P., & Figueiredo, S. M. de C. T. (2012). Evidências de validade e precisão da Escala de Coping através de Ouvir Música [Evidence of validity and reliability of the Coping through Music Listening Scale]. *Psico-USF*, 17(1), 141–151. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712012000100015>
- Smith, G. D., & Silverman, M. (Eds.). (2020). Eudaimonia: Perspectives for music learning. Routledge.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>.





The Mediating Role of Eudaimonic Music Listening: Scale Validation and Well-being Mechanisms in the Brazilian Context

Luíza Ramos Carneiro¹, Frederico Gonçalves Pedrosa², Mariana Freitas Bahia dos Santos³
¹Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, ^{2,3}Universidade Federal de Minas Gerais
 luramos2807@gmail.com, fredericopedrosa@ufmg.br, marianafreitasbahia@gmail.com

ABSTRACT

RESEARCH QUESTION/PROBLEM

Eudaimonia refers to human flourishing achieved through virtuous and socially oriented actions, beyond purely hedonic pleasure (Smith & Silverman, 2020). In the musical context, it manifests itself in experiences of flow (Csikszentmihalyi, 1990), self-realization, and transcendence (Groarke & Hogan, 2020). Although there is evidence of the impact of music on well-being, there is a lack of psychometric instruments with validity evidence in Brazil that measure the eudaimonic functions of music listening. In this sense, the literature can be seen using the Eudaimonic Functions of Music Listening (EFML), an instrument composed of 10 items, with answers on a five-point Likert scale that theoretically measures the constructs of peak state, flow and transcendence. Furthermore, the literature points out that eudaimonic listening often does not correlate directly with immediate positive affect, suggesting the existence of complex mediating mechanisms not yet elucidated in non-Western, rich and industrialized populations.

OBJECTIVES

Translate, adapt and validate the EFML scale into Brazilian Portuguese, as well as investigate the mediating role of eudaimonic listening in the relationship between musical coping strategies and subjective well-being.

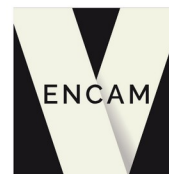
METHOD

The sample included 473 Brazilian adults, with mean age = 36.94 (SD = 13.18) and composed of 62.81% women. Through a virtual form, the EFML scale, the Coping Scale through Listening to Music (ECOM; Pimentel et al., 2012), and the Positive and Negative Affect Schedule (PANAS; Watson et al., 1988) were applied to measure subjective well-being. Data analysis involved Network Psychometrics and Exploratory Graph Analysis (EGA) techniques to verify dimensionality, followed by Confirmatory Factor Analysis (CFA). The mediation was tested via Structural Equation Modeling (SEM) with bootstrapping (5,000 resamples). An analysis of the importance of variables via Random Forest was conducted to identify the main predictors of musical eudaimonia.

RESULTS

Contrary to the original three-factor structure, the Brazilian data supported a 9-item unidimensional model (EFML-BR) with adequate fit indices (CFI = 0.992; TLI = 0.989; RMSEA = 0.062; ω = 0.86). The central finding revealed that the EFML-BR fully mediated





the relationship between avoidance coping and subjective well-being (β indirect = 0.077, 95% CI [0.011, 0.149]). The direct effect of avoidance on well-being became non-significant after the inclusion of the mediator.

CONCLUSIONS

Eudaimonic musical listening, a one-dimensional construct, functioned as a mechanism that converted strategic distancing from problems into emotional flourishing. The study demonstrates that the intentional cognitive disengagement provided by music can be an aesthetic prerequisite for deep immersion, rather than a pathological escape. The internal structure validity assessment of the EFML-BR shows that this is a robust tool for clinical and experimental research on music and mental health in Brazil.

KEYWORDS

Music, Eudaimonia, Coping, Musical Cognition, Psychometrics

REFERENCES

- Groarke, J. M., & Hogan, M. J. (2020). The Eudaimonic Functions of Music Listening Scale: An Instrument to Measure Transcendence, Flow and Peak Experience in Music. *Frontiers in Psychology*, 11, 566296. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.566296>
- Csikszentmihalyi, Mihaly. *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row, 1990.
- Pimentel, C. E., Vargas, M. M., Almeida, T. O. de, Maynard, V. A. P., & Figueiredo, S. M. de C. T. (2012). Evidências de validade e precisão da Escala de Coping através de Ouvir Música [Evidence of validity and reliability of the Coping through Music Listening Scale]. *Psico-USF*, 17(1), 141–151. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712012000100015>
- Smith, G. D., & Silverman, M. (Eds.). (2020). *Eudaimonia: Perspectives for music learning*. Routledge.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063–1070. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>.

