

# Música e Processos Inconscientes: explorando a criatividade musical como ferramenta de expressão e ressignificação de afetos

LUCIANO DA COSTA NAZARIO\*, BRUNA MARIA PIMENTEL BATISTELLA\*\*, SIMONE DE  
GOES TRUQUIJO\*\*\*, ANA FLAVIA DRUMOND DE MELLO E CUNHA\*\*\*\*, LUCIENE  
MOURIGE BARBOSA\*\*\*\*\*

**Resumo:** Este artigo apresenta os resultados de uma pesquisa educacional e empírica que explorou a interseção entre música, psicanálise e criatividade. O estudo investigou como a criatividade musical pode servir como uma ferramenta para a ressignificação de afetos, focando nas experiências de músicos participantes de um Laboratório de Criação Musical realizado na Universidade Federal do Rio Grande (FURG). As sessões do laboratório foram conduzidas através de uma pesquisa baseada na prática (practice-based research), utilizando atividades de livre improvisação para facilitar explorações criativas e possibilitar que os participantes realizassem reflexões sobre suas experiências vividas. Integrando as perspectivas freudianas e junguianas sobre o inconsciente, os resultados sugerem que a criatividade musical pode catalisar o crescimento psicológico e promover ressignificações cognitivas e emocionais, criando um ciclo de retroalimentação que impulsiona o próprio desenvolvimento criativo. As implicações educacionais desses resultados apontam para a importância de incluir abordagens psicanalíticas em educação musical, promovendo maior autoconsciência e o desenvolvimento criativo entre os estudantes.

**Palavras-chave:** Criatividade Musical, Inconsciente, Afetos, Freud, Jung.

## Music and Unconscious Processes: Exploring Musical Creativity as a Tool for the Expression and Reinterpretation of Affects

**Abstract:** This article presents the results of an educational and empirical study that explored the intersection between music, psychoanalysis, and creativity. The study investigated how musical creativity can serve as a tool for the reinterpretation of emotional experiences, focusing on the experiences of musicians participating in a Musical Creation Lab held at the Federal University of Rio Grande (FURG). The lab sessions were carried out within a practice-based research framework, employing free improvisation activities to foster creative exploration and encourage participants to engage in reflection on their lived experiences. By integrating Freudian and Jungian perspectives on the unconscious, the results suggest that musical creativity can catalyse psychological growth and promote cognitive and emotional reinterpretations, forming a feedback loop that drives creative development. The educational implications of these findings highlight the importance of incorporating psychoanalytic approaches into music education, promoting greater self-awareness and creative development among students.

**Keywords:** Musical Creativity, Unconscious, Music Education, Affect, Freud, Jung.

\* Universidade Federal do Rio Grande (FURG) – Rio Grande, RS

E-mail: [lucianonazario@furg.br](mailto:lucianonazario@furg.br)

<https://orcid.org/0000-0003-4435-6693>

\*\* Pesquisadora voluntária junto ao Grupo de Estudos sobre Criatividade em Música da FURG

E-mail: [brunabatistella.psi@gmail.com](mailto:brunabatistella.psi@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0001-1786-4230>

\*\*\* Pesquisadora voluntária junto ao Grupo de Estudos sobre Criatividade em Música da FURG

E-MAIL: [simonetruquijo@yahoo.com.br](mailto:simonetruquijo@yahoo.com.br)

<https://orcid.org/0009-0000-8292-0967>

\*\*\*\* Universidade Federal do Rio Grande (FURG) – Rio Grande, RS

E-mail: [flaviadm2023@gmail.com](mailto:flaviadm2023@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0008-0750-3758>

\*\*\*\*\* Pesquisadora voluntária junto ao Grupo de Estudos sobre Criatividade em Música da FURG

E-MAIL: [lucienemourigeb@yahoo.com.br](mailto:lucienemourigeb@yahoo.com.br)

<https://orcid.org/0000-0002-5633-3088>

## Introdução

A criatividade em música faz parte de todo um complexo humano que une tanto fatores técnico-musicais quanto elementos psicológicos e socioculturais. Uma manifestação artística, por mais simples que pareça ser, sempre estará associada a uma rede de significados coletivos e sentidos singulares ressoados internamente. Processos inconscientes emergem, influenciando tanto nossa afetividade quanto nosso comportamento. Esses processos são essenciais para uma compreensão mais profunda da criatividade musical, pois determinam como as emoções e experiências internas se manifestam na produção sonora. Contudo, embora fundamentais para o campo da música, poucos trabalhos têm explorado seus impactos no comportamento criativo. Välimäki (2005) observou que, com exceção dos campos da musicoterapia e da psicobiografia, as abordagens do inconsciente (ou psicanalíticos) são raramente aplicadas à pesquisa musical. Mesmo em nossa contemporaneidade, se incluirmos aos estudos em educação musical os campos da criatividade e psicanálise, a lista de publicações reduz drasticamente. Ao buscarmos por palavras-chave que correlacionassem psicanálise, criatividade, música e educação<sup>1</sup> na plataforma Scopus, uma das maiores bases de dados do mundo, encontramos apenas 16 entradas para artigos inéditos. Destes, apenas 3 são estudos empíricos, e somente um examina de forma específica a intersecção entre essas áreas junto aos participantes envolvidos. Além disso, conforme observado em um recente estudo de revisão sistemática e meta-análise conduzido por Peters e colaboradores (2023), raros são os estudos empíricos de alta qualidade que exploram o impacto do fazer musical na regulação emocional. Essa lacuna sublinha a importância de abordagens experimentais sobre esta temática.

Sem a pretensão de apresentar dados musicoterápicos, este estudo buscou explorar a relação entre criatividade musical e inconsciente, investigando como a expressão criativa pode contribuir para a ressignificação de afetos. A pesquisa concentrou-se nos depoimentos de músicos que participaram de um laboratório de criação musical realizado na Universidade Federal do Rio Grande (Brasil) entre outubro e dezembro de 2023, destacando os momentos de descoberta emocional e introspecção durante as sessões de livre improvisação. Considerando as diversas possibilidades de integração entre música e criatividade, percebe-se um vasto campo educacional a ser explorado, especialmente em ambientes que consideram os estados afetivos envolvidos durante o processo criativo. Ao explorar a relação entre cria-

<sup>1</sup> Na pesquisa realizada, foram utilizadas estratégias de busca abrangentes nos títulos, resumos e palavras-chave. Por exemplo, a busca incluiu termos tais como: TITLE-ABS-KEY-AUTH ((psychoanalysis) OR (psychoanalytic) OR (Freud) OR (Jung) AND (musical) OR (music) OR (musician) AND (creativity) OR (creative) OR (creation) OR (create) AND (education) OR (learning) OR (teaching) OR (instruction) OR (training) OR (pedagogy)).

tividade musical e afetos, abrimos caminhos para melhor compreender como o funcionamento psíquico pode influenciar pensamentos, comportamentos e interações musicais. Buscamos, portanto, responder as seguintes questões de pesquisa:

QP1: A criatividade musical pode ser utilizada como uma ferramenta para que o indivíduo acesse e ressignifique seus afetos? Se sim, como?

QP2: Quando presente, essa ressignificação pode impactar positivamente no próprio desenvolvimento de sua criatividade? Se sim, como?

As atividades empíricas foram conduzidas pelo Grupo de Estudos sobre Criatividade em Música da FURG, grupo transdisciplinar e interinstitucional composto por pesquisadores da área da música, psicologia, história e antropologia. Os encontros foram coordenados por um profissional da música e supervisionados por três profissionais da psicologia com ênfase psicanalítica e uma profissional da antropologia, garantindo um profundo escrutínio das dinâmicas sociais e emocionais presentes nas sessões de improvisação. O viés psicanalítico adotado neste estudo baseou-se na integração entre a segunda tópica freudiana — que compreende as instâncias psíquicas do id, ego e superego — e a perspectiva junguiana do inconsciente. Partimos da premissa de que a criatividade musical pode funcionar tanto como um espelho dos estados internos do indivíduo, refletindo seus conflitos e desejos na busca por satisfação (notadamente mediados pelas instâncias do Ideal de Eu, Superego e pulsão), quanto como um catalisador para a transformação e o crescimento psicológico. Nesse sentido, ambas as abordagens não apenas se complementaram, mas enriqueceram a compreensão das experiências musicais dos participantes, ampliando o potencial de aprimorar práticas educacionais em ambientes de ensino musical.

## Criatividade em Freud e Jung

Conforme sugere Taylor (2017), a psicanálise foi o primeiro campo do conhecimento a conduzir um trabalho sério sobre criatividade. De acordo com Chambers (1969), Freud desenvolveu suas teorias com foco principal na doença mental, considerando a energia sexual e a sublimação como elementos centrais em sua abordagem sobre a criatividade. No texto *Creative Writers and Day-dreaming*, por exemplo, Freud (1981[1908]) compreende a fantasia como uma forma adulta de experimentar o prazer da não-realidade. O escritor criativo faz exatamente como uma criança, criando e nos apresentando seu mundo fantasioso. Ao fazer isso, o artista sente e leva-nos a sentir um prazer proveniente de fontes psíquicas mais profundas, ou seja, a liberação das tensões

em nossas mentes. Em *Leonardo da Vinci and a Memory of his Childhood* (1981[1910]) explora esse aspecto, compreendendo que o artista, por meio de sua criatividade, transforma seus instintos sexuais mais íntimos em expressões mais socialmente aceitáveis. Esse fenômeno, conhecido como sublimação, permite que os artistas preservem seu mundo interior por meio de suas criações. Anna Freud (1936) amplia essa discussão ao compreender que a sublimação, mais do que um mecanismo de defesa, é um processo de adaptação e autocrescimento. Para a autora, um ego bem desenvolvido deve ser capaz de tolerar a frustração, a ansiedade, os conflitos internos/externos, e deve ser capaz de sublimar com facilidade. Sua abordagem, assim como a de outros ego-psicanalistas, compreende que a arte é um fenômeno multideterminado, cuja função central é participar do desenvolvimento, construção e crescimento psíquico (Välimäki, 2005).

4

Sentido similar pode ser observado em Jung. Para o autor, a criatividade pode ser compreendida como um impulso inato, uma potência presente em todos os indivíduos e originada no inconsciente (Jung, 1960). O processo criativo caracteriza-se pelo que Jung denominou função transcendente, isto é, uma função simbólica da psique. Essa função pode ser entendida como o resultado de uma união entre consciência (racional) e o inconsciente (irracional) ou o produto dessa união (Damião, 2019). A criatividade permite, assim, a modificação de pontos de vista, flexibilizando demandas inconscientes e ajudando o indivíduo a enfrentar bloqueios que causavam angústia e sofrimento. Isso oferece uma oportunidade para uma resignificação natural. Consequentemente, esse processo pode também incrementar o fluxo criativo, uma vez que a doença ou o sofrimento tendem a bloqueá-lo (Jung, 1960). De acordo com Von Franz (1985), se alguém com um potencial criativo não o utilizasse, a energia psíquica desse potencial poderia se tornar um veneno. Quando uma sobrecarga de energia não é adequadamente utilizada, ela se aprisiona na mente do indivíduo, podendo levar ao desenvolvimento de neuroses e psicoses. A criatividade pode ser compreendida como uma capacidade que, quando devidamente acessada e utilizada, não apenas facilita a descoberta de novos caminhos, mas também possui potencial transformador e terapêutico.

## Música em Freud e Jung

É amplamente reconhecido que Freud tinha dificuldades em apreciar música. Sua inclinação racionalista fazia com que ele se opusesse à ideia de ser emocionalmente impactado por algo que não conseguia explicar, apesar de ser, de fato, afetado por ela (Freud, 1981 [1914]). Contudo, apesar de Freud não ter dedicado análises extensivas à

música como fez com as artes visuais e literatura, há evidências de que ele reconheceu sua importância de maneiras mais sutis e indiretas. Metáforas musicais presente em trechos de seus trabalhos<sup>2</sup> e o encontro com Gustav Mahler, por exemplo, sugerem que a música não era completamente alheia ao seu pensamento psicanalítico (Duarte, 2017). Para Burdurlu (2024), por meio da teoria Freudiana, podemos compreender o fenômeno musical como capaz de refletir emoções e desejos inconscientes, abordando camadas psicológicas profundas. Além de uma expressão artística, a música serve como um espelho da psicologia humana, possuindo um duplo enraizamento na razão e nos afetos. Ela é governada por leis físicas e matemáticas e, ao mesmo tempo, é capaz de expressar e explorar os refúgios mais ocultos das emoções humanas (Grassi, 2021).

Assim como Freud, Jung raramente escreveu diretamente sobre música. Um dos raros exemplos é encontrado em uma carta à Serge Moreux, na qual o autor afirma ser a música capaz de expressar, em sons, o que as fantasias e visões expressam na imagem visual. A música representa o desenvolvimento e a transformação dos motivos do inconsciente coletivo (Jung, 1973). O fenômeno sonoro tem, assim, o poder de servir como portal entre consciência e inconsciente, facilitando o acesso aos conteúdos lá existentes e revelando importantes informações de forma simbólica, auxiliando a diminuir a repressão daquilo que, por algum motivo, foi reprimido. Nesta carta, Jung também destaca que o que ocorre no inconsciente coletivo é de natureza arquetípica, e a qualidade numinosa dos arquétipos pode se manifestar como estresse emocional. Para o autor, a música representa o desenvolvimento, movimento e transformação dos temas e ideias presentes no inconsciente coletivo.

## Afeto em Jung e Freud

Conforme observa Imbasciati (1991), a psicanálise nasce e se desenvolve como método para a investigação dos afetos. A afetividade é considerada uma parte essencial da psique humana, o fundamento da personalidade, podendo ser expressa por meio de emoções, sentimentos e sensações. É uma expressão de energia emocional que pode influenciar o comportamento e a percepção de uma pessoa (Jung, 1991). Jung explorou o conceito de *complexo afetivo*, isto é, uma rede de emoções, memórias, sentimentos e percepções que estão relacionadas a uma experiência emocional específica na vida de uma pessoa (Jung,

---

<sup>2</sup> Em um estudo analítico sobre a relação entre a psicanálise e música realizado por Moreno e Diaz (2008), os autores encontraram diversas menções musicais nas obras de Freud. Versos de Schubert em "Obsessões e Fobias" (1895); cenas da Flauta Mágica (Mozart) e analogias musicais para explicar como um estímulo pode iniciar a ativação de ideias latentes em sua obra "A interpretação dos sonhos" (1899) são apenas algumas das citações e metáforas musicais aplicadas pelo pai da Psicanálise.

1991). Esses complexos afetivos podem influenciar profundamente o comportamento e os padrões de pensamento de um indivíduo. Pode-se dizer, assim, que os afetos pulsam afetando, influenciando todas as ações do ser humano e fixando o complexo. Ao resignificarmos os afetos, atribuímos um novo significado ou valor a estes, alterando a forma como percebemos e sentimos algo. Resignificar implica, portanto, em “libertar-se do destino exclusivo da repetição” (Libermann, 2014, p. 83), o que envolve transformar padrões de pensamento e crenças que prejudicam ou limitam o indivíduo em suas potencialidades. Jung (1991) compreende que a resignificação dos afetos reduz a influência negativa dos complexos sobre a vida do indivíduo. Os complexos mantêm sua energia através de núcleos afetivos específicos que atuam inconscientemente. Quando essa carga afetiva é externalizada e se torna consciente (por meio da arte, terapia, etc.), o complexo negativo perde força e a pessoa ganha mais autonomia.

Em seu estudo comparativo sobre as paralisias motoras orgânicas e histéricas, Freud infere que os sintomas que se apresentam como uma estrutura aparentemente corporal estão associados à intensidade dos afetos. As primeiras intuições clínicas de Freud, por exemplo, concentram-se na liberação dos afetos reprimidos, uma vez que ele acreditava que essas repressões influenciavam na incapacidade de movimentos dos pacientes, suas hipersensibilidades e bloqueios. Freud sugeriu que esses sintomas estão diretamente relacionados às experiências vividas pelos pacientes e às suas histórias de vida. Assim, a intensidade dos afetos reprimidos se manifestava no corpo, estando intrinsecamente ligada aos sintomas e à constituição do sujeito como um todo (Freud, 1981 [1893-1895]). Contudo, apesar de fundamental a esse campo de estudo, as definições de afeto são multidimensionais e, por vezes, paradoxais. Pesquisadores têm apontado que o criador da psicanálise parece não chegar a uma conclusão a respeito desse termo (e.g., Wakefield, 1992; Winograd e Teixeira, 2011). Ao analisar as obras e cartas de Freud dirigidas a Fliess, Rangel (2015) identificou diversos significados na aplicação deste termo. As interpretações de Freud vão desde definições mais gerais, abrangendo sentimentos como luto, tristeza e autocensura, até descrições mais específicas, nas quais o afeto é entendido como uma expressão psíquica de tensões sexuais e físicas. Conforme observa Imbasciati (1991), na teoria energético-pulsional freudiana, os afetos podem ser considerados como um *quantum*, um representante psíquico da *pulsão*. A repressão impede que certos pensamentos ou desejos sejam expressos, deixando intacto a representação da coisa que, impedida de ser consciente, continua ativa e exerce influência sobre a força do afeto.

## Métodos

### Design de pesquisa

De natureza qualitativa, a coleta de dados deste estudo foi realizada por meio da *practice-based research*, a qual incluiu a execução de práticas livre improvisação musical, discussões coletivas sobre diversos temas relacionados à criatividade em música, e entrevistas intensivas conduzidas tanto coletivamente quanto individualmente (sem a presença dos demais participantes). Os encontros ocorreram semanalmente abrangendo os meses de outubro a dezembro de 2023. Ao total, foram efetivados 21h de gravação em áudio e audiovisual. Durante o gerenciamento de dados, as entrevistas foram transcritas, classificadas e codificadas utilizando o *software* de análise de dados qualitativos Atlas.ti. Nas entrevistas, os pesquisadores efetivaram questionamentos sobre as emoções e as percepções que os participantes vivenciaram durante as atividades musicais. Não foram feitas perguntas sensíveis uma vez que o foco esteve apenas em compreender as percepções dos participantes sobre as atividades musicais realizadas. O roteiro de entrevistas foi construído com o cuidado para não abordar diretamente conteúdos potencialmente traumáticos, íntimos ou que pudessem gerar desconforto explícito nos participantes, em consonância com os princípios de ética em pesquisa com seres humanos. Após a finalização da coleta de dados, foram efetivadas reuniões semanais com o objetivo de contrastar e triangular as interpretações dos pesquisadores.

7

### Participantes

Participaram do estudo 10 voluntários selecionados com base nos seguintes critérios: (a) idade mínima de 18 anos e (b) experiência musical como músico profissional ou amador. O perfil dos participantes abrangeu músicos com treinamento não formal (aprendizado musical em igrejas e com professores particulares), informal (autodidata) e formal (graduação em música). O grupo foi composto por três cantores, dois saxofonistas, dois percussionistas (bateria e congas), um pianista e dois guitarristas (guitarra elétrica e acústica). Apenas quatro dos participantes possuíam alguma experiência em composição e três em improvisação de música idiomática. Nenhum dos voluntários declarou ter prática em livre improvisação. Os voluntários selecionados foram instruídos acerca dos objetivos desta investigação e assinaram um termo de consentimento previamente aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade Federal do Rio Grande (nº 70890823.5.0000.5324). Na descrição das narrativas, substituímos os nomes pessoais pelas letras

A (respondente A), B (respondente B), e assim por diante, para manter o anonimato dos participantes.

### **Laboratório de criação musical como *practice-based research***

A *practice-based research* é uma abordagem com uma longa tradição na área das artes, e visa adquirir novos conhecimentos por meio da prática e dos resultados dessa prática (Candy, 2006). Nessa abordagem, os artefatos criativos são a base para a construção do conhecimento, buscando responder questões relacionadas ao processo criativo por meio de uma discussão crítica que considera os significados e os contextos nos quais as atividades criativas foram realizadas (Skains, 2018). A *practice-based research*, no contexto do laboratório de criação musical, com suas atividades de livre improvisação e questionamentos socráticos, incentivou o grupo a compartilhar suas crenças e valores sobre diversos aspectos relacionados à criatividade musical. Para Falleiros (2012), na livre improvisação:

...não existe um ideal requerido de técnica e entendimentos necessários previamente para realizar uma improvisação... a livre improvisação é uma prática autônoma, e talvez essa possa ser uma liberdade que seu nome proclama. Isto significa que o improvisador não precisa de 'autorizações', ou conhecimentos altamente especializados para a ação criativa. (Falleiros, 2012, p. 16-17).

As atividades de livre improvisação incluíram as seguintes condições educacionais: a) criação de um ambiente receptivo, aceitando todos os níveis de conhecimento musical; b) abertura para novos entendimentos e maneiras de ouvir e criar música; c) expansão das possibilidades de se fazer música (utilizando, por exemplo: corpo humano, objetos, etc.) e d) ênfase em atividades coletivas. Em investigações anteriores, vislumbramos que tais atividades possuem o potencial de estimular um ambiente aberto, reduzindo a pressão e ampliando a colaboração. Isso possibilitou a emergência de um ambiente dialógico reflexivo, facilitando a empatia, autoconfiança e flexibilidade nas percepções (Rogers, 1954). Além disso, as práticas de livre improvisação musical proporcionaram um processo semelhante ao que é conhecido em psicanálise como 'associação livre'. Nesse método, o paciente é orientado a expressar espontaneamente qualquer pensamento ou sensação que surja, permitindo que conteúdos reprimidos e resistentes emergam à consciência (Freud, 1981 [1925]). Scheiby e Alsaham (2002) observaram que o processo emocional envolvido na livre improvisação musical pode servir como um canal para o inconsciente, revelando pensamentos e emoções reprimidos. Ao tocar um instrumento de forma espontânea ou vocalizar, o indivíduo tem a oportunidade de liberar energias que possam estar estagnadas, permitindo uma superação das defesas emocionais. No contexto do laboratório,

tal liberação foi observada através do depoimento dos participantes após a realização das atividades musicais.

## Resultados e discussão

As entrevistas realizadas com os músicos nos proporcionaram compreender as motivações e experiências que orientaram suas participações no Laboratório de Criação Musical. Através dessas conversas, foi possível observar como alguns indivíduos foram movidos por uma força interna que transcendeu suas zonas de conforto, direcionando-os a uma busca por uma realização pessoal:

Pesquisadora: Qual foi a sua expectativa ao entrar no Laboratório de Criação Musical?

Participante A: **A minha expectativa é que eu conseguisse me soltar mais e que iria ser muito, muito legal. Mas eu ia ter medo**, porque é muita gente nova, que eu não conhecia. Eu achei que iria ser uma coisa mais técnica, por isso que eu pensei **“será que eu vou conseguir entrar?”**... eu pensei, **quando eu chegar lá no primeiro dia eu já vou sair porque não vou conseguir fazer nada.** (encontro 7, entrevista individual)

Participante B: **No início eu achei que não ia dar certo pela proposta de improviso e por eu ser um pouco limitado na execução de solos... eu achei que o projeto buscava pessoas que tivessem um desempenho um pouco melhor do que eu poderia oferecer** (encontro 7, entrevista individual)

Participante C: **no meu teste, eu fui mega nervosa... mas eu queria expandir muito a criatividade**, e uma das coisas que eu desenvolvi aqui foi poder me expressar, ter um pouco mais de liberdade, ter experiências, aprender com outras experiências de vida. **Isso é muito importante, eu me desenvolver mais como pessoa, e poder compartilhar por onde eu passar.** (encontro 7, entrevista individual)

Participante D: eu me sentia muito travado musicalmente e esperava me soltar um pouco mais, **retornar ao que eu era antes**. Quando eu entrei na faculdade eu me vi com toda aquela teoria musical, arranjo e harmonia e eu comecei a me travar, começava a pensar tanto que não conseguia mais improvisar ... **eu queria voltar, poder me sentir eu mesmo novamente... aqui eu comecei a me aproximar mais de mim**, comecei a voltar a compor! (encontro 7, entrevista individual)

Participante E: o nexos de todo o projeto foi **sair fora da zona de conforto, e isso é que foi muito bacana pra mim...** quando eu cheguei aqui eu tinha uma pequena noção do que poderia acontecer, mas foi muito, muito mais além do que eu imaginava... **houve mudanças musicais em mim e até pra vida.** (encontro 7, entrevista individual)

A busca por novas experiências e satisfação em suas necessidades expressivas levaram os participantes a tentar superar seus estados de medo e insegurança. Esse fenômeno pode ser compreendido através do conceito de *pulsão*, isto é, uma força interna que causa excitação corporal, direcionando o comportamento para alcançar um objetivo espe-

cífico (Freud, 1981 [1915]). Compreendemos, nesses relatos, que a *pulsão* pode ter tido um papel na atuação de uma força dinâmica que transformou as tensões internas em oportunidades de crescimento criativo e pessoal, orientando os participantes a ultrapassarem suas limitações e a realizarem-se em novos territórios expressivos. Essa abertura a novas experiências, porém, não exclui a presença de cognições negativas em relação às autopercepções e autoestima. A autocritica negativa, por exemplo, emergiu como um dos códigos mais significativos na análise dos dados realizada com o software Atlas.ti:

Participante B: A maneira como cada um se cobra, eu acho a execução de todos impressionante, **mas eles sempre se criticam** (encontro 3, questionário escrito)

Participante E: Eu acho que o desafiador é o que eu vim aprender bastante aqui, deixar de ser **autocrítico**. Sabe, **eu sou muito crítico. Eu tenho no meu telefone mais de mil gravações e não gosto de nenhuma**. [composições] Minhas sabe? De tocar em casa (encontro 7, entrevista individual)

Participante J: **Eu quase nunca gosto**, eu sempre acho que não está do jeito que eu imagino, sempre tem que melhorar, **eu sempre sou crítico comigo**. (encontro 1, entrevista coletiva)

10

Assim como em outros domínios da vida social e cultural, no campo da música internalizamos preceitos valorizados pelo grupo ao qual pertencemos. Buscamos, a partir da instância do *superego*, por modelos a seguir com base nos ideais estéticos e símbolos internalizados que orientam nossos padrões de excelência. Embora tal busca seja parte de um aprendizado cultural, não raro são os músicos que manifestam frustrações e inibem suas autoexpressões criativas ao formarem um ideal a ser alcançado: o *ideal de Eu*. Para Freud (1981[1921]), o sentimento de inferioridade pode "ser entendido como uma expressão da tensão entre o Eu e o ideal de Eu (p. 131) onde "O ideal, em um excesso de sensibilidade, expõe implacavelmente sua condenação ao Eu por meio de delírios de inferioridade e autodepreciação" (p. 132). Mesmo criativamente ativos (no sentido freudiano e junguiano), músicos podem se tornar excessivamente críticos em relação ao próprio trabalho, levando-os a um estado de insatisfação e dificuldades para reconhecer e valorizar suas realizações. Um *superego* rígido pode extrair um pesado tributo da vida emocional do sujeito. Babikian (1985) observou esse fato ao aplicar o *Teste de Avaliação de Culpa*, desenvolvido pelo Centro de Psicanálise da Universidade de Columbia, junto a catorze músicos profissionais. Todos os participantes obtiveram uma pontuação mínima de três no teste, indicando sentimentos crônicos de insatisfação, autodesvalorização, depreciação das conquistas e uma acentuada inibição da assertividade. Para a autora, os resultados do teste refletem obstáculos em dois aspectos do *superego*: a *consciência*, na qual os músi-

cos internalizam padrões socioculturais de disciplina, dedicação e busca por uma excelência artística; e o *ideal de Eu*, onde procuram atender tais expectativas externas (Babikian, 1985).

O *superego* pode influenciar os comportamentos individuais na medida em que as normas e valores internalizados moldam como uma pessoa se apresenta externamente. Um *superego* muito rígido pode levar o indivíduo a ser altamente conformista, voltado para o cumprimento estrito das expectativas sociais. Um *superego* mais flexível, produz uma *persona*, isto é, uma forma de adaptação social e não exatamente uma conformação moral (Jung, 2002). A longo da vida, o músico constrói um repertório de conhecimentos no qual se expressa e se identifica artisticamente a partir deste, produzindo uma imagem social no qual reconhece-se e é reconhecido. Para alguns, essa identificação pode criar uma barreira que dificulta explorar outras formas de manifestação criativa, seja por iniciativa própria ou porque as expectativas sociais ou profissionais reforçam a manutenção de sua *persona*. Ao ter a oportunidade de ultrapassar esses limites em uma atividade de livre improvisação realizada com as luzes apagadas, um dos participantes realizou uma profunda reflexão sobre o impacto desse aspecto psicológico na atuação do músico:

11

Participante F: Eu me senti tirando uma roupa. A pessoa diz “dança uma valsa”, putz, **não sei dançar valsa, o que eu faço?** [risos]...**eu acho incrível como, na verdade, a gente usa máscara, né?**... esse é um caminho longo... pra todo mundo, eu acredito, de se libertar, **de fazer o que a gente realmente almeja. Sempre fica um temor...** (encontro 2, entrevista coletiva)

**As provocações, elas eram complexas... eu senti muito aquele momento onde apagaram as luzes e nós tínhamos que tocar o instrumento no escuro...** para mim foi tão importante... (encontro 7, entrevista individual)

A condução de uma atividade realizada com as luzes apagadas trouxe ao participante imprevisibilidades sonoras sem o apoio do recurso visual. A improvisação foi criada integralmente no momento da performance, fazendo com que o respondente ficasse desprovido das seguranças de sua *persona*. Pode-se inferir que a experiência favoreceu um estado psíquico propício ao contato com aspectos menos conscientes de si, o que pode ser interpretado, à luz da psicologia analítica, como uma aproximação simbólica da sombra. A *sombra*, segundo Jung (1979), é um aspecto da psiquê que abriga tanto os lados obscuros (nossas fragilidades e limites) quanto nossas qualidades reprimidas ou nunca descobertas devido à ausência de estímulos sociais e culturais que as favorecessem. No contexto do laboratório, o participante foi levado a confrontar suas inseguranças, trazendo à tona aspectos musicais e qualidades que normalmente permaneceriam não expressos. Esse momento de vulnerabilidade forçou-o a lidar e a reconhecer

aspectos de si mesmo, motivando-o a explorar novos estímulos criativos. Improvisar livremente no escuro produziu, também, um profundo impacto emocional em outros participantes, conforme exemplificado no depoimento do participante A:

Participante A: **Achei muito desafiador, muito**, mas eu adorei ser no escuro ... eu gostei, **eu senti** [pausa para tomar um ar]... **que eu podia expressar tudo o que eu quisesse, mesmo que não ficasse perfeito**, mas ninguém estava me olhando, e eu não estava olhando ninguém. Porque estava escuro e [a participante toma mais um ar e começa a mostrar uma forte emoção] [sussurra], eu fico nervosa.

Pesquisador: Não tem problema.

Participante A: É que falar sobre isso é um pouco difícil, mas... [começa a cair lágrimas], eu tenho muita dificuldade em expressar meus sentimentos, e **quando eu cantei hoje eu senti que eu consegui expressar de uma forma que não tem como explicar, sabe? Eu senti como se tivesse quebrando uma caixa de vidro.** (encontro 2, entrevista coletiva)

Na entrevista realizada no encontro 7 a participante complementa:

Pesquisadora: Houve algum momento nos encontros que não estavas te sentindo muito bem e mudou depois que veio pra cá?

Participante A: Sim, naquele dia que a gente cantou no escuro **eu não estava me sentindo muito bem. Eu estava me sentindo ansiosa durante a aula**, segurando o choro porque, quando eu tenho crises [de ansiedade], eu não consigo parar de chorar... mas **a gente ficou tocando e, quando eu percebi, já tinha esquecido, eu saí daqui me sentindo muito bem**, como se nada tivesse acontecido, é como se tivesse mudado totalmente o meu dia. (encontro 7, entrevista individual)

Essa fala mostra como a participante conseguiu, através de sua criatividade musical, se conectar com sentimentos e questões mais profundas de sua psiquê. A música atuou como uma ponte entre os sinais (ansiedade) e o que estava em seu inconsciente, (os afetos ainda não percebidos e/ou sentidos). Jung (1960) sugere que a ansiedade se origina de um esvaziamento de sentido da vida para o indivíduo que, ao não conseguir simbolizar tudo o que está se passando dentro de si e ao seu redor, sente angústia e percebe de forma inconsistente que existe algo de errado acontecendo consigo. Quando sentiu e expressou, ela conseguiu simbolizar, ainda que de maneira não totalmente consciente, mas o suficiente para lhe trazer alívio da angústia existente. Tal efeito foi possível, também, porque a respondente, naquele momento, não evidenciou um *superego* rígido, o que facilitou a expressão simbólica de seus sentimentos através de sons, sem a preocupação em atender aos padrões socioculturais de excelência artística aos quais ela pertence.

De uma forma em geral, a sublimação foi um fenômeno evidente em todos os participantes do laboratório, possibilitando, por meio da

criatividade, elaborar eventuais repressões. Ao ter a oportunidade de se expressar musicalmente, a respondente H, por exemplo, minimizou suas exigências internas idealizadas de si mesma (*ideal de Eu*), encontrando uma forma de satisfazê-las através da sublimação:

Participante H:

Mudou a minha visão de mundo. **Mudou muito! E a minha forma de me posicionar com mais leveza. Porque eu sempre fui muito incisiva...** isso acabou refletindo não só na profissão, mas na minha vida também. **Como mulher, que já foi oprimida, muito oprimida... essa liberdade...** nossa é muito bom! (encontro 7, entrevista individual)

Com o avanço das atividades de improvisação, o grupo tornou-se cada vez mais empático psicologicamente. Frequentemente, emergiram atitudes típicas de grupos terapêuticos, como o altruísmo, onde os membros ajudavam seus pares com sugestões e observações, e a universalidade, na qual, ao compartilharem suas experiências de vida, percebiam que seus modos de pensar e sentir eram compartilhados pelos demais membros do grupo (Yalom e Leszcz, 2005):

Participante G: **Parecia um encontro em uma casa. As pessoas falaram de si da forma como falaram, se emocionaram**, eu também me emocionei muito, me emociono fácil. Tens que estar à vontade né? **E se todos fizeram como fizeram foi porque ficaram à vontade.** (encontro 7, entrevista individual)

Participante F: **O laboratório conseguiu deixar todos no mesmo nível [musical].** A proposta foi muito boa nesse sentido, **estava todo mundo desnudo e fragilizado por ter que se expor e se expressar de uma maneira diferente.** (encontro 7, entrevista individual)

Participante H: **Aqui eu aprendi que qualquer grupo consegue criar elo na música... é democrático.** (encontro 7, entrevista individual)

Evidenciou-se, em alguns depoimentos, uma reavaliação de seus próprios valores, sentimentos e comportamentos:

Participante I: **Eu percebi que eu sou muito opressor**, em diversos aspectos, principalmente em grupos. (encontro 7, entrevista individual)

Participante A: **Eu quebrei algumas barreiras da timidez**, e era uma coisa muito forte em mim... **eu consigo me expressar melhor agora, de um jeito que eu não conseguia antes, e eu nem sabia que eu conseguiria me expressar desse jeito** porque na minha cabeça não tinha mais como resolver. (encontro 7, entrevista individual)

Participante F: As propostas acabaram por fazer com que eu **refletisse um pouco mais sobre esse fazer [musical]**, porque **muitas vezes a gente se cobra muito tecnicamente, e as vezes a gente não para pensar o porquê nós estamos fazendo...** qual é a necessidade real disso? (encontro 7, entrevista individual)

Participante D: **Eu acho que foi um confronto comigo**, foi um bom confronto porque eu tive que me tirar da zona de confronto e **enfrentar**

**tudo o que eu tinha guardado pra poder me desenvolver.** (encontro 7, entrevista individual)

As experiências relatadas pelos participantes do Laboratório de Criação Musical revelaram uma profunda conexão entre o processo criativo e os afetos, evidenciando a importância de um ambiente que favoreça a expressão livre e a reflexão crítica. A criatividade musical pôde, assim, atuar como um meio simbólico e não verbal para explorar experiências emocionais e possibilitar ressignificações. O vislumbre que os participantes tiveram de seus próprios valores, comportamentos e capacidades musicais trouxeram para o consciente formas de pensar que impactaram positivamente em suas emoções e percepções. Esses entendimentos não apenas promoveram uma maior compreensão de si mesmos, mas também estimularam suas performances criativas durante os encontros. O incentivo a um *superego* mais flexível (menos conformista com os preceitos musicais) e à livre expressão da *sombra* (valorizando a manifestação do sujeito como um todo, com suas potencialidades e limitações) possibilitou uma maior autenticidade nas performances criativas e musicais dos participantes. Ao final dos encontros, qualquer estímulo sonoro passou a servir como um impulso para improvisações mais diversas e fluidas, tanto em contextos tonais quanto pós-tonais.

14

### Limitações

Inúmeras são as teorias, vieses e interpretações psicanalíticas. Os depoimentos apresentados neste artigo refletem apenas uma fração das múltiplas perspectivas observadas pelo grupo de pesquisa. Além disso, diferentes interpretações psicanalíticas podem oferecer perspectivas distintas para um mesmo fenômeno, gerando discussões profundas que transcendem os tópicos aqui abordados. Replicar este estudo com outros participantes irá provavelmente revelar novas questões do inconsciente que não foram aqui exploradas. Embora essas limitações estejam presentes, os resultados deste estudo abrem possibilidades para explorar mais profundamente como diferentes aspectos do inconsciente influenciam a prática musical, contribuindo para os estudos educacionais ao tratar da complexidade da criatividade em sua relação com os afetos.

### Considerações finais

Os relatos apresentados neste artigo demonstraram que a criatividade musical pode promover o crescimento pessoal, a autocompreensão, empatia e expressão artística. Ao ressignificar os afetos, os participantes puderam superar barreiras pessoais e explorar novas di-

mensões de suas subjetividades. Desenvolver uma atividade musical, portanto, nunca é uma experiência puramente musical, pois envolve uma série de fatores psicológicos e sociais entrelaçados que influenciam diretamente na performance e/ou criação. A integração de perspectivas psicanalíticas na formação de educadores musicais pode enriquecer a prática pedagógica ao oferecer uma compreensão mais profunda das motivações internas e conflitos psíquicos que afetam a expressão musical. Além disso, considerar a criatividade como um processo de autodescoberta e transformação emocional pode inspirar novas abordagens pedagógicas que incentivem os alunos a explorar suas subjetividades através da música. O desfecho deste trabalho evidenciou, assim, como a relação entre criatividade musical, inconsciente e afetos pode se desenvolver na prática, isto é, como o ato de improvisar música livremente pode funcionar como um mecanismo de acesso a emoções, memórias e sentimentos, e como a discussão sobre essas experiências, em um processo de retroalimentação, podem contribuir para o próprio desenvolvimento criativo.

## Agradecimentos

15

Agradecemos profundamente ao grupo de 10 músicos participantes que contribuíram voluntariamente para que este estudo fosse realizado.

## Referências

- Babikian, H. M. (1985). The psychoanalytic treatment of the performing artist: Superego aspects. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis*, 13(1), 139–148.
- Burdurlu, I. H. (2024). A conceptual exploration on the interplay of unconscious in musical creativity. *Conservatorium / Konservatoryum*, 11(1). <https://doi.org/10.26650/cons2024-1431502>
- Candy, L. (2006). Practice-based research: A guide. *Creativity and Cognition Studios*, Report 1.
- Chambers, J. A. (1969). Beginning a multidimensional theory of creativity. *Psychological Reports*, 25(3), 779–799. <https://doi.org/10.2466/pr0.1969.25.3.779>
- Damiao, J. M. (2019). A função transcendente: Algumas reflexões sobre o processo de criação [The transcendent function: Some reflections on the creative process]. *Pesquisas e Práticas Psicossociais*, 14(4), 1–17.
- Duarte, F. A. (2017). Freud e a música [Freud and the music]. *IDE São Paulo*, 40(64), 129–145.
- Freud, A., & The Institute of Psychoanalysis. (1966). *The ego and the mechanisms of defence* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429481550>.

- Freud, S. (1981). Studies on hysteria (J. Strachey, Trans.). In The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 2, pp. 1–306). Hogarth Press. (Original work published 1893–1895).
- Freud, S. (1981). Creative writers and day-dreaming (J. Strachey, Trans.). In The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 9, pp. 141–154). Hogarth Press. (Original work published 1908 [1907]).
- Freud, S. (1981). Leonardo da Vinci and a memory of his childhood (J. Strachey, Trans.). In The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 11, pp. 63–138). Hogarth Press. (Original work published 1910).
- Freud, S. (1981). The Moses of Michelangelo (J. Strachey, Trans.). In The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 20, pp. 211–236). Hogarth Press. (Original work published 1914).
- Freud, S. (1981). Instincts and their vicissitudes (J. Strachey, Trans.). In The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 14, pp. 217–240). Hogarth Press. (Original work published 1925 [1924]).
- Freud, S. (1981). Group psychology and the analysis of the ego (J. Strachey, Trans.). In The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 18, pp. 69–144). Hogarth Press. (Original work published 1921).
- Freud, S. (1981). An autobiographical study (J. Strachey, Trans.). In The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud (Vol. 20, pp. 7–70). Hogarth Press. (Original work published 1915).
- Grassi, L. (2021). The sound of the unconscious. Routledge.
- Imbasciati, A. (1991). Affeto e rappresentazione [Affection and representation]. Franco Angeli.
- Jung, C. G. (1979). Aion: Researches into the phenomenology of the self. Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1973). Letters, Volume 1: 1906–1950 (G. Adler & A. Jaffé, Eds.). Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1960). On the nature of the psyche. In H. Read, M. Fordham, G. Adler, & W. McGuire (Eds.), The collected works of C. G. Jung (Vol. 8, Bollingen Series XX). Princeton University Press.
- Jung, C. G. (2002). Os arquétipos e o inconsciente coletivo [The archetypes and the collective unconscious] (L. Bonaventure, L. Boff, D. Silva & J. Bonaventure). Vozes.
- Jung, C. G. (1991). Psicogênese das doenças mentais [Psychogenesis of mental illnesses]. (A. Carneiro, J. Silva, L. Pereti & M. Oleniki). Vozes.
- Libermann, Z. (2014). Tempo, memória e resignificação [Time, memory, and reinterpretation]. RBPsicoterapia, 15(3), 83–90.
- Moreno, I. S., & Diaz, N. R. (2008). Apenas unas notas: La amusia de Freud y la sordera musical del círculo psicoanalítico de Viena [Just a few notes: Freud's amusia and the musical deafness of the Viennese

- Psychoanalytic Circle]. *Revista de Historia de la Psicología*, 29(3/4), 239–247.
- Peters, V., Bissonnette, J., Nadeau, D., Gauthier-Légaré, A., & Noël, M.-A. (2023). The impact of musicking on emotion regulation: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Music*, 52(5), 548–568. <https://doi.org/10.1177/03057356231212362>
- Rangel, L. (2015). O conceito de afeto na obra inicial de Freud [The concept of affect in Freud's early work]. 85f. [Dissertation]. <https://repositorio.ufjf.br/jspui/bitstream/ufjf/307/1/larissaduarterangel.pdf>
- Rogers, C. R. (1954). Toward a theory of creativity. *A Review of General Semantics*, 11(4), 249–260. <https://www.jstor.org/stable/42581167>
- Scheiby, B. B., & Alsaham, B. (2002). Improvisation as a musical healing tool and life approach – Theoretical and clinical applications of analytical music therapy improvisation in a short- and long-term rehabilitation facility. In J. T. Eschen (Ed.), *Analytical music therapy* (pp. 115–156). Jessica Kingsley.
- Skains, L. (2018). Creative practice as research: Discourse on methodology. *Media Practice and Education*, 19(1), 82–97.
- Taylor, I. A. (2017). A retrospective view of creativity investigation. In I. Taylor & J. W. Getzels (Eds.), *Perspectives in creativity*. Transaction Publishers.
- Välimäki, S. (2023). Subject strategies in music: A psychoanalytic approach to musical signification (Doctoral dissertation, University of Turku). UTUPub. <https://www.utupub.fi/handle/10024/160914>
- Von Franz, M. L. (1995). *Shadow and evil in fairy tales*. Shambhala Publications.
- Wakefield, J. C. (1992). Freud and the intentionality of affect. *Psychoanalytic Psychology*, 9(1), 1–23. <https://doi.org/10.1037/h0079322>
- Winograd, M., & Teixeira, L. C. (2011). Afeto e adoecimento do corpo: Considerações psicanalíticas. *Ágora: Estudos Em Teoria Psicanalítica*, 14(2), 165–182. <https://doi.org/10.1590/S1516-14982011000200001>
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2005). *The theory and practice of group therapy*. Basic Books