



## Cantando afetos: vivências sonoras entre mães e bebês<sup>1</sup>

*Singing affection: sounds experiences with mothers and babies*

Janaína Trasel Martins<sup>2</sup>  
Universidade Federal de Santa Catarina  
Larissa de Cezar<sup>3</sup>  
Faculdade de Candeias

**Resumo:** Essa pesquisa tem como enfoque desenvolver os princípios musicoterápicos que fundamentam as práticas realizadas nas vivências sonoras com mães e bebês típicos, pelo projeto “Cantos de Gaia”, vinculado ao Grupo Com de Pesquisa “Poéticas da Voz”, da Universidade Federal de Santa Catarina. No primeiro semestre os bebês tinham a faixa etária de 3 a 9 meses e no segundo semestre os bebês tinham a faixa etária de 10 meses a 1 ano. Os principais objetivos eram os de trabalhar através de vivências sonoras os sentimentos das mães relativos a maternidade, a consciência corporal, a comunicação afetiva entre mãe e bebê e a criação de um espaço de partilha e acolhimento entre mães. As práticas envolveram a improvisação, a recriação, a composição e a escuta musical - com as vozes das mães, com as vocalizações dos bebês e com os instrumentos musicais. Os princípios terapêuticos que embasaram as práticas foram os de afetividade, criatividade, escuta e intencionalidade. Os resultados alcançados foram o desenvolvimento de vínculos afetivos entre mãe e bebê, a construção de uma rede de apoio comunitária, a promoção de saúde, bem-estar e qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Musicoterapia. Mães e Bebês. Canto materno.

**Abstract:** The following research aims to develop the music therapy principles that support the practices performed in singing experiences with typical mothers and babies, by the "Cantos de Gaia" project, linked to the "Poéticas da Voz" Research Group, from the Federal University of Santa Catarina. In the first semester the babies were 3 to 9 months old and in the second semester the babies were between 10 to 12 months old. The main goals were to work through the sound of the mother's feelings regarding motherhood, body awareness, affective communication between mother and baby and the creation of a space for sharing and welcoming among mothers. The practices involved improvisation, recreation, composition and musical listening - with the voices of the mothers, vocalizations of the babies and musical instruments. The therapeutic principles that underpinned the practices were affectivity, creativity, listening and intentionality. The practices resulted in the development of affective bonds between mother and baby, construction of a community support network, promotion of health, well-being and quality of life.

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado no GT \_\_\_\_\_ na modalidade apresentação oral no XVI Simpósio de Musicoterapia e XVIII Encontro Nacional de Pesquisa em Musicoterapia, realizado de 31 de maio a 03 de junho de 2018, em Teresina – Piauí.

<sup>2</sup> Janaína Trasel Martins, Doutora em Artes Cênicas, Fonoaudióloga com Especialização em Voz. Pós-graduanda em Musicoterapia pela Faculdade de Candeias. Professora do Curso de Artes Cênicas da Universidade Federal de Santa Catarina. Email: [janaina.martins@ufsc.br](mailto:janaina.martins@ufsc.br) - Currículo lattes: <http://lattes.cnpq.br/9119011508431814>

<sup>3</sup> Larissa de Cezar, bacharel em psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina. Pós-graduanda em Musicoterapia pela Faculdade de Candeias (FAC). Email: [larissadecezar@gmail.com](mailto:larissadecezar@gmail.com). Currículo lattes: <http://lattes.cnpq.br/3131567780214275>



**Keywords:** Music therapy. Mothers and Babies. Mother's song.

## 1. Introdução

O presente trabalho busca trazer os princípios musicoterápicos que fundamentaram as vivências sonoras com mães e bebês realizadas pelo projeto Cantos de Gaia<sup>4</sup>, na UFSC. Os encontros foram semanais, de março a dezembro de 2017, com a quantidade média de 10 mães e bebês participantes. Para esse Simpósio de Pesquisa em Musicoterapia, optamos por expressar os princípios surgidos a partir das nossas pesquisas interdisciplinares desenvolvidas pelo grupo de pesquisa Poéticas da Voz, sendo eles a afetividade, a escuta, a criatividade e a intencionalidade. A partir das nossas percepções com relação a essas temáticas, teceremos diálogos com autores da musicoterapia, psicologia e demais áreas de conhecimento que ressoam com a nossa prática.

Esse relato de experiência é baseado em uma metodologia de pesquisa de caráter qualitativo, tendo como base o estudo fenomenológico. O olhar fenomenológico envolve muito mais do que um método, é um reaprender a ver o mundo, refinando a percepção e mobilizando todos os sentidos para a totalidade da experiência da vida. Segundo os psicólogos Andrade e Holanda (2010), o pesquisador fenomenólogo coloca-se em um lugar de constante descoberta, ou seja, põe-se aberto para os conteúdos e temas que possam aparecer ao longo da pesquisa, dando espaço para o imprevisto, o novo e para possibilidades criativas dentro do grupo.

A preferência por realizar essa atividade em grupo nasce da percepção do coletivo como forma de potência, como um instrumento de construção de uma rede de apoio comunitária e como facilitador de um ambiente de partilhas e união entre mulheres que estão no mesmo ciclo de vida familiar. Tendo em vista a complexidade dessa fase do ciclo, que apresenta constantes mudanças nas configurações do sistema familiar, na rotina, no trabalho e nas relações afetivas, se faz necessário a presença de espaços de promoção e prevenção de saúde que amparem e auxiliem os cuidadores nesses processos de mudança. Uma das formas de realizar essa promoção é por meio de atividades terapêuticas em grupo, que podem auxiliar na

---

<sup>4</sup> [www.cantosdegaia.com](http://www.cantosdegaia.com)



melhora da qualidade de vida através da expressão dos sentimentos, no estabelecimento de vínculos familiares e comunitários, no alívio de tensionamentos e sobrecargas e no processo de autoconhecimento.

As vivências sonoras com mães e bebês envolveram metodologias como: improvisação, criação, composição, audição/escuta musical (receptiva), conforme instrui o musicoterapeuta Bruscia (1987). Algumas práticas realizadas foram: a) exercícios de improvisação e de composição: com os sons dos bebês; b) técnicas de empatia (BRUSCIA, 1987, p.386): imitamos os sons e movimentos corporais dos bebês, reproduzindo, ecoando ou sincronizando ao mesmo tempo; c) exercícios de técnicas de estruturação (BRUSCIA, 1987, p.386): nós fornecemos uma base rítmica e/ou tonal para as mães e bebês improvisarem; d) exercícios de técnicas de dedução (BRUSCIA, 1987, p.387): deixávamos espaços na estrutura da improvisação para as mães introduzirem sons ou palavras com sentimentos relacionados à maternidade; e) exercícios com o ISO - Identidade Sonora (BENZON, 2008): trabalhávamos as identidades musicais biográficas e culturais das mães, com canções que elas cantaram na gestação ou na infância delas; f) exercícios de receptiva (ZAIN, 2014): realizamos massagens vibroacústicas nas mães e nos bebês; g) exercícios de improvisação de cantar histórias sobre a rotina diária do bebê; h) exercícios de danças circulares com canto; i) canto, improvisação vocal e instrumental e composição musical com temas relacionados à maternidade (tais como o puerpério, a amamentação, a introdução alimentar, a volta ao trabalho, o choro e a birra do bebê, a sexualidade, as mudanças na rotina, entre outros).

Os objetivos dos encontros foram o de fortalecimento de vínculos entre mãe e bebê, a expressão dos sentimentos e emoções referentes ao processo de maternidade, fortalecimento vínculos comunitários e sociais, partilha de sentimentos e construção de uma rede de apoio entre as participantes, promoção de bem-estar social e saúde coletiva e desenvolvimento criativo e artístico por meio dos conteúdos relacionados ao processo de maternidade.

A partir das nossas experiências com o grupo de mães e bebês, observamos os seguintes princípios terapêuticos que permeiam a prática: a escuta da musicalidade do bebê e dos sentimentos da mãe, a afetividade na díade, a estimulação do fazer criativo, a intencionalidade ao cantar e ativação da presença corporal na relação.



## **2. Afetividade: acalanto sonoro**

Unir as vozes. Criar laços. Tecer afetos.

Na musicoterapia com mães e bebês, a afetividade é um princípio essencial que guia as nossas práticas. O cantar em grupo nos conduz a expressão de nossos afetos, o pulsar das emoções, a sintonia com o outro e a sintonia com o Todo, sendo uma ponte que externaliza através de notas e melodias os sentimentos internos e os transformam em sons, melodias e canções.

Com relação ao canto com bebês, a pesquisadora e educadora musical Beatriz Ilari (2006) aponta que as experiências musicais afetivas auxiliam na modulação tanto do comportamento do bebê como no seu humor, trazendo benefícios psicológicos, fisiológicos, culturais, educacionais e estéticos. Observa também que o canto dirigido aos bebês sensibiliza em relação à linguagem musical, contribuindo na comunicação e no relacionamento entre a mãe e o filho, além de ajudar na aquisição da linguagem.

Sobre a temática da afetividade, Daniel Stern, psicólogo americano, também trouxe algumas contribuições relevantes, desenvolvendo o conceito de sintonia afetiva. Segundo Stern (2005), esse conceito consiste em uma comunhão entre estados internos por meio do partilha de conteúdos afetivos, gestos, comportamentos e experiências subjetivas.

Nas atividades de improvisação musical, realizadas a partir dos sons dos bebês, essa sintonia afetiva florescia através do vínculo que se constituía durante a composição criativa entre os sons das mães e os sons dos bebês, gerando sincronias sonoras, gestuais e afetivas. Para criar junto é preciso estar conectado ao momento presente e estabelecer um vínculo amoroso na díade, mergulhando em uma troca que requer entrega, intuição, observação e escuta.

## **3. Escuta: dos sons e dos silêncios**

Saber escutar nos permite aprender com o outro a partir de seus sons, sua voz, sua comunicação sensorial e corporal. É saber observar as minúcias, perceber os detalhes e ouvir o inaudível, abrindo espaço para uma comunicação que vai além da linguagem verbal. O psiquiatra e musicoterapeuta Rolando Benenzon (2008),



descreve as diversas formas de manifestação da comunicação no contexto não verbal, que inclui a comunicação sonora, gestual, corporal, os movimentos, a voz, a mímica, a vibração, o cheiro, a temperatura, entre outras. Ao percebermos essas diversas linguagens, passamos a compreender e conhecer melhor o bebê, observando os seus sons interiores, sua respiração, seus balbucios, sua musicalidade espontânea.

O processo de escuta incluía também conhecer as histórias, atividades, memórias e habilidades das mães, onde a partir de um ouvir atento, acolhemos suas demandas, desejos e necessidades.

Entre as práticas em grupo, realizamos improvisações vocais de acordo com as expressões sonoras que os bebês apresentavam a cada encontro. Trabalhamos a escuta atenta dos seus ritmos, movimentos corporais e explorações vocais. Nas práticas musicais, as mães tocavam e cantavam com os instrumentos (violão, chocalhos de sementes, maracás, tambores xamânicos, xilofone, pau-de-chuva, kalimba, carrilhões, entre outros) e após, estes eram disponibilizados para os bebês tocarem. E eles tocam com o corpo todo, pesquisando o sabor, o peso, o tamanho e os sons. Os bebês são nossos mestres, nos ensinam a aprender com o corpo, pesquisando a sensorialidade, ao tocar, sentir, provar, movimentar, agir, de uma forma criativa e lúdica.

Outro elemento importante no processo de escuta é o cultivo do silêncio. Não existiria som se não houvesse o silêncio. Silenciar nos permite escutar. Nas conduções das práticas, observamos sobre a importância do silêncio como princípio musicoterapêutico: tanto do silêncio interno quanto do silêncio externo. Silêncio interno no sentido observar atentamente os bebês sem julgar ou interpretar o mundo a partir de concepções já conhecidas. Silêncio externo no sentido de após as mães cantarem uma canção, ficarmos em silêncio para escutarmos as manifestações expressivas dos bebês após aquele momento. O que da nossa música materna ressoou nos bebês? Quais os sons e ritmos os bebês criam e/ou recriam a partir dos estímulos musicais dados?



#### 4. Criatividade musical

Criatividade. Do latim: *Creare*, indica a capacidade de criar, produzir, inventar coisas novas. Olhar a vida com criatividade é se permitir viver em estado de poesia, buscando a arte que existe em cada encontro, na rotina, no cotidiano, nas situações do dia a dia, nas relações afetivas, no contato com a natureza.

Ser criativo é permitir que a expressão interior se manifeste por meio de notas, canções, cores, movimentos, sabores. É estar em um estado de presença e entregar-se ao fluxo natural que permite a expressão dos sentimentos, a conexão com conteúdos internos, a liberação de tensionamentos, a resignificação dos pensamentos. Ao compartilharmos nossas expressões criativas em grupo, construímos uma sintonia musical que permite novas possibilidades, novos olhares e novas sonoridades.

Nesse olhar atento, busca-se através das atividades sonoras ativar no bebê o desejo de experimentar e descobrir os instrumentos musicais: observar, tocar, apertar, pegar e deixar cair, subir em cima, explorá-los de todas formas. O olhar criativo proporciona um campo para que o bebê experimente o que se pode fazer com os instrumentos musicais e suas sonoridades a partir do fluxo espontâneo e criativo de cada um. Oferecer situações musicais para que os bebês possam exercer plenamente o potencial ativo e criativo com brincadeiras livres e espontâneas permite o fluir da criatividade de uma forma natural.

Nos encontros sonoros, oferecemos objetos que produzem sons (argolas de madeira unidas por um barbante, cubos de madeiras que possam segurar em uma mão só, chocalhos de sementes, potes com arroz dentro, etc.) brinquedos sonoros de vários materiais, a maioria de preferência orgânicos, para que eles experimentem as texturas, os formatos, os sons. Os instrumentos musicais, por exemplo, devem ser selecionados para cada fase, considerando a sua maturidade biológica e psicomotora, se o bebê vira de bruços, senta, engatinha, caminha. Por exemplo: “em torno da metade do primeiro ano, uma criança descobre que pode produzir rudimentar, batendo. Ela gosta especialmente de bater vários objetos sobre o solo, um objeto contra o outro” (BALOG, 2017, p.24). Nessa pesquisa criativa dos sons, tanto dos sons dos objetos quanto dos instrumentos musicais, trata-se de propiciar um ambiente de autonomia e liberdade de movimentos para o bebê, deixando-o



explorar o instrumento no seu tempo e do seu jeito, sem o adulto julgar ou ser intervencionista demasiadamente.

Nessa relação de observação e aprendizado com o bebê, trabalhamos também a relação das próprias mães com a sua criatividade em um nível terapêutico: de ativação da presença corporal na relação com o bebê, de observação e recriação de si enquanto mulher nesse ciclo como mãe, de observação do bebê e de observação de si, de como olha, interpreta e expressa o mundo na relação comunicativa com o bebê. A criatividade musical nas práticas, envolvem valorizar tanto as vocalizações dos bebês quanto o canto materno, tecendo-os a partir da perspectiva da musicalidade comunicativa e afetiva.

Nas brincadeiras musicais e cantantes para as mães, acolhemos as iniciativas dos bebês. A partir das sonoridades dos bebês como /brr/, /Dada/, /Mama/, /Popó/, /Au Au/, os balbucios transformam-se em poesia. Os manhês em música. O choro em melodia. O engatinhar vira dança. A voz materna se torna canção. Isso dá uma base estruturante emocional alegre que convida os bebês a estarem ali nesse ambiente musical e interagirem como bem sentirem, dentro dos seus impulsos criativos.

Damos asas a criatividade, o que consiste em desapegar dos medos, dos bloqueios e amarras que impedem de fluir a espontaneidade. É um desapego da busca pela estética perfeita e um encontro com a musicalidade terapêutica, que não busca obras perfeitas, mas sim a verdade no compartilhar das emoções, nos sentimentos expressados, na conexão consigo, com o outro, com o Todo.

Na medida em que as improvisações musicais criativas vão se tornando refinadas na escuta das dimensões sonoras e afetivas, vamos trabalhando o refinamento da consciência através da intenção ao cantar.

## **5. Intencionalidade ao cantar**

O ato de cantar como prática criativa consciente é focado na busca das qualidades vibratórias dos sentimentos e das intenções irradiadas ao vocalizar. Segundo Bruscia (1987), quando cantamos ou tocamos instrumentos, liberamos nossa energia interna para o mundo exterior, nós soamos nossos corpos, damos forma a nossos impulsos, damos voz a ideias não ditas ou indizíveis e derramamos nossas emoções em formas sonoras descritivas.





No ato de cantar materno, mais importante do que a técnica vocal, com a afinação das notas ou com o conteúdo semântico dos significados das palavras, importa a afinação interior consigo e com o bebê. No canto materno, o importante é a intenção que se tem ao cantar, ou seja, usar a voz com consciência do seu potencial de criar, enviando e transmitindo sentimentos de afeto. Quando a mãe canta para o seu bebê com consciência criativa da intenção, a voz se torna um abraço permeado de sentimentos, sentidos e sensações, em um acolhimento musical.

A intenção ao cantar é um dos princípios fundamentais no canto materno para aprofundar o vínculo lúdico e afetivo com o bebê. Nas nossas vivências sonoras com as mães e os bebês, os encontros em geral têm como foco expressar e cantar com clareza a intenção dos sentimentos de afeto que quer enviar ao seu filho, seja de brincadeira, embalo, acalanto, ou demais sentimentos que queiram transmitir através do canto.

Com a conscientização sobre as forças afetivas que carregam as vibrações sonoras, o canto materno é capaz de acolher com frequências de amor os bebês que estão chegando aqui na Terra, influenciando diretamente no seu desenvolvimento e por consequência no desenvolvimento da humanidade.

## **6. Considerações finais**

Os princípios aqui expostos, são fruto de uma ponte entre teoria e prática, entre aquilo que vivenciamos na prática e aquilo que buscamos por meio de palavras. Como resultados desse ano de vivências semanais, percebe-se o estreitamento afetivo entre as participantes e entre os bebês, formando uma rede de apoio que vai além dos próprios encontros, por meio da construção de laços de amizade, de companheirismo, de afinidades.

Estar em um grupo de mulheres cantantes cria uma sinfonia de consciências em sintonia com a maternidade criativa, criando um ambiente de arte e amor para si e para os bebês. O campo gerado pelas vivências corpóreo-sonora-musicais se constitui, dessa forma, como um espaço de fortalecimento de vínculos afetivos. Além do fortalecimento do vínculo afetivo entre mãe e bebê, o ato de estar em um grupo de mulheres cantando a maternidade promove a partilha das experiências e dos desafios que envolvem a maternidade, sendo um convite à sororidade, ao fortalecimento e a união das mulheres em prol de uma maternidade consciente.





As vivências buscaram trazer em suas práticas uma visão sistêmica, comunitária e integrada, construindo canais de comunicação afetiva entre as mães, os bebês e o contexto ao qual estão inseridos, auxiliando na promoção de bem-estar, saúde e qualidade de vida.

A proposta da intervenção com mães e bebês é de caráter preventivo, buscando promover espaços saudáveis, partilhas em grupos, criação de potência por meio da arte, fortalecimento de vínculos familiares e comunitários, vínculo entre mãe e bebê e promoção de saúde coletiva. Assim, ao trocarmos experiências e formarmos uma rede de trocas, o “eu” se fortalece através do “nós”, e com o fortalecimento do “nós”, os desafios, as conquistas, as dificuldades e as alegrias se tornam coletivas, gerando a construção de uma rede de apoio, de afeto, de integração social e criação artística por meio dos encontros sonoros.

## 7. Referências

ANDRADE, Celana Cardoso; HOLANDA, Adriano Furtado. **Apontamentos sobre pesquisa qualitativa e pesquisa empírico-fenomenológica**. Campinas: Revista Estudos de Psicologia. 2010. Disponível em:<<http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2010000200013>>. Acesso em 10/05/18

BALOG, Györgyi; KÁLLÓ, Éva. **As origens do brincar livre**. São Paulo: Omnisciência, 2017.

BENENZON, Rolando O. **La nueva musicoterapia**. 2ª edição - Buenos Aires: Lumen, 2008.

BRUSCIA, Kenneth E. **Improvisational Models of Music Therapy**. Illinois(USA): Charles C. Thomas Publisher, 1987.

ILARI, Beatriz. **Desenvolvimento cognitivo-musical no primeiro ano de vida**. Curitiba: Editora da UFPR, 2006.

STERN, Daniel N. **El mundo interpersonal del Infante**. Buenos Aires: Paidós, 2005.

ZAIN, Jorge. **Escuchar el silencio**: musicoterapia vibroacústica. Buenos Aires: Kier, 2014.