Resumos de Artigos

Music and Empathy

4. The Social side of music listening – Empathy and contagion in music-induced emotions

- A música tem a capacidade de evocar respostas emocionais poderosas nos ouvintes. De facto, estima-se que o ser humano responda emocionalmente à música mais de metade do tempo que passa a ouvi-la.

- Podemos reagir à música como reagiríamos às experiências observadas de outra pessoa - com empatia – ou seja, pode-se reagir à música com empatia.

- No sentido lato, a empatia pode ser definida como um processo pelo qual se pode compreender e sentir o que outra pessoa está a vivenciar.

- Alguns investigadores propuseram que se pode admitir o processo de ouvir música como as expressões emocionais de uma pessoa virtual – uma pessoa virtual expressa-se através da música.

- Embora uma variedade de fatores contribua para que se sinta ou não empatia numa determinada situação, as pessoas com elevada empatia disposicional tendem a sentir empatia mais facilmente em diferentes situações.

- Existem estudos relativos à emoção induzida por música que observaram correlações entre empatia disposicional e respostas emotivas para com a música.

<https://www.perplexity.ai/search/62e4e917-18c0-48a5-aa07-4a916927a9e7?s=u>

- A empatia disposicional, também conhecida como empatia de caráter (tradução livre), refere-se à tendência dos indivíduos para imaginarem e vivenciarem os sentimentos e experiências dos seus semelhantes. Está associada a traços de personalidade, nomeadamente à componente altruísta da amabilidade dos Big Five Personality Traits. Note-se que a empatia disposicional não consiste em partilhar o estado emocional de outrem – mas sim à reação para com os sentimentos dos outros com simpatia e preocupação (é nesta componente da empatia que entram termos como sympathy, pity e compassion).

- Devido ao seu papel fundamental na cognição e no comportamento social, a empatia tem sido um tópico popular de investigação em filosofia, psicologia e neurociência cognitiva.

- A empatia tem três características principais:

* a empatia envolve a experiência de um estado afetivo como reação aos sentimentos de outra pessoa - esta abordagem evita a confusão com a teoria da mente, que se refere à compreensão do estado de espírito de outra pessoa sem necessariamente adotar os mesmos pensamentos e sentimentos;
* o "isomorfismo" entre os estados afetivos dos protagonistas, o que significa que um reage com a mesma emoção que a assumida no outro indivíduo (por exemplo, estar triste quando o outro está triste); esta caraterística ajuda a distinguir a empatia de outras formas de resposta emocional, como a compaixão ou a simpatia, em que a emoção pode diferir entre os protagonistas (por exemplo, sentir pena de alguém que está triste); assim, a empatia envolve o acoplamento de afetos ou "sentir com o outro", ao passo que a compaixão se refere a cuidar do outro sem partilhar realmente o seu estado afetivo.
* na empatia, a pessoa está consciente de que a sua emoção atual está relacionada com a emoção de outra pessoa; esta caraterística diferencia a empatia do contágio emocional, que se refere aos processos através dos quais uma pessoa pode captar o estado afetivo de outra, sem ter consciência disso; ao contrário da empatia, o contágio emocional não envolve o conhecimento de que outra pessoa é a fonte da nossa emoção.

Estudos recentes descobriram um mecanismo neural que pode contribuir para a imitação, combinando ações observadas em outras pessoas com as próprias ações. Em outras palavras, observar a ação do outro recruta parte dos circuitos neurais envolvidos na preparação para executar a mesma ação. Portanto, a compreensão da ação de outra pessoa pode ocorrer por meio da simulação interna dessas ações em áreas pré-motoras do cérebro (ou seja, responsáveis pelo planejamento da ação), em vez da imitação motora. Estudos em primatas identificaram neurônios que se descarregam tanto quando o animal realiza uma ação (por exemplo, agarrar um objeto) quanto quando observa outra pessoa realizando uma ação semelhante.

Estes foram chamados de “neurônios-espelho” porque suas propriedades sugerem que observar as ações dos outros é, no nível neural, como observar as próprias ações em um espelho. Neurônios-espelho foram encontrados no córtex pré-motor frontal e parietal posterior de macacos, mas há evidências de que circuitos neurais com funções de "espelhamento" (isto é, sistema de neurônios-espelho) também existem em regiões semelhantes do cérebro humano. Eles parecem codificar a intenção de ação.

Os neurônios-espelho são multimodais, o que significa que eles podem combinar as próprias ações com as ações semelhantes dos outros, tanto ao ver o que os outros fazem quanto ao ouvir os sons de suas ações.

Portanto, a correspondência neural entre as ações observadas nos outros e as próprias ações pode fornecer um mecanismo para entender as intenções dos outros, com base na observação visual ou auditiva.

Embora mais estudos sejam necessários, o potencial papel do sistema de neurônios-espelho no reconhecimento de emoções sugere que esse sistema também pode contribuir para o contágio e a empatia. A capacidade de empatia com os outros pode depender da interação entre o sistema de neurônios-espelho envolvido no reconhecimento de expressões emocionais e o sistema límbico envolvido na geração de emoções.

A empatia de traço (disposicional) também foi ligada às regiões parietal e temporal que podem fazer parte do sistema de neurônios-espelho auditivo, sendo ativa tanto durante a execução da ação quanto ao ouvir os sons de uma ação semelhante.

Em resumo, tanto a empatia quanto o contágio envolvem o acoplamento de afeto ou o desenvolvimento de um estado afetivo visto ou assumido nos outros. Essa característica os distingue da teoria da mente, que envolve entender o estado de espírito de outra pessoa sem necessariamente compartilhá-lo. Enquanto a empatia ocorre por meio de processos conscientemente controlados, como a teoria da mente, o contágio pode ser apoiado por processos automáticos, como a mímica motora ou o espelhamento neural pré-motor de expressões emocionais.

O sistema de neurônios-espelho também pode contribuir para o contágio e a empatia, combinando expressões emocionais observadas em outras pessoas com as próprias expressões e espalhando a ativação para a ínsula e o sistema límbico.

Várias teorias de emoções induzidas pela música apresentam empatia e contágio como mecanismos potenciais através dos quais a música pode induzir emoções nos ouvintes.

Alguns autores argumentaram que o sistema de neurônios-espelho humano pode oferecer um mecanismo neural para o contágio emocional da música.

Também pode haver uma espécie de empatia com a emoção presumida sentida pelo performer que pode ser construída em nossa imaginação por meio de uma “ideia” subjacente que é vista como responsável pelo estado emocional que é expresso.

Em outras palavras, é possível que os ouvintes sintam empatia pelo intérprete e/ou compositor utilizando sua imaginação e habilidades de teoria da mente. Alguns autores até sugeriram que os ouvintes podem experimentar a música como uma narrativa sobre uma pessoa virtual que eles “ouvem” como habitando-a.

De acordo com o relato de Matthew Lavy (2001), essa "narrativa" é uma propriedade emergente do processo de escuta, e não um objeto ou uma propriedade da própria música, e envolve a fusão de pistas do som e do contexto em uma estrutura narrativa coerente. . Assim, o ouvinte pode – em alguns casos – sentir empatia pelas experiências imaginadas de uma pessoa virtual que a música personifica. Essa tendência de adotar um 'modo narrativo de escuta' pode resultar do emparelhamento frequente de música com conteúdo narrativo (por exemplo, filmes, óperas, letras) e da tendência humana inata de dar sentido ao mundo e às nossas experiências por meio da construção de narrativas.

Estudos descobriram que a música emocionalmente expressiva é capaz de evocar a ativação dos músculos faciais que é consistente com a expressão emocional da música.

Uma abordagem possível para obter informações sobre o papel potencial da empatia nas emoções induzidas pela música é observar as diferenças individuais na empatia, pois isso pode fornecer evidências indiretas do envolvimento da empatia nas respostas emocionais à música. Indivíduos que tendem a experimentar empatia mais prontamente em uma variedade de situações (ou seja, alta empatia disposicional) tendem a ser mais suscetíveis ao contágio emocional, por exemplo. Estudos de neuroimagem mostraram que indivíduos com pontuação alta em medidas de empatia disposicional exibem respostas de espelhamento mais fortes.

Pode-se esperar que – se a música realmente evocasse respostas emocionais por meio da empatia e do contágio emocional – indivíduos com alta empatia disposicional seriam mais suscetíveis aos efeitos emocionais da audição de música. De fato, estudos anteriores encontraram associações positivas entre a empatia disposicional e as respostas autorrelatadas à música, incluindo a intensidade das emoções evocadas pela música triste e terna, tristeza induzida pela música, admiração e transcendência.

As descobertas de Miu e Balteş fornecem a primeira evidência de que a adoção de um ponto de vista empático pode afetar as emoções induzidas pela música, mesmo no nível da psicofisiologia.

Em resumo, os estudos empíricos que investigaram o papel da empatia nas emoções induzidas pela música revelaram que indivíduos com alta empatia disposicional tendem a ser mais suscetíveis aos efeitos emocionais da audição de música e que as manipulações da empatia podem intensificar as respostas emocionais evocadas por música. Além disso, quando os ouvintes relatam sentir empatia, suas emoções são congruentes com a expressão emocional da música.

3. Music – The language of empathy

A música é frequentemente considerada uma atividade social, relatada para nos unir, para promover a autoconsciência e a auto-estima, a tolerância mútua, o senso de espiritualidade, a compreensão intercultural, a capacidade de cooperar e a cura.

A capacidade da música de criar experiências fortes e carregadas de emoção dentro e entre nós é baseada na interação de sistemas neurais para corporeidade e emoção. Sons musicais abstratos são capazes de ativar simultaneamente esses sistemas neurais, dando à música um caminho privilegiado para a empatia. Várias teorias das emoções induzidas pela música sugerem que a empatia pode estar envolvida nas respostas emocionais induzidas pela música.

A capacidade humana de representação incorporada permite que um indivíduo se relacione com a música em um nível íntimo, e a empatia permite que os poderosos efeitos da música sobre a emoção sejam compartilhados e ampliados para o nível do grupo. Assim, a música pode atuar como uma linguagem universal de empatia, por meio da qual uma série de sons abstratos pode comunicar emoções entre indivíduos que não falam a mesma língua ou compartilham a mesma cultura.

Um substrato neural comumente proposto para esse mecanismo de espelhamento são os neurônios-espelho, uma classe de neurônios com a característica especial de disparar tanto quando um agente executa uma ação específica, como agarrar, quanto quando observa outro agente realizando uma ação semelhante.

Importante para nossa discussão sobre música, subconjuntos desses neurônios-espelho pré-motores também demonstraram ter propriedades audiovisuais.

Esses neurônios-espelho audiovisuais codificam ações independentemente de as ações serem executadas, vistas ou ouvidas.