

Música e Personalidade: A Relação Entre Consumo Musical, Comportamento e Emoções¹

Sónia Santos Pereira

A música, uma das criações mais significativas da cultura humana, tem uma vasta influência psicológica (Chanda & Levitin, 2013; Haas & Brandes, 2009; Habibi & Damasio, 2014; Juslin & Sloboda, 2011), fisiológica (Gowensmith & Bloom, 1997; McNamara & Ballard, 1999; Rickard, 2004) e social (Boer et al., 2011; Cochrane, Fantini, & Scherer, 2013; Rentfrow, 2012). Desta forma, a música é transversal à diversidade dos processos psicológicos da perceção, cognição, capacidade/aptidão e aprendizagem, influenciando a mente e o corpo (North & Hargreaves, 2000; Pochinho, 2011; Sekeff, 2005). O psiquiatra Anthony Storr (2008) refere que a música chama a nossa atenção para pensamentos de outra forma ignorados ou reprimidos, cumprindo, assim, uma função semelhante à dos sonhos. Por sua vez, Oliver Sacks (2008 p.13) afirma que a música ‘exprime apenas a quintessência da vida e dos seus acontecimentos’, citando Schopenhauer.

A eficácia terapêutica da música é um aspeto particularmente relevante, no que se refere a pacientes com doenças do foro neurológico (Altenmüller, Finger, & Bollner, 2015; Hanser & Thompson, 1994; Hsu & Lai, 2004; Lester & Whipple, 1996). Na verdade, por se tratar, hoje, de um recurso amplamente acessível e de baixo custo

¹ Este artigo deriva da dissertação de mestrado em Psicologia Clínica, defendida a 23 de Setembro de 2015, no Instituto Superior Miguel Torga, Coimbra.

económico, a música é, cada vez mais, usada em diversos âmbitos da saúde física e psicológica. É o caso das demências (Baird & Samson, 2015; McDermott, Orrell, & Ridder, 2014); depressão (e.g. Maratos, Gold, Wang, & Crawford, 2008) problem-oriented, and avoidance/disengagement; esquizofrenia (Mula & Trimble, 2009); autismo (Molnar-Szakacs & Heaton, 2012); superação da perda (e.g. Bright, 1999; Hilliard, 2008; Loewy & Hara, 2002); dor crónica (e.g. Mitchell et al., 2007; Nicol, 2010); redução do stress em intervenções cirúrgicas (Bailey, 1984; Tam, Wong, & Twinn, 2008); cuidados paliativos (Munro & Mount, 1978; Renz, Schütt Mao, & Cerny, 2005); qualidade do sono (Harmat, Takács, & Bódizs, 2008; Lai & Good, 2005); promoção do bem-estar (Croom, 2015; MacDonald, 2013; Sigg, 2009) e como reguladora de emoções (Juslin, Liljeström, Västfjäll, Barradas, & Silva, 2008; Saarikallio, 2011). De igual modo, a música é também utilizada na educação como facilitadora da aprendizagem e concentração (Batt-Rawden & DeNora, 2005; Dobrota & Ercegovic, 2014; North & Davidson, 2013; North & Hargreaves, 2007); e ainda na prática desportiva (Brooks & Brooks, 2010; Laukka & Quick, 2013).

Através da música e dos seus elementos constitutivos (ritmo, melodia, intensidade, andamento, timbre dos instrumentos), conseguimos expressar sentimentos e ideias que, muitas vezes, as palavras apenas definem de modo vago (Pocinho, 2011). Estruturada por sons e movimentos que o ouvido organiza, a música é uma espécie de pré-linguagem, recorrendo, de forma abrangente, às estruturas primitivas do cérebro associadas à motivação, recompensa e emoção (Levitin, 2007; Pocinho, 2011). As preferências musicais, no campo do consumo, influenciando a indução de emoções (Kreutz, Ott, Teichmann, Osawa, & Vaitl, 2007), são consideradas como um constructo essencial para a compreensão dos traços de personalidade (McNamara & Ballard, 1999), comportamentos, atitudes e valores (North, Desborough, & Skarsstein, 2005).

Desta forma, os grupos, a partir das suas preferências de consumo musical, criam, intragrupalmente, sentimentos de afiliação e de pertença e, intergrupalmente, sentimentos de diferença e de desafio, distanciando-se e vincando a sua posição face aos outros. Assim, as preferências musicais são mediadoras quer das características prováveis dos fãs de um determinado estilo musical, quer da avaliação geral da pessoa em termos qualitativos, com traços positivos ou negativos (Pessoa, 2008). Em última instância, as preferências musicais influenciam e são influenciadas socialmente, tendo capacidade de induzir afetos, atitudes, comportamentos e escolhas observáveis (Croizer, 1997; Kemp, 1997).

Cada gênero musical pode ter objetivos diferentes que, segundo Delsing, Ter Bogt, Engels e Meeus (2008), se relacionam com diversas dimensões psicológicas e comportamentos específicos. Neste sentido, Schwartz e Fouts (2003) consideram que a preferência por estilos musicais como o heavy metal e o punk deixa transparecer características do ouvinte (e.g., busca de sensações, pouca sensibilidade ou romantismo), bem como uma certa vulnerabilidade para comportamentos de risco e de violência, uma vez que as letras relatam na generalidade, sentimentos negativos e de desafio a autoridade; ou mesmo para a existência de problemas psiquiátricos (e.g., depressão e sentimentos de alienação). No entanto, a preferência dada a estes gêneros pode representar, também, a hipótese de experimentar uma atividade com sentido e a recusa a sujeitar-se às alternativas existentes/dominantes (Pimentel, Gouveia, & Pessoa, 2007), envolvendo, assim, expressivamente, a manifestação dos traços de personalidade.

A questão mais relevante para a presente investigação é, precisamente, que os traços de personalidade são refletidos, através do consumo musical. Raymond Cattell foi um dos primeiros investigadores 'a teorizar sobre como a música poderia contribuir para a compreensão da personalidade' (Pimentel & Donnelly, 2008 p.698). Desde então, diversos estudos têm confirmado, de forma cada vez mais consistente, essa relação. A definição do próprio conceito de personalidade, porém, continua a ser uma questão em progresso (Hall, Lindzey, & Campbell, 2000; Hansenne, 2006), salientando as noções de consistência, estabilidade, estrutura e continuidade (Monteiro & Santos, 1999). De igual modo, a personalidade pode ser definida como um conjunto de particularidades que apelam para a singularidade de cada sujeito (modo de pensar, sentir e agir; comportamentos; aptidões; motivações; capacidades, etc.). Diversos estudos indicam que a personalidade é, igualmente, influenciada pela hereditariedade e transformada pela experiência e a interação com o meio (Hall et al., 2000; Hansenne, 2006; Monteiro & Santos, 1999). Por seu lado, as perturbações de personalidade são referentes a vivências internas e comportamentais anómalas para um indivíduo que podem causar múltiplas incapacidades (American Psychiatric Association, 2014). De acordo com o DSM-5 (2014), existem 3 grupos de perturbações da personalidade. O grupo A (dos estranhos ou excêntricos), referente às perturbações paranoide, esquizoide e esquizotípica da personalidade. O grupo B (dos dramáticos, emocionais e inconstantes) diz respeito às perturbações antissocial, estado-limite (borderline), histriónica e narcísica da personalidade. O grupo C (dos ansiosos e medrosos) abrange as perturbações evitante, dependente e obsessivo-

-compulsiva da personalidade. Isto para além de outras alterações da personalidade devidas a distintas condições médicas, com outra especificação ou não especificadas.

Diversos teóricos da personalidade têm desenvolvido a investigação no sentido de definir uma taxonomia, um conjunto sistemático de características que permitam classificar a personalidade de uma pessoa (Hall et al., 2000; Pimentel & Donnelly, 2008). Neste prisma, o modelo dos Cinco Grandes Fatores da Personalidade (*Big Five Model*), modelo abrangente e descritivo dos traços de personalidade que teve por base alguns dos elementos da teoria dos traços de Eysenck, constitui, atualmente, um dos mais importantes desenvolvimentos no estudo da personalidade e um dos mais utilizados no estudo e explicação da relação entre a música e a personalidade.

Tendo em conta estes pressupostos teóricos, o presente trabalho partiu da seguinte questão de investigação: Qual a influência da música na personalidade, comportamentos e emoções das pessoas? O objetivo é abordar estas situações específicas:

- As preferências e consumo musical, em função da idade, género, estado civil e habilitações literárias.
- Os contextos, períodos e atividades mais comuns durante em que se ouve música.
- Em que medida a música é uma atividade de lazer importante.
- Quais as razões mais frequentes para ouvir música.
- A perceção sobre a influência da música na violência e consumo de substâncias.
- Em que sentido as preferências musicais são consideradas um fator revelador, pelos sujeitos, da sua própria personalidade e da personalidade dos outros.
- A relação entre as dimensões de preferência musical definidas por Rentfrow & Gosling e, por outro lado, os traços de personalidade, referentes a neuroticismo e extroversão, definidos no Inventário de Personalidade de Eysenck.
- Quais os pares de emoções mais comuns, quando se ouve música e sua respetiva intensidade.

METODOLOGIA

Procedimentos e Amostra

Após a delimitação dos objetivos do estudo, realizou-se a seleção dos instrumentos para a recolha de dados. Neste sentido, procedeu-se à elaboração de um questionário de caracterização sociodemográfica (QCS) e de um questionário sobre música.

ca, quotidiano, emoções e comportamentos (QMQEC). Estes instrumentos foram produzidos com base em diversos questionários existentes, devidamente adaptados para que os seus conteúdos se ajustassem à realidade portuguesa e com a finalidade de abranger os objetivos propostos. De seguida, o formulário foi inserido no Google Forms e administrado a um grupo constituído por 5 pessoas. Este pré-teste possibilitou excluir ambiguidades e falhas estruturais, confirmou a compreensibilidade do formulário e permitiu aferir o tempo médio de preenchimento.

Neste sentido, foram utilizados, como metodologia de recolha dos dados, questionários de autorresposta administrados a indivíduos com idades compreendidas entre os 18 e os 38 anos inclusive. Posteriormente, o protocolo de instrumentos de avaliação foi administrado on-line, através da plataforma Google Forms. A divulgação da hiperligação do formulário foi feita em diversas páginas e grupos do Facebook, incluindo páginas das universidades de Coimbra, Aveiro, Minho, Porto e Lisboa; páginas de conservatórios e escolas técnicas como a Etic e Restart; para além de grupos de investigação em Psicologia e de outras áreas. Neste sentido, foi facultada uma explicação breve dos objetivos do estudo, assegurando o carácter voluntário da participação, o anonimato e a confidencialidade dos dados, assim como a apropriação do estudo e a liberdade de desistência a qualquer momento.

O mesmo procedimento foi utilizado para todos os respondentes, com vista a uniformizar o processo. A participação dos sujeitos foi voluntária e informada, tendo em consideração os princípios éticos presentes no ponto 7 do código deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) (2011). Após o preenchimento dos itens do formulário, submetido pelos respondentes, o registo era validado e processado de forma automática, numa base de dados virtual que, em tempo real, agrupava todos os questionários efetuados. A recolha de dados foi realizada entre Abril e Maio de 2015, de forma consecutiva, mediante o uso de uma rede social. Apenas dois critérios obrigatórios foram devidamente estabelecidos: ter idade entre os 18 até os 38 anos e ser fluente em português, implicando assim os nativos do país, pessoas oriundas do Brasil e de países africanos de língua oficial portuguesa.

A amostra final é constituída por 320 sujeitos, uma amostra não probabilística e acidental, uma vez que, como referido, os instrumentos foram colocados no *Google Forms* para preenchimento de quem se mostrasse disponível. Consequentemente, esta é uma investigação quantitativa, de tipo transversal, observacional, exploratória e de base descritiva-correlacional.

Instrumentos

A bateria de instrumentos utilizados neste estudo é constituída pelo referidos Questionário de caracterização sociodemográfica (QCS) e Questionário sobre música, quotidiano, emoções e comportamentos (QMQEC), e ainda pelo Inventário de Personalidade de Eysenck (EPI) e a Escala abreviada sobre as preferências musicais (STOMP- PT).

Questionário de caracterização sociodemográfica (QCS)

Este instrumento, composto, maioritariamente, por questões fechadas, foi construído especificamente para a população em estudo e tendo em conta os objetivos da investigação. O questionário tem em vista adquirir informações relativas às variáveis sociodemográficas: idade, género, nacionalidade, habilitações literárias, estado civil, atividade profissional ou ocupação.

Questionário sobre Música, Quotidiano, Emoções e Comportamentos (QMQEC)

Este questionário foi também elaborado especificamente para esta investigação, a fim de conhecer, com mais detalhe, como os sujeitos vivenciam a música. Neste sentido, foi utilizada uma lista de 11 grupos de afirmações, desenvolvida a partir da discussão com especialistas na área e com a orientadora da pesquisa, juntamente com itens retirados e reformulados de diversas fontes (em particular, Juslin et al., 2008; Rentfrow & Gosling, 2003). O questionário tem 25 itens que exploram contextos, atividades, motivos, emoções e comportamentos associados à música.

Inventário de Personalidade de Eysenck (EPI)

A primeira versão deste inventário foi desenvolvida, em 1964, por Hans. J. Eysenck e Sybil B. G. Eysenck, revelando características duradouras da personalidade dos indivíduos (traços), através de questões que exigem resposta dicotómica. O EPI tem como principal objetivo medir duas das dimensões que, segundo os seus autores, são fundamentais para definir a personalidade: o Neuroticismo-Estabilidade emocional, designada apenas por neuroticismo (N) e a Extroversão-Introversão, conhecida vulgarmente por extroversão (E). O inventário inclui também uma escala de mentira (L), com o objetivo de controlar os efeitos das respostas socialmente desejáveis dadas pelos sujeitos no teste (Eysenck & Eysenck, 1964; Vaz Serra, Ponciano, & Freitas, 1980).

Este instrumento surgiu para superar as falhas do *Maudsley Personality Inventory* (MPI). O EPI tem, comparativamente com o MPI, melhores qualidades psicométri-

cas, sobretudo a nível de precisão. E não inclui perguntas formuladas na negativa, ao contrário do que acontece no MPI, ao mesmo tempo que as dimensões neuroticismo e extroversão são independentes. Além disso, é composto por perguntas claras, tornando este inventário acessível a indivíduos com menor grau de instrução e de cultura (Vaz Serra et al., 1980).

A sua aplicabilidade vai desde o diagnóstico clínico, à orientação vocacional, até aos meios industriais, experimentais e de investigação. A administração deste inventário de personalidade pode ser individual e/ou coletiva, aplicável a adolescentes e adultos. O tempo para o seu preenchimento é variável, sendo aproximadamente de 10 minutos. Este instrumento, aferido em 1980 para a população portuguesa por Adriano Vaz Serra, Emanuel Ponciano e Fidalgo Freitas, existe nas Formas A e B, paralelas, permitindo a realização de avaliações repetidas com os mesmos indivíduos e eliminando fatores de memória. O instrumento é constituído por 57 itens, de modo que 24 itens correspondem à dimensão da extroversão, os outros 24 ao neuroticismo e 9 à de mentira. Para cada uma destas dimensões, admite-se, no entanto, que o indivíduo se possa localizar num dado ponto dessa dimensão. Conforme o lugar que ocupa, o sujeito pode ser considerado um introvertido de neuroticismo baixo ou elevado, o mesmo sucedendo com a extroversão (Vaz Serra et al., 1980): ‘Considera-se que um introvertido é um indivíduo voltado para o mundo interior e subjetivo, enquanto o extrovertido se encontra atento ao mundo exterior e objetivo’ (Vaz Serra et al., 1980 p.127).

A escala extroversão traduz a quantidade e intensidade das interações interpessoais, níveis de atividade, necessidade de estimulação e a capacidade de exprimir alegria. De igual modo, abrange ainda a impulsividade, a desinibição, a sociabilidade, a capacidade de comunicação e a espontaneidade. O típico extrovertido é sociável, descontraído, aprecia o convívio com os outros, com os grupos e as multidões; é conversador, afirmativo, otimista, alegre, animado, dinâmico, pleno de segurança, amante da diversão, gosta de sair, de ‘rir e ser feliz’. Da mesma forma, o extrovertido geralmente aprecia a mudança e situações excitantes, arrisca, é fisicamente ativo, impulsivo e agressivo, perde a calma com facilidade e nem sempre é confiável (Eysenck & Eysenck, 1964; Vaz Serra et al., 1980). Em contraste, o introvertido comum é tranquilo, inibido, reservado, reflexivo introspetivo e distante, exceto com amigos íntimos. Neste sentido, tende a traçar planos para o futuro, pensa antes de agir e não confia no impulso momentâneo. Por outro lado, não gosta de excitação, trata dos assuntos diários com seriedade e tem um modo de vida regrado. Por outro lado,

mantém os seus sentimentos sob controlo restrito, raramente se comporta de modo agressivo e possui grande autocontrolo; é confiável, por vezes pessimista, e atribui grande valor aos padrões éticos (Vaz Serra et al., 1980).

A escala de neuroticismo avalia a adaptação versus a instabilidade emocional e encontra-se associada a esta última. A labilidade emocional inclui nervosismo, ansiedade, somatização (dores de cabeça, problemas digestivos, insónias, enxaquecas, etc.), preocupação, variações de humor, sensibilidade extrema, constrangimento, busca pela excitação, tensão e irritabilidade. E isto inclui, frequentemente, respostas de coping desadequadas (Eysenck & Eysenck, 1964). As pessoas com elevados valores nesta escala apresentam, ainda, a tendência para experimentar sentimentos negativos, como tristeza, medo, embaraço, raiva, remorso e repulsa. Em condições de stress, estes indivíduos têm predisposição para desenvolver distúrbios neuróticos, nutrindo uma auto-estima negativa e com sentimentos de culpa. Não obstante, podem funcionar adequadamente no trabalho, a nível sexual, familiar e social (Eysenck & Eysenck, 1964).

Por seu lado, a escala de mentira foi incluída para detetar situações em que os indivíduos tendem a responder às questões, de acordo com aquilo que julgam ser favorável ou esperado, para darem uma boa impressão de si. Os autores sugerem que, em caso de obtenção de um valor igual ou superior a 5,98 nesta dimensão, o teste deve ser repetido ou invalidado (Eysenck & Eysenck, 1964).

Quanto às instruções de aplicação, no inventário, é pedido ao sujeito que, relativamente a cada pergunta, assinale a maneira como reage, sente ou atua, sendo que o 'sim' ou o 'não' representam a maneira habitual de agir ou sentir (Vaz Serra et al., 1980).

Na sua versão original, estudos realizados com o EPI revelam excelentes qualidades de fidedignidade e validade. Na versão de Vaz Serra, Ponciano e Freitas (1980), foi obtida uma média de 10,01 (DP=4,81) para o sexo masculino, em relação à subescala do Neuroticismo, sendo de 11,37 (DP=5,27) o valor correspondente para o sexo feminino, não sendo estas diferenças, estatisticamente significativas. O valor médio geral obtido nesta subescala foi de 10,56 (DP=5,04). No que diz respeito à dimensão relacionada com a Extroversão, foram obtidos, respetivamente, os valores médios de 12,49 (DP=3,53) e 12,56 (DP=3,71) para os sexos masculino e feminino, tendo-se obtido, no geral, o valor médio de 12,52 (DP=3,60). As diferenças encontradas nos valores médios desta subescala, em relação ao género, foram estatisticamente significativas ($t=2,952$; $p < 0,05$). Finalmente, para a subescala da Mentira, os valores médios obtidos foram de 4,31 (DP=1,83) e 3,88 (DP=1,86), para os sexos masculino

e feminino, respetivamente, sendo o valor geral de 4,13 (DP=1,85). Estas diferenças são estatisticamente significativas ($t=2,576$; $p < 0,05$). Com a finalidade de comparar os valores obtidos nesta investigação com os anteriormente referidos, determinou-se também a média e o desvio-padrão de cada uma das dimensões no geral e depois em função do sexo. Para a subescala de Neuroticismo um valor médio de 12,21 (DP=5,28) sendo o correspondente para o sexo masculino de 10,93 (DP=5,44) e para o sexo feminino de 12,84 (DP=5,10). Estas diferenças encontradas são estatisticamente significativas ($t(318)=3,072$; $p < 0,05$).

Para a subescala de Extroversão, os valores médios foram de 11,77 (DP=3,92) para o total da amostra, tendo sido o valor médio obtido para o sexo masculino de 11,48 (DP=3,77) e para o sexo feminino de 11,91 (DP=3,99). As diferenças encontradas não são significativas, do ponto de vista estatístico ($p > 0,05$). Para a subescala de Mentira, o valor médio foi de 3,28 (DP=1,70), tendo-se obtido para o sexo masculino o valor médio de 3,11 (DP=1,63) e para o feminino de 3,37 (DP=1,73), não sendo significativas as diferenças nos valores médios desta subescala, em relação ao sexo ($p > 0,05$).

Os autores da escala utilizaram a fórmula de *Kuder-Richardson* para determinar a fidelidade da escala: 'Com este método, mede-se o mesmo fator ou as mesmas combinações de fatores na mesma proporção e serve, assim, para analisar a homogeneidade que existe psicologicamente para todas as questões que constituem a escala' (Vaz Serra et al., 1980 p.130). Nesse estudo, foram obtidos os valores de 0,839, 0,695 e 0,519 para as dimensões Neuroticismo, Extroversão e Mentira do EPI. De igual modo, na presente investigação, determinaram-se os coeficientes alpha de Cronbach, tendo-se determinado também os valores obtidos com fórmula utilizada pelos autores. Assim, obtiveram-se coeficientes alpha de Cronbach de 0,849 para a subescala Neuroticismo e de 0,7031 para a subescala de Extroversão. Por ser bastante baixo, não se apresentam os valores obtidos para a subescala da Mentira, não tendo esta sido considerada ao longo desta investigação.

Escala Abreviada sobre Preferências Musicais (STOM-PT).

A categorização dos estilos musicais tem sido, até hoje, a tarefa mais complicada na estruturação sistemática das preferências musicais, dada a sua subjetividade (Levitin, 2007). Apesar disso, para a realização desta pesquisa, fazemos uso da Escala Abreviada de Preferências Musicais (*Short Test Of Music Preference* - STOMP), originalmente desenvolvida por Rentfrow e Gosling (2003) para mensurar o grau das preferências musicais.

Estes autores criaram um conjunto de categorias de preferências musicais, englobando géneros e subgéneros. Através de associação livre de 5 júris e complementando com pesquisas em sites de música, depararam-se com um total de 80 géneros e subgéneros musicais, variando em especificidade. Subsequentemente, apresentaram 14 géneros e 66 subgéneros para um grupo de 30 participantes que indicaram o grau de preferência para as categorias musicais, numa escala de Likert de 1 (Detesto) a 7 (Gosto muito), e, ainda, assinalaram as categorias musicais desconhecidas. Este último procedimento mostrou que poucos participantes (7%) tinham familiaridade com subgéneros específicos, enquanto 97% dos respondentes mostraram conhecimento dos géneros musicais gerais listados. Isto sugeriu a pertinência do uso de géneros musicais gerais para se aferir a preferência musical, estratégia considerada, pelos autores, como a melhor forma para mensurar as preferências musicais (Rentfrow & Gosling, 2003), surgindo assim o STOMP.

A partir da escala STOMP de Rentfrow e Gosling (2003), desenvolvemos, para esta pesquisa, uma adaptação do instrumento para a população portuguesa – à semelhança do que foi feito para o contexto brasileiro, por Gouveia, Pimentel, Santana, Chaves, & Paraíba (2008) e para a Nova Zelândia por Sigg (2009) – e que designamos de STOMP-PT. Esta escala adaptada tem 19 itens, correspondentes a estilos musicais, acompanhados dos respetivos exemplos: clássica/erudita; jazz; eletrónica; blues; R&B; soul; funk; hip hop; rap; músicas do mundo/world; pop; bandas sonoras originais (BSO); reggae; religiosa; infantil; rock; alternativa/indie; heavy metal e ainda música pimba e ligeira portuguesa. Cada género musical foi avaliado numa escala Likert de 7 pontos, de modo que 1 correspondia a desagradar-me bastante e 7 a agrada-me bastante. Os géneros musicais encontram-se distribuídos pela 4 dimensões de Rentfrow e Gosling (2003):

- **Reflexiva e complexa**, correspondendo a géneros musicais que se consideram facilitadores da introspeção, com letras e arranjos estruturalmente complexos. Estes estilos musicais suscitam emoções quer positivas, quer negativas e são de ritmo e energia mais lentos do que as outras dimensões. Por outro lado, recorrem maioritariamente a instrumentos acústicos e com pouca voz (Rentfrow & Gosling, 2003). Esta categoria integra música clássica/erudita, jazz, blues e músicas do mundo/world;
- **Intensa e rebelde**, tendo como característica comum estilos musicais carregados de energia e de ritmo rápido, com letras e estrutura moderadamente complexas que enfatizam temas de insurreição, com predomínio de emoções

e energia negativas. Tipicamente, utilizam instrumentos elétricos e tem voz em quantidade moderada (Rentfrow & Gosling, 2003). Esta dimensão inclui rock, heavy metal e música alternativa/indie.

- **Convencional**, referindo géneros musicais muito diversos, com uso de instrumentos quer acústicos, quer elétricos, com estrutura simples, direta e com quantidade moderada de voz, evocando emoções e energias predominantemente positivas, de ritmo moderado (Rentfrow & Gosling, 2003). É o caso das BSO, música pimba e ligeira portuguesa; religiosa, infantil e pop.
- **Energética e rítmica**, correspondendo a estilos de música um pouco complexos e ativos, com ausência de carga afetiva, variando entre níveis altos e médios de energia e com quantidades regradas de voz. O ritmo e as batidas são moderadas e dominam tal como o uso dos instrumentos eletrónicos (Rentfrow & Gosling, 2003). Trata-se da música eletrónica, R&B, soul, funk, rap, hip hop e reggae.

Para além dos géneros musicais, foi incluída uma questão dicotómica sobre a perceção das preferências musicais, enquanto fator revelador da personalidade, item que encerra a nossa escala abreviada sobre preferências musicais (STOMP-PT).

Tratamento Estatístico dos Dados

O estudo utilizou o programa informático de análise estatística - Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versão 21 para Windows, com o valor habitual de 0,05 para o nível de significância. Para a caracterização da amostra, foi levada a cabo a estatística descritiva, recorrendo à determinação de frequências absolutas e relativas e, sempre que necessário, às medidas de tendência central e dispersão (médias e desvios-padrão). Na análise descritiva das pontuações dos instrumentos, foi avaliada a normalidade da distribuição das pontuações. O pressuposto da normalidade foi validado com o teste de *Kolmogorov-Smirnov* (KS) com a correção de Lilliefors. Por outro lado, a consistência interna foi analisada através do *Alpha* de Cronbach e da fórmula de *Kuder Richardson*. E recorreu-se à ANOVA Univariada (*F*) para verificar as diferenças entre grupos e ao coeficiente Eta quadrado (e^2), bem como para medir a intensidade e magnitude das relações entre variáveis. Além disso, foi ainda calculado o coeficiente de correlação de Pearson para avaliar a associação entre as variáveis em estudo.

RESULTADOS

Os resultados foram obtidos, de acordo com a seguinte sequência e procedimentos metodológicos:

- **Análise descritiva** das características sociodemográficas dos sujeitos em estudo e cumprimento dos objetivos específicos: a) Descrever as preferências musicais, em função da idade, género, estado civil e habilitações literárias. b) Identificar os contextos, períodos e atividades mais comuns no ato de ouvir música. c) Reconhecer se a música é uma das atividades de lazer mais importante para o grupo estudado. d) Conhecer quais as razões mais frequentes, apontadas pelos sujeitos, para ouvir música. e) Estudar a perceção que os sujeitos têm sobre a influência da música na violência e consumo de substâncias. f) Verificar se os sujeitos consideram as preferências musicais como um fator importante e revelador de informações, no que respeita à sua personalidade e dos outros.
- **Análise exploratória** das relações entre as variáveis, com recurso a testes estatísticos inferenciais, com os seguintes dois objetivos. a) Avaliar o impacto e relação das preferências musicais e personalidade. b) Verificar quais os pares de emoções mais comuns, sentidos durante a escuta musical e sua respetiva intensidade.

Análise Descritiva

Características Sociodemográficas da Amostra

Segundo a Tabela 1, e como reportado anteriormente, a amostra é constituída por indivíduos com idades compreendidas entre os 18 e os 38 anos. A faixa etária predominante situa-se entre os 24 a 29 anos, constituindo 26,6 % da amostra. No que respeita ao género dos respondentes, 66,9% são do sexo feminino e 33,1% são do sexo masculino.

Quanto ao estado civil, os indivíduos constitutivos da amostra são solteiros (87,5%) e divorciados ou em união de facto (12,2%). A larga maioria dos respondentes são de nacionalidade portuguesa (97,5%).

Relativamente à ocupação, os inquiridos são, maioritariamente, estudantes (54,1 %), sendo que, a maior parte frequenta ou possui um curso superior (42,5%), ou do ensino secundário/profissional (32,5%). Em termos da área de estudos ou profissional, 31,6 % inserem-se nas ciências sociais/serviços e 29,4 % nas ciências exatas e tecnológicas.

Tabela 1: Caracterização sociodemográfica da amostra.

		N	%
Género/Sexo	Masculino	106	33,1
	Feminino	214	66,9
Nacionalidade	Portuguesa	312	97,5
	PALOP	8	2,5
Grupo etário	<= 20,0	77	24,1
	21,0 - 23,0	80	25,0
	24,0 - 29,0	85	26,6
	30,0+	78	24,4
Estado Civil	Solteiro	280	87,5
	Casado/União de Facto	39	12,2
	Divorciado/Separado	1	3,0
Habilitações Literárias*	2.º CEB	2	0,6
	3.º CEB	5	1,6
	Secundário/ Profissional	104	32,5
	Curso Superior	136	42,5
	Cursos pós-graduados	72	22,5
Ocupação*	Desempregado	33	10,3
	Estudante	173	54,1
	Trabalhador estudante	23	7,2
	Empregado/ a trabalhar	90	28,1
Área de Estudos ou Profissão	Artes	27	8,4
	Saúde	53	16,6
	C. Exatas e Tecnológicas	94	29,4
	C. Sociais/ Serviços	101	31,6
	Total	320	100,0

Preferências Musicais em Função da Idade, Género, Estado Civil e Habilitações Literárias

A música energética (hip-hop, soul, eletrónica, R&B, rap e reggae) é a preferência musical característica dos escalões etários mais jovens, enquanto a música rebelde (alternativa, heavy metal e rock) trespassa todas as gerações, como se pode observar na Tabela 2. Os grupos etários mais velhos têm marcada preferência pela música reflexiva (blues, clássica, músicas do mundo e jazz), para além da música rebelde.

As escolhas musicais parecem não ser influenciadas pelo sexo nem pelo estado civil, com exceção do estilo convencional que tem mais adeptos do sexo feminino e na população casada, ou em união de fato. Relativamente às habilitações, parece haver um padrão, no sentido em que os sujeitos com menos escolaridade tendem a preferir as músicas do tipo energético e a excluir as músicas de estilo convencional, enquanto os detentores de maiores habilitações preferem os estilos reflexivos e rebeldes.

Tabela 2: Preferências musicais em função das características biográficas

		Reflexiva		Rebelde		Convencional		Energética	
		N	%	N	%	N	%	N	%
Grupo etário	<= 20,0	21	27,6%	35	46,1%	2	2,6%	18	23,7%
	21,0 - 23,0	15	19,2%	39	50,0%	7	9,0%	17	21,8%
	24,0 - 29,0	31	38,3%	36	44,4%	3	3,7%	11	13,6%
	30,0+	29	37,7%	37	48,1%	2	2,6%	9	11,7%
Sexo	Feminino	72	35,0%	83	40,3%	13	6,3%	38	18,4%
	Masculino	24	22,6%	64	60,4%	1	0,9%	17	16,0%
Estado Civil	Solteiro	83	30,4%	128	46,9%	12	4,4%	50	18,3%
	Casado/UF	12	31,6%	19	50,0%	2	5,3%	5	13,2%
	Divorciado/S	1	100,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Habilitações	2.º CEB	0	0,0%	1	50,0%	0	0,0%	1	50,0%
	3.º CEB	3	60,0%	0	0,0%	0	0,0%	2	40,0%
	Secundário/Profissional	18	17,5%	58	56,3%	5	4,9%	22	21,4%
	Curso Superior	44	33,6%	56	42,7%	8	6,1%	23	17,6%
	Cursos PG	31	44,3%	31	44,3%	1	1,4%	7	10,0%
	Total	320	100,0	320	100,0	320	100,0	320	100,0

Notas: UF – União de fato; S – Separado, CEB – ciclo de ensino básico; PG – pós-graduados

Contextos, Períodos e Atividades/estados Para Ouvir Música

Neste aspeto, verifica-se que é em casa (31,6%) no quarto (22,5%) e no carro (18,4%) que os respondentes tendem mais frequentemente a ouvir música (ver Tabela 3).

Tabela 3: Contextos mais comuns durante a escuta de música

	N	%
A estudar	1	,3
Bar // Discoteca	4	1,3
Caminhar	1	,3
Carro	59	18,4
Casa	101	31,6
Concerto // Festival // Teatro	2	,6
Duche // Casa de Banho	5	1,6
Em todo o lado	2	,6
Escola	6	1,9
Exterior // Ar Livre: Parque, Praia, etc.	6	1,9
Festa	1	,3
Ginásio	1	,3
Lugares de prática religiosa: Igreja // Sinagoga // Mesquita // etc.	1	,3
Quarto	72	22,5
Trabalho	38	11,9
Transportes Públicos	20	6,3
Total	320	100,0

Por outro lado, (ver Tabela 4), os períodos em que se escuta mais música são aos fins-de-semana (51,2%), seguida de todos os dias (48,4%) e têm lugar, em geral, durante a tarde (40,9%).

Tabela 4: Períodos mais frequentes na escuta musical

	Nada		Pouco		Nem pouco nem muito		Muito					
	frequente	N (%)	frequente	N (%)	frequente	N (%)	frequente	N (%)				
De manhã	22 (6,9%)	22 (6,9%)	72 (22,5%)	72 (22,5%)	51(15,9%)	51(15,9%)	80 (25%)	80 (25%)	95 (29,7%)	95 (29,7%)		
À tarde	9 (2,8%)	9 (2,8%)	22 (6,9%)	22 (6,9%)	47(14,7%)	47(14,7%)	111 (34,7%)	111 (34,7%)	131 (40,9%)	131 (40,9%)		
À noite / madrugada	18 (5,6%)	18 (5,6%)	43 (13,4%)	43 (13,4%)	46 (14,4%)	46 (14,4%)	95 (29,7%)	95 (29,7%)	118 (36,9%)	118 (36,9%)		
Ao longo do dia	9 (2,8%)	9 (2,8%)	26 (8,1%)	26 (8,1%)	50 (15,6%)	50 (15,6%)	117 (36,6%)	117 (36,6%)	118 (36,9%)	118 (36,9%)		
Fins-de- semana	3 (0,9%)	3 (0,9%)	18 (5,6%)	18 (5,6%)	40 (12,5%)	40 (12,5%)	95(29,7%)	95(29,7%)	164 (51,2%)	164 (51,2%)		
Todos os dias	5 (1,6%)	5 (1,6%)	16 (5,0 %)	16 (5,0 %)	39 (12,2%)	39 (12,2%)	105 (48,4%)	105 (48,4%)	155 (48,4%)	155 (48,4%)		
De vez em quando	1 (35,3%)	1 (35,3%)	1 (35,3%)	1 (35,3%)	3 (102 (31,9%)	3 (102 (31,9%)	46 (14,4%)	46 (14,4%)	32 (10%)	32 (10%)	27 (8,4%)	27 (8,4%)
Não costumo ouvir	2 (92,5%)	2 (92,5%)	9 (6 (5,0%)	9 (6 (5,0%)	16 (5,0%)	16 (5,0%)	3 (0,9%)	3 (0,9%)	3 (0,9%)	3 (0,9%)	2 (0,6%)	2 (0,6%)

No caso das atividades ou estados, como se pode observar na Tabela 5, em que é mais frequente ouvir música, 51,2 % revela que ouve música quando está sozinho, 18,1 % quando conduz e 11,2 % enquanto está a trabalhar.

Tabela 5: Atividades ou estados mais comuns durante a escuta de música

		N	%
Atividades ou estados	Acordo	4	1,3
	Arrumo a casa	1	0,3
	Conduzo	58	18,1
	Escrevo; Leio	1	0,3
	Estou com os meus amigos	9	2,8
	Estou sozinho(a)	164	51,2
	Estudo	25	7,8
	Faço exercício	6	1,9
	Me preparo para sair a algum lado	6	1,9
	Me vou deitar	6	1,9
	Ouçõ sempre que quero	3	0,9
	Trabalho	36	11,2
	Vou a caminho do trabalho	1	0,3
	Total	320	100,0

Música Enquanto Atividade de Lazer

Ouvir música (ver Tabela 6) constitui a atividade de lazer mais frequente (56,9%), seguida de ver filmes com 43,8% e ainda da leitura com 28,4%.

Tabela 6: Frequência das atividades de lazer

	Nada frequente	Pouco frequente	Nem pouco nem muito		Muito frequente
			frequente	Frequente	
	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)	N (%)
TV	36 (11,3%)	88 (27,5%)	62 (19,4%)	81 (25,3%)	53 (16,6%)
Ouvir música	0 (0,0 %)	5 (1,6%)	25 (7,8%)	108 (33,8%)	182 (56,9%)
Ver filmes	4 (1,3%)	36 (11,3%)	86 (26,9%)	140 (43,8%)	54 (16,9%)
Ler	37 (11,6%)	74 (23,1%)	76 (23,8%)	91 (28,4%)	42 (13,1%)
Jogar	115 (35,9%)	82 (25,6%)	45 (14,1%)	48 (15%)	30 (9,4%)

De igual modo, como podemos verificar na Tabela 7, a música é considerada como uma das mais importantes atividades de lazer, pela esmagadora maioria dos inquiridos (43,8 % + 33,4%).

Tabela 7: Importância da música em comparação com outras atividades de lazer

		N	%
Importância da música em comparação com outras atividades de lazer	A menos importante	2	0,6
	Um pouco menos importante	6	1,9
	Nem mais nem menos	65	20,3
	Um pouco mais importante	140	43,8
	A mais importante	107	33,4
	Total	320	100,0

Razões Mais Frequentes Para Ouvir Música

A Tabela 8 permite observar que a maior parte dos respondentes considera que música é essencial para a existência (25%), bem como, para relaxar (22,5%) e ainda para alterar os estados de espírito (9,1%). Neste sentido, salientamos que 32,2% dos inquiridos considera a música como um elemento fundamental que faz parte da vida e 29,7% utiliza a música em situações de lazer. Além disso, 22,5% dos sujeitos utilizam a música como estratégia de coping e 15,6% como parte da sua vida quotidiana, acadêmica e laboral (cf. Tabela 8).

Tabela 8: Razões mais frequentes para ouvir música

		N	%	%
Razões para ouvir música	A música não pode ser evitada	23	7,2	32,2
	Por ser essencial para a existência	80	25,0	
	Para alterar os meus sentimentos//estados de espírito	29	9,1	22,5
	Para me distrair dos problemas do dia-a-dia	21	6,6	
	Para ter alguma companhia	19	5,9	15,6
	Para descobrir novas sensações	1	0,3	
	Para evocar memórias pessoais passadas	2	0,6	29,7
	Para criar uma certa imagem//cenário//ambiente	16	5,0	
	Para facilitar a aprendizagem // concentração	14	4,4	15,6
	Para arranjar energias	16	5,0	
	Para me divertir//ganhar inspiração	1	0,3	29,7
	É meu trabalho e área de estudo	3	0,9	
	Para passar o tempo	14	4,4	29,7
	Para relaxar	72	22,5	
	Por curiosidade	3	0,9	29,7
	Por ser bom para a saúde	1	0,3	
	Para dançar	1	0,3	29,7
	Porque me dá prazer	4	1,3	
	Total	320	100,0	

Música, Violência e Consumo de Substâncias

Entre os 320 inquiridos, 66,3% consideram que a música não apela a comportamentos violentos, nem ao consumo de substâncias, como o álcool, o tabaco ou drogas (ver Tabela 9).

Tabela 9: Música, violência e consumo de substâncias

		N	%
	Sim	108	33,8
Música apela a violência e consumo de substâncias?	Não	212	66,3
	Total	320	100,0

Percepção das Preferências Musicais como Fator Revelador da Personalidade

Neste ponto, segundo a Tabela 10, 89,1% da amostra considera que as pessoas revelam aspectos da sua personalidade, através do tipo de música que consomem ou preferem.

Tabela 10: Percepção dos inquiridos acerca das preferências musicais como fator revelador da personalidade

		N	%
	Revelam a personalidade	285	89,1
Preferências Musicais	Não Revelam a personalidade	35	10,9
	Total	320	100,0

Análise Exploratória

Relação Entre Dimensões de Preferência Musical (Segundo Rentfrow & Gosling) e Traços de Personalidade (Neuroticismo e Extroversão) (Segundo Eysenck).

Após a análise descritiva, o passo seguinte (Tabela 11) é conhecer a relação entre as dimensões de preferência musical definidas por Rentfrow & Gosling (2003) e, por outro lado, os traços de personalidade estabelecidos no Inventário de Personalidade de Eysenck, referentes a neuroticismo e extroversão.

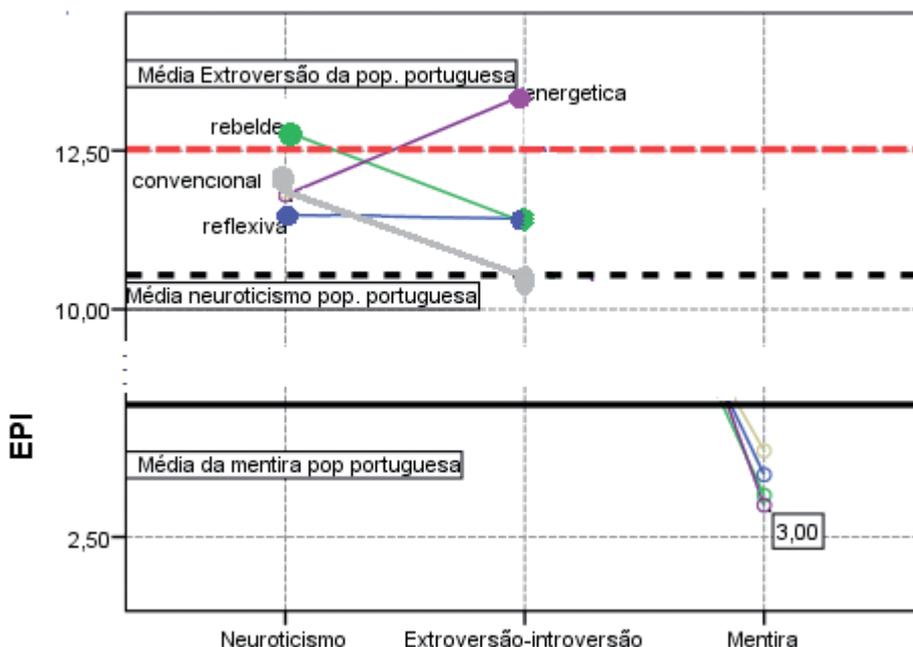
Tabela 11: Dimensões de Preferência Musical (Rentfrow & Gosling) e Traços de Peronalidade (Neuroticismo e Extroversão) (Eysenck).

Dimensões Personalidade	Dimensões Musicais	Média	Desvio Padrão	N
Neuroticismo	Reflexiva	11,5	5,5	96
	Rebelde	12,8	5,2	147
	Convencional	11,9	4,3	14
	Energética	11,8	5,5	55
	Total	12,2	5,3	312
Extroversão	Reflexiva	11,4	3,5	96
	Rebelde	11,4	3,9	147
	Convencional	10,5	4,9	14
	Energética	13,4	3,9	55
	Total	11,7	3,9	312

Notas: $F=3641, 975$ $p < 0,0001$ $e^2 = 0,922$

Neste ponto, encontraram-se diferenças estatisticamente significativas. A dimensão música energética é aquela que mais se destaca no fator extroversão, enquanto a dimensão música rebelde se destaca no fator neuroticismo. A figura que se segue ilustra estas correlações:

Figura 1: Relação entre preferência musical e traços de personalidade



Pares de Emoções Mais Comuns, Sentidos Durante a Escuta Musical

A Tabela 12 documenta a importância no desenvolvimento de padrões acústicos com significado emocional. Apesar de os resultados obtidos não serem estatisticamente significativos, observa-se que as emoções induzidas ou evocadas, com maior frequência, nos estilos musicais incluídos nas dimensões rebelde, convencional e energética, são de valência positiva (*Alegria – Euforia; Amor – Ternura*). Por sua vez, os géneros musicais englobados na dimensão reflexiva provocam mais emoções de serenidade (*Prazer – Satisfação; Calma - Contentamento*), não se verificando emoções de valência negativa na hora de ouvir música.

Tabela 12: Sensações/emoções em função do tipo de música

		Reflexiva	Rebelde	Convencional	Energética
Aborrecimento –	n	2	3	0	0
Indiferença	%	2,1%	2,0%	0,0%	0,0%

lhos, na faixa dos trinta anos, demonstram maior preferência pela música reflexiva, o que reflete a realidade encontrada noutros estudos como o de Bonneville-Roussy, Rentfrow, Xu, e Potter (2013).

As escolhas musicais parecem, no entanto, não refletir a influência de padrões de gênero, nem do estado civil. Mas, por outro lado, no que respeita às habilitações literárias, os menos escolarizados preferem as músicas do tipo energético e rejeitam as músicas do tipo convencional. Por sua vez, os mais escolarizados preferem os estilos reflexivos e rebeldes. Estes resultados vão ao encontro de outros estudos (Greasley & Lamont, 2011; Lamont & Eerola, 2011; Lamont & Webb, 2010; Tekman, Boer, & Fischer, 2012).

Por outro lado, os contextos ou espaços mais frequentes para ouvir música são a casa, o quarto e o carro. Mais de metade dos inquiridos ouve música durante os fins-de-semana, ou todos os dias. É frequente ouvirem música quando estão sozinhos, a conduzir e enquanto trabalham ou estudam, resultados semelhantes aos obtidos por Juslin et al (2008). Ouvir música constitui a mais frequente das atividades, quando comparada com outras atividades de lazer, por isso se entende que uma parte significativa dos respondentes considere que a música é um elemento essencial da sua vida, tanto em situações de lazer, como estratégia de coping, corroborando as pesquisas, nomeadamente, de North, Hargreaves e Hargreaves (2004), Pimentel e Donnelly (2008) e de Rentfrow (2012).

A maioria dos inquiridos considera que a música não apela à violência, nem ao consumo de substâncias. Desta forma, é desmistificado, em parte, o estereótipo acerca de certos géneros musicais como o rap e o heavy metal, associados à delinquência, vandalismo, suicídio, promiscuidade sexual e outros comportamentos de risco (consumo de álcool e/ou drogas), uma relação amplamente explorada nos estudos de Arnett (1993), Baker e Bor (2008), Chen, Miller, Grube, e Waiters (2006) data were collected from a sample of community-college students, ages 15-25 years (N=1056; 57% female, Johnson e Cloonan (2009), Lacourse, Claes, e Villeneuve (2001), Mulder et al.(2009); e ainda Vuolo, Uggen, e Lageso (2014).

A análise das diferenças entre os respondentes, no que se refere à relação entre a preferência musical e os traços de personalidade, demonstra que a música energética é aquela que mais se destaca no fator extroversão, em conformidade com as investigações de Langmeyer et al (2012), Rentfrow & Gosling (2003) e Sigg (2009). Por seu lado, a música rebelde destaca-se mais no fator neuroticismo, contrariando, porém, neste ponto, a maioria da literatura científica. Este resultado reflete a imagem tradi-

cionalmente negativa que as sociedades e os meios de comunicação atribuem aos estilos que compõem a dimensão da música rebelde, muitas vezes associada à instabilidade emocional e a uma carga social negativa. No entanto, este tipo de música pode ser procurado como forma de regular emoções negativas, de catarse e/ou de terapia libertadora. O neuroticismo é caracterizado pela procura de sensações/emoções e de agitação, fatores que podem ser relevantes para justificar este resultado. Também apreciar música rebelde confere uma identidade peculiar às pessoas, diferenciando-as de grupos que expressam aversão, ou apatia relativa a outros géneros musicais, como aqueles englobados na música convencional, vindo à tona, novamente, o preconceito musical (Pimentel et al., 2007).

Enquanto potencial para desencadear a expressão emocional, a música provoca, segundo os resultados deste estudo, emoções de valência positiva e emoções de serenidade (*Alegria – Euforia; Amor – Ternura, Prazer – Satisfação; Calma – Contentamento*), tal como se verificou nas pesquisas de Juslin et al. (2008), Juslin e Laukka (2004) ou de Liljeström et al. (2012). De igual modo, não são assinaladas as emoções de valência negativa, apesar de a análise da distribuição entre a personalidade e os estilos musicais não poder ser inferida para a população geral.

No que respeita às limitações desta pesquisa, que poderão ter condicionado os resultados alcançados, podemos referir o tipo de amostra. De acordo com Freedman (2009), uma amostra de resposta voluntária pode ter resultados tendenciosos, uma vez que só incluem as pessoas que aceitam ser voluntárias, após serem abordadas pelo ou através do investigador, tendo este, assim, alguma interferência na seleção. Para além disso, as amostras de resposta voluntária são maioritariamente constituídas por pessoas que sobrestimam ou subestimam o tema, ou que apenas lhes é indiferente. Assim, inferências a partir de uma amostra de resposta voluntária não são tão confiáveis como as conclusões com base numa amostra aleatória de toda a população em estudo (Freedman, 2009).

Além disso, salientamos ainda a inexistência de estudos, no que diz respeito às escalas sobre preferências musicais dirigidas à população portuguesa. Esta dificuldade levou a que nos orientássemos por estudos e escalas de preferência musical de origem anglo-saxónica com seus géneros e subgéneros musicais. Segundo Pimentel e Donnelly (2008), cada estilo musical é peculiar, consoante o contexto histórico, cultural e social, podendo ter conotações diferentes de país para país, não estando, por isso, isentos de ambiguidades. Deste modo, para eliminar ou atenuar classificações neutras no STOMP-PT, é necessário ajustar as preferências musicais mais comuns na

população portuguesa, uma vez que suscitam algumas divergências em termos representativos do género musical, visto que há artistas e/ou bandas que se enquadram em diversos estilos musicais em simultâneo ou cujos trabalhos geram ambivalência, ou seja, podem ser considerados, conforme a época e cultura, como clássicos ou contemporâneos.

É também fundamental construir um item próprio para a música pimba, em relação à música ligeira portuguesa. Esta última abrange, desde a música de intervenção à música para festivais da canção, estilos que, por vezes, contêm arranjos orquestrais complexos ou composições mais abstratas no seu significado, podendo equiparar-se a bandas sonoras e demonstrando, assim, marcada dissonância com a tipologia, temática e estrutura da música pimba. É ainda importante desenvolver a pesquisa de questões relativas ao consumo de substâncias e violência associadas à música em populações com determinadas particularidades (subculturas e grupos sociais com fatores de risco) e também de acordo com outras faixas etárias. Por outro lado, julgamos indispensável a realização de estudos do impacto da música em populações com certas patologias físicas ou psicológicas, de forma a apurar os seus benefícios ou confirmar a sua utilização como estratégia alternativa ou complementar.

Em qualquer caso, esta investigação cumpriu os objetivos propostos de conhecer, de modo exploratório, o impacto quotidiano da música em diversos aspetos da personalidade, comportamentos e emoções, na faixa etária compreendida entre os 18 e os 38 anos, no contexto português. E os resultados obtidos são consistentes com os estudos desenvolvidos sobre este tema, no mundo de hoje. A música constitui uma forma privilegiada de comunicação e de socialidade, conforme, reciprocamente, a personalidade é uma fonte de música e a música é uma fonte de personalidade.

REFERÊNCIAS

- Altenmüller, E., Finger, S., & Boller, F. (2015). *Music, neurology, and neuroscience: Evolution, the musical brain, medical conditions, and therapies*. (E. Altenmüller, S. Finger, & F. Boller, Eds.). Elsevier B.V.

- American Psychiatric Association. (2014). *DSM-5: Manual de diagnóstico e estatística das perturbações mentais*. (J. C. Fernandes, Ed.) (5th ed.). Lisboa: Climepsi.
- Arnett, J. (1993). Three profiles of heavy metal fans: A taste for sensation and a subculture of alienation. *Qualitative Sociology*, 16(4), 423–443. <http://doi.org/10.1007/BF00989973>
- Bailey, L. M. (1984). The use of songs in music therapy with cancer patients and their families. *Music Therapy*, 4(1), 5–17. <http://doi.org/10.1093/mt/4.1.5>
- Baird, A., & Samson, S. (2015). Music and dementia. In E. Altenmüller, S. Finger, & F. Boller (Eds.), *Music, neurology, and neuroscience: Evolution, the musical brain, medical conditions, and therapies* (p. 292). Elsevier B.V.
- Baker, F., & Bor, W. (2008). Can music preference indicate mental health status in young people? *Australasian Psychiatry: Bulletin of Royal Australian and New Zealand College of Psychiatrists*, 16(4), 284–288. <http://doi.org/10.1080/10398560701879589>
- Batt-Rawden, K. B., & DeNora, T. (2005). Music and informal learning in everyday life. *Music Education Research*, 7(3), 289–304. <http://doi.org/10.1080/14613800500324507>
- Boal-Palheiros, G. M., & Hargreaves, D. J. (2001). Listening to music at home and at school. *British Journal of Music Education*, 18(02), 103–118. <http://doi.org/10.1017/S0265051701000213>
- Boer, D., Fischer, R., Strack, M., Bond, M. H., Lo, E., & Lam, J. (2011). How shared preferences in music create bonds between people: values as the missing link. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(9), 1159–1171. <http://doi.org/10.1177/0146167211407521>
- Bonneville-Roussy, A., Rentfrow, P. J., Xu, M. K., & Potter, J. (2013). Music through the ages: Trends in musical engagement and preferences from adolescence through middle adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 105(4), 703–717. <http://doi.org/10.1037/a0033770>
- Bright, R. (1999). Music therapy in grief resolution. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 63, 481–98.

- Brooks, K. A., & Brooks, K. S. (2010). Enhancing sports performance through the use of music. *Journal of Exercise Physiology Online*, 13(2), 52–57.
- Chanda, M. L., & Levitin, D. J. (2013). The neurochemistry of music. *Trends in Cognitive Sciences*, 17(4), 179–193. <http://doi.org/10.1016/j.tics.2013.02.007>
- Chen, M.-J., Miller, B. A., Grube, J. W., & Waiters, E. D. (2006). Music, substance use, and aggression. *Journal of Studies on Alcohol*, 67(3), 373–381.
- Cochrane, T., Fantini, B., & Scherer, K. R. (2013). *The emotional power of music: Multidisciplinary perspectives on musical arousal, expression, and social control*. (T. Cochrane, B. Fantini, & K. R. Scherer, Eds.). Oxford: Oxford University Press.
- Croizer, W. R. (1997). Music and social influence. In D. J. Hargreaves & A. C. North (Eds.), *The Social Psychology of Music* (p. 336). Oxford: Oxford University Press.
- Croom, A. M. (2015). Music practice and participation for psychological well-being: A review of how music influences positive emotion, engagement, relationships, meaning, and accomplishment. *Musicae Scientiae*, 19(1), 44–64. <http://doi.org/10.1177/1029864914561709>
- Delsing, M. J. M. H., Ter Bogt, T. F. M., Engels, R. C. M. E., & Meeus, W. H. J. (2008). Adolescents' music preferences and personality characteristics. *European Journal of Personality*, 22(2), 109–130. <http://doi.org/10.1002/per.665>
- Dobrota, S., & Ercegovic, I. R. (2014). Students' musical preferences: The role of music education, characteristics of music and personality traits, 16(2), 363–384.
- Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1964). *Manual for the Eysenck Personality Inventory*. Londres: University of London Press.
- Freedman, D. A. (2009). *Statistical models and causal inference: A dialogue with the social sciences*. (D. Collier, J. S. Sekhon, & P. B. Stark, Eds.). Cambridge University Press.
- Gouveia, V. V., Pimentel, C. E., Santana, N. L., Chaves, W. A., & Paraíba, C. A. (2008). Escala abreviada de preferência musical (STOMP): Evidências de sua validade fatorial e consistência interna. *Psico*, 39(2), 201–210.

- Gowensmith, W. N., & Bloom, L. J. (1997). The effects of heavy metal music on arousal and anger. *Journal of Music Therapy*, 34(1), 33–45.
- Greasley, A. E., & Lamont, A. M. (2011). Exploring engagement with music in everyday life using experience sampling methodology. *Musicae Scientiae*, 15(1), 45–71. <http://doi.org/10.1177/1029864910393417>
- Haas, R., & Brandes, V. (2009). *Music that works: Contributions of biology, neurophysiology, psychology, sociology, medicine and musicology*. (R. Haas & V. Brandes, Eds.). Vienna: Springer. <http://doi.org/10.1007/978-3-211-75121-3>
- Habibi, A., & Damasio, A. (2014). Music, feelings, and the human brain. *Psychomusicology: Music, Mind, and Brain*, 24(1), 92–102. <http://doi.org/10.1037/pmu0000033>
- Hall, C. S., Lindzey, G., & Campbell, J. B. (2000). *Teorias da personalidade* (4th ed.). Porto Alegre: Artmed.
- Hansenne, M. (2006). *Psicologia da personalidade*. Climepsi.
- Hanser, S. B., & Thompson, L. W. (1994). Effects of a music therapy strategy on depressed older adults. *Journal of Gerontology*, 49(6), P265–P269. <http://doi.org/10.1093/geronj/49.6.P265>
- Harmat, L., Takács, J., & Bódizs, R. (2008). Music improves sleep quality in students. *Journal of Advanced Nursing*, 62(3), 327–335. <http://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2008.04602.x>
- Hilliard, R. E. (2008). Music and grief work with children and adolescents. In C. A. Malchiodi (Ed.), *Creative interventions with traumatized children* (pp. 62–80). New York: The Guilford Press.
- Hsu, W.-C., & Lai, H.-L. (2004). Effects of music on major depression in psychiatric inpatients. *Archives of Psychiatric Nursing*, 18(5), 193–199. <http://doi.org/10.1016/j.apnu.2004.07.007>
- Johnson, B., & Cloonan, M. (2009). *Dark side of the tune: Popular music and violence*. Ashgate Publishing, Ltd.

- Juslin, P., & Laukka, P. (2004). Expression, perception, and induction of musical emotions: A review and a questionnaire study of everyday listening. *Journal of New Music Research*, 33(3), 217–238. <http://doi.org/10.1080/0929821042000317813>
- Juslin, P., Liljeström, S., Västfäll, D., Barradas, G., & Silva, A. (2008). An experience sampling study of emotional reactions to music: Listener, music, and situation. *Emotion*, 8(5), 668–683. <http://doi.org/10.1037/a0013505>
- Juslin, P., & Sloboda, J. A. (2011). *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications*. (P. Juslin & J. A. Sloboda, Eds.). Oxford: Oxford University Press.
- Kemp, A. E. (1997). Individual differences in musical behaviour. In D. J. Hargreaves & A. C. North (Eds.), *The Social Psychology of Music* (pp. 25–44). Oxford: Oxford University Press.
- Kreutz, G., Ott, U., Teichmann, D., Osawa, P., & Vaitl, D. (2007). Using music to induce emotions: Influences of musical preference and absorption. *Psychology of Music*, 36(1), 101–126. <http://doi.org/10.1177/0305735607082623>
- Lacourse, E., Claes, M., & Villeneuve, M. (2001). Heavy metal music and adolescent suicidal risk. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(3), 321–332. <http://doi.org/10.1023/A:1010492128537>
- Lai, H. L., & Good, M. (2005). Music improves sleep quality in older adults. *Journal of Advanced Nursing*, 49(3), 234–244. <http://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2004.03281.x>
- Lamont, A. M., & Eerola, T. (2011). Music and emotion: Themes and development. *Musicae Scientiae*, 15(2), 139–145. <http://doi.org/10.1177/1029864911403366>
- Lamont, A. M., & Webb, R. (2010). Short- and long-term musical preferences: what makes a favourite piece of music? *Psychology of Music*, 38(2), 222–241. <http://doi.org/10.1177/0305735609339471>
- Langmeyer, A., Guglhör-Rudan, A., & Tarnai, C. (2012). What do music preferences reveal about personality? *Journal of Individual Differences*, 33(2), 119–130. <http://doi.org/10.1027/1614-0001/a000082>

- Laukka, P., & Quick, L. (2013). Emotional and motivational uses of music in sports and exercise: A questionnaire study among athletes. *Psychology of Music*, 41(2), 198–215. <http://doi.org/10.1177/0305735611422507>
- Lester, D., & Whipple, M. (1996). Music preference, depression, suicidal preoccupation, and personality: comment on Stack and Gundlach's papers. *Suicide & Life-Threatening Behavior*, 26(1), 68–70. <http://doi.org/10.1111/j.1943-278X.1996.tb00257.x>
- Levitin, D. J. (2007). *Uma paixão humana: o seu cérebro e a música*. Lisboa: Bizâncio, Lda.
- Liljeström, S., Juslin, P., & Västfjäll, D. (2012). Experimental evidence of the roles of music choice, social context, and listener personality in emotional reactions to music. *Psychology of Music*. <http://doi.org/10.1177/0305735612440615>
- Loewy, J. V., & Hara, A. F. (2002). *Caring for the caregiver: The use of music and music therapy in grief and trauma*. (J. V Loewy & A. F. Hara, Eds.). New York: American Music Therapy Association.
- MacDonald, R. A. R. (2013). Music, health, and well-being: A review. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 8, 1–13. <http://doi.org/10.3402/qhw.v8i0.20635>
- Maratos, A., Gold, C., Wang, X., & Crawford, M. (2008). Music therapy for depression. In A. Maratos (Ed.), *Cochrane Database of Systematic Reviews* (p. CD004517). Chichester, UK: John Wiley & Sons, Ltd. <http://doi.org/10.1002/14651858.CD004517.pub2>
- McDermott, O., Orrell, M., & Ridder, H. M. (2014). The importance of music for people with dementia: the perspectives of people with dementia, family carers, staff and music therapists. *Ageing & Mental Health*, 18(6), 706–716. <http://doi.org/10.1080/13607863.2013.875124>
- McNamara, L., & Ballard, M. E. (1999). Resting arousal, sensation seeking, and music preference. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 125(3), 229–250.

- Mitchell, L. A., MacDonald, R. A. R., Knussen, C., & Serpell, M. G. (2007). A survey investigation of the effects of music listening on chronic pain. *Psychology of Music*, 35(1), 37–57.
- Molnar-Szakacs, I., & Heaton, P. (2012). Music: A unique window into the world of autism. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1252(1), 318–324. <http://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2012.06465.x>
- Monteiro, M., & Santos, M. R. (1999). *Psicologia*. Porto: Porto Editora.
- Mula, M., & Trimble, M. R. (2009). Music and madness: Neuropsychiatric aspects of music. *Clinical Medicine, Journal of the Royal College of Physicians of London*, 9(1), 83–86.
- Mulder, J., Ter Bogt, T. F. M., Raaijmakers, Q. A. W., Gabhainn, S. N., Monshouwer, K., & Vollebergh, W. A. M. (2009). The soundtrack of substance use: music preference and adolescent smoking and drinking. *Substance Use & Misuse*, 44(4), 514–531. <http://doi.org/10.1080/10826080802347537>
- Munro, S., & Mount, B. (1978). Music therapy in palliative care. *Canadian Medical Association Journal*, 119(9), 1029–1034.
- Nicol, J. J. (2010). Body, time, space and relationship in the music listening experiences of women with chronic illness. *Psychology of Music*, 38(3), 351–367. <http://doi.org/10.1177/0305735609351914>
- North, A. C., & Davidson, J. W. (2013). Musical taste, employment, education, and global region. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54(5), 432–441. <http://doi.org/10.1111/sjop.12065>
- North, A. C., Desborough, L., & Skarstein, L. (2005). Musical preference, deviance, and attitudes towards music celebrities. *Personality and Individual Differences*, 38(8), 1903–1914. <http://doi.org/10.1016/j.paid.2004.11.016>
- North, A. C., & Hargreaves, D. J. (2000). Experimental aesthetics and everyday music listening. (pp. 67-83). In A. C. North & D. J. Hargreaves (Eds.), *The Social Psychology of Music* (pp. 67–83). Oxford: Oxford University Press.

- North, A. C., & Hargreaves, D. J. (2007). Lifestyle correlates of musical preference: 3. Travel, money, education, employment and health. *Psychology of Music*, 35(3), 473–497. <http://doi.org/10.1177/0305735607072656>
- North, A. C., Hargreaves, D. J., & Hargreaves, J. J. (2004). Uses of music in everyday life. *Music Perception: An Interdisciplinary Journal*, 22(1), 41–77. <http://doi.org/10.1525/mp.2004.22.1.41>
- Ordem dos Psicólogos Portugueses. (2011). *Código Deontológico*. Lisboa.
- Pessoa, M. A. (2008). *Preferências musicais na adolescência: Relações grupais, identidade social e auto-estima*. Instituto Superior de Psicologia Aplicada.
- Pimentel, C. E., & Donnelly, E. D. O. P. (2008). A relação da preferência musical com os cinco grandes fatores da personalidade. *Psicologia: Ciência E Profissão*, 28(4), 696–713. <http://doi.org/10.1590/S1414-98932008000400004>
- Pimentel, C. E., Gouveia, V. V., & Pessoa, V. S. (2007). Escala de preferência musical: construção e comprovação da sua estrutura fatorial. *Psico-USF (Impresso)*, 12(2), 145–155. <http://doi.org/10.1590/S1413-82712007000200003>
- Pocinho, M. D. (2011). *A música na relação mãe-bebê* (3rd ed.). Lisboa: Instituto Piaget.
- Rentfrow, P. J. (2012). The role of music in everyday life: Current directions in the social psychology of music. *Social and Personality Psychology Compass*, 6(5), 402–416. <http://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2012.00434.x>
- Rentfrow, P. J., & Gosling, S. D. (2003). The do re mi's of everyday life: the structure and personality correlates of music preferences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1236–1256. <http://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1236>
- Renz, M., Schütt Mao, M., & Cerny, T. (2005). Spirituality, psychotherapy and music in palliative cancer care: Research projects in psycho-oncology at an oncology center in Switzerland. *Supportive Care in Cancer*, 13(12), 961–966. <http://doi.org/10.1007/s00520-005-0873-9>
- Rickard, N. S. (2004). Intense emotional responses to music: a test of the physiological arousal hypothesis. *Psychology of Music*, 32(4), 371–388. <http://doi.org/10.1177/0305735604046096>

- Saarikallio, S. (2011). Music as emotional self-regulation throughout adulthood. *Psychology of Music*, 39(3), 307–327. <http://doi.org/10.1177/0305735610374894>
- Sacks, O. (2008). *Musicofilia: Histórias sobre a música e o cérebro*. Lisboa: Relógio D'Água.
- Schwartz, K. D., & Fouts, G. T. (2003). Music preferences, personality style, and developmental issues of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(3), 205–213. <http://doi.org/10.1023/A:1022547520656>
- Sekeff, M. L. (2005). Música e Psicanálise. In *ANPPOM - décimo quinto congresso* (pp. 1354–1362). ANPPOM.
- Serra, A. Vaz, Ponciano, E., & Freitas, J. F. (1980). Resultados da aplicação do Eysenck personality inventory a uma amostra de população portuguesa. *Psiquiatria Clínica*, 1(2), 127–132.
- Sigg, N. (2009). *An investigation into the relationship between music preference, personality and psychological wellbeing*. Auckland University Of Technology.
- Storr, A. (2008). *Music and the mind*. Harper Collins Publishers.
- Tam, W. W. S., Wong, E. L. Y., & Twinn, S. F. (2008). Effect of music on procedure time and sedation during colonoscopy: A meta-analysis. *World Journal of Gastroenterology*, 14(34), 5336–5343. <http://doi.org/10.3748/wjg.14.5336>
- Tekman, H. G., Boer, D., & Fischer, R. (2012). Values, functions of music, and musical preferences. In *Proceedings of the 12th International Conference on Music Perception and Cognition and 8th Triennial Conference of the European Society for the Cognitive Sciences of Music* (pp. 372–377).
- Vuolo, M., Uggen, C., & Lageson, S. (2014). Taste clusters of music and drugs: Evidence from three analytic levels. *British Journal of Sociology*, 65(3). <http://doi.org/10.1111/1468-4446.12045>

Sónia Santos Pereira

MS em Psicologia Clínica, com especialização
em Psicoterapia e Psicologia Clínica.

ANEXOS

Questionário sobre Música, Quotidiano, Emoções e Comportamentos

1. Assinale na escala que se segue, a importância que a música tem na sua vida:

	1	2	3	4	5		
Nenhuma Importância		<input type="radio"/>	Muita Importância				

2. Em qual dos seguintes contextos, costuma ouvir música?

(Assinale o de maior frequência)

- Casa
- Quarto
- Duche // Casa de Banho
- Carro
- Transportes Públicos
- Trabalho
- Escola
- Exterior // Ar Livre: Parque, Praia, etc.
- Concerto // Festival // Teatro
- Festa
- Bar // Discoteca
- Ginásio
- Café // Restaurante
- Loja // Centro Comercial
- Lugares de prática religiosa: Igreja // Sinagoga // Mesquita // etc.
- Outro: _____

3. Costumo ouvir música:

(Classifique consoante a frequência)

	Nada frequente	Pouco frequente	Nem pouco, nem muito frequente	Frequente	Muito frequente
De manhã	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
À tarde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
À noite/ de madrugada	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ao longo do dia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aos fins de semana	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Todos os dias	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
De vez em quando	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Não costumo ouvir música	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Ouço mais música quando:

(Selecione apenas UM)

- Estou sozinho(a)
- Estou com os meus amigos
- Acordo
- Me vou deitar
- Conduzo
- Estudo
- Trabalho
- Faço exercício
- Me preparo para sair a algum lado
- Outro: _____

5. Classifique a frequência destas actividades na sua vida:

	Nada frequente	Pouco frequente	Nem pouco, nem muito frequente	Frequente	Muito Frequente
Ver televisão	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ouvir música	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ver filmes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ler livros	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jogar jogos de computador, Playstation, etc.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Comparando com outras actividades de lazer, para si, a música é:

1 2 3 4 5

A menos importante A mais importante

7. Na sua opinião, por que ouve música?

(Das seguintes opções, indique apenas UMA, a mais frequente)

- Para relaxar
- Por curiosidade
- Para passar o tempo
- Para arranjar energias
- Para ter alguma companhia
- Para evocar memórias pessoais passadas
- Para me distrair dos problemas do dia-a-dia

Continua →

- Para criar uma certa imagem//cenário//ambiente
- Para alterar os meus sentimentos//estados de espírito
- Para aprender as letras das canções
- Para facilitar a aprendizagem // concentração
- Para facilitar a escolha de um instrumento musical a aprender
- Por ser bom para a saúde
- A música não pode ser evitada
- Por ser essencial para a existência
- Outra: _____

8. Qual das seguintes opções descreve melhor o que sentiu durante a última vez que ouviu música? (Selecione apenas 1 opção)

- Alegria - Euforia
- Tristeza - Melancolia
- Calma - Contentamento
- Raiva - Irritação
- Nostalgia - Desejo
- Ansiedade - Medo
- Amor - Ternura
- Surpresa - Espanto
- Vergonha - Culpa
- Desagrado - Reprovação
- Prazer - Satisfação
- Aborrecimento - Indiferença
- Interesse - Esperança
- Outra: _____

8.1 Qual foi o grau de intensidade?

1 2 3

Fraco ● ● ● Forte

9. Considera que alguns géneros musicais apelam para a violência e consumo de substâncias?

- Sim
- Não

9.1 Se acha que sim, refira apenas UM género musical:

10. Numa situação de tensão/confronto com outra (s) pessoa (s), como costuma reagir? (Seleccione apenas 1 opção)

- Dá pontapés ou bate num objecto mais próximo (porta, mesa, etc.)
- Tenta da melhor maneira, falar com a(s) pessoa(s) em questão
- Empurra a(s) pessoa(s) em questão
- Vira costas e vai embora
- Bate-lhe(s)
- Ameaça
- Ignora
- Insulta
- Chora
- Grita
- Outra: _____

11. Consumo de substâncias:
(Classifique cada uma de acordo com a frequência)

	Consumo Habitual (diário)	Consumo Ocasional	Abandono do Consumo	Nunca Consumiu
Álcool	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tabaco	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Drogas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Escala Abreviada sobre as Preferências Musicais

(Adaptação do STOMP-R de Rentfrow & Gosling, 2009)

Instruções:

Classifique os seguintes géneros e subgéneros musicais consoante o seu nível de preferência.

Escala Classificativa:

1. Desagrada-me bastante
2. Desagrada-me moderadamente
3. Desagrada-me um pouco
4. Não me agrada, nem desagrada
5. Agrada-me um pouco
6. Agrada-me moderadamente
7. Agrada-me bastante

Atenção! São referidos alguns exemplos de artistas e/ou subgéneros, apenas para ajudar...

1. **Clássica // Erudita** (Ex.: Ópera, orquestras sinfónicas, grupos de coral. Bach, Mozart, Beethoven, Chopin, Delibes, Rachmaninoff, Verdi, Vivaldi...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

2. **Jazz** (Ex.: Ella Fitzgerald, Nina Simone, Django Reinhardt, Thelonious Monk, Charlie Parker, Frank Sinatra, Louis Armstrong, Glenn Miller, Miles Davis, Jacinta, Diana Krall, Keith Jarrett, Billie Holiday, Chick Corea, John Coltrane, Nat King Cole, Herbie Hancock, Norah Jones...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

3. **Electrónica** (Ex.: Disco, Drum'n'Bass// Jungle, House, Techno, Trance, Dubstep, Trip-Hop, Breakbeat; Chill Out, IDM. Kruder & Dorfmeister, Kraftwerk, Prodigy, Underworld, Tricky, Massive Attack, Fatboy Slim, Groove Armada, Boards Of Canada, Burial, Trentemoller, James Blake, Sven Väth, Andy Stott, Ricardo Villalobos...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

4. **Blues** (Ex.: B. B. King, John Lee Hooker, Robert Johnson, Muddy Waters, John Hammond Jr...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

5. **R & B** (Ex.: Beyoncé, John Legend, Marvin Gaye, James Brown, Tina Turner, Sade, Mariah Carey, Diana Ross, Whitney Houston, Janet Jackson, Janelle Monáe...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

6. **Soul** (Ex.: Amy Winehouse, Ariana Grande, Alicia Keys, Erykah Badu, Lauryn Hill, Aretha Franklin, Solomon Burke, Ray Charles, Joss Stone...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

7. **Funk** (Ex.: Chaka Khan, Curtis Mayfield, Womack & Womack, Afrika Bambaataa, Betty Davis, Isaac Hayes, The Temptations, Barry White, Quincy Jones, Sharon Jones & The Dap-Kings, Sly and the Family Stone, James Brown, Bootsy Collins...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

8. **Hip Hop** (Ex.: Beastie Boys, Tyler The Creator, Kendrick Lamar, Jay-Z, Missy Elliot, Run D.M.C., TLC, Mind da Gap, Dengaz,...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

9. **Rap** (Ex.: Gil Scott-Heron, Busta Rhymes, Cypress Hill, Snoop Dog, Dr. Dre, 2Pac, Eminem, Mind da Gap,...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

10. **Músicas do mundo// World** (Ex.: Fado, Cante Alentejano, Tango, Flamenco, Polka, Valsa, Bossa Nova, Samba. Música Cigana, Celta, Africana: Kizomba; Kuduro; Funaná; Semba; Afrobeat. Música Latina: Bachata, Cumbia, Salsa, Bolero. Música Italiana, Oriental, Nórdica, dos Balcãs...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

- 11. Pop** (Ex.: Lorde, Taylor Swift, One Direction, Doce, Sara Tavares, Silence 4, Michael Jackson, Madonna, Justin Timberlake, Spice Girls, Britney Spears, Mesa, Amor Electro, Sequin, Miguel Araújo, Os Azeitonas...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

- 12. Bandas Sonoras Originais** (Ex.: de séries televisivas, de filmes, documentários...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

- 13. Reggae** (Ex.: Bob Marley, The Wailers, Horace Andy, Lee "Scratch" Perry, Toots and The Maytals, The Skatalites, Manu Chao, UB40, Patrice, Gentleman, Matisyahu, Richie Campbell...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

- 14. Religiosa** (Ex.: Gospel, Canto Gregoriano, Música Sacra, Salmos, Coros...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

- 15. Infantil** (Ex.: canções de embalar, Violetta, Floribella, Onda Choc, Avô Cantigas, etc.)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

16. Rock (Ex.: Grunge, Punk, Emo, Industrial, Rock 'n' Roll, Post-Rock, Post-Punk, Rock Psicadélico,...Dead Combo, The Legendary Tiger Man, Linda Martini, PAUS, Killimanjaro, Black Bombaim, Goat, Gallows, Ramones, Nirvana, Green Day, The Doors, The Cure, Rolling Stones, Beatles, Pink Floyd, Can, AC/DC, HIM, Garbage, Cult of Luna, The Kills...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

17. Alternativa // Indie (Ex.: Noiserv, Foge Foge Bandido, Clá, Animal Collective, Beck, Arcade Fire, Belle & Sebastian, Bon Iver, Radiohead, Pixies, P. J. Harvey, Björk, Yeah Yeah Yeahs, The Kills, The Strokes, Devendra Banhart, José González, Blur, Warpaint, Twin Shadow, Beach House,...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

18. Heavy Metal (Ex.: Black Sabbath, Led Zeppelin, Kiss, Moonspell, Marilyn Manson, System Of A Down, Linkin' Park, Korn, Metallica, Sepultura, Slayer...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

19. Música Pimba e Ligeira Portuguesa (Ex.: Emanuel, Quim Barreiros, Marco Paulo, Ágata, Romana, José Malhoa, José Cid, Simone de Oliveira, Carlos Paião...)

1 2 3 4 5 6 7

Desagrada-me Bastante Agrada-me Bastante

20. Considera que as preferências musicais revelam informações sobre a personalidade (sua e a dos outros)?

- Sim
- Não