

ELIZABETH BROWN VALLIM BRISOLA

**A EXPERIÊNCIA DE CANTAR PARA BEBÊS:
UM ESTUDO FENOMENOLÓGICO COM MÃES**

PUC-CAMPINAS

2017

Ficha Catalográfica
Elaborada pelo Sistema de Bibliotecas e
Informação - SBI - PUC-Campinas

T155.4
B859e

Brisola, Elizabeth Brown Vallim.

A experiência de cantar para bebês: um estudo fenomenológico com mães / Elizabeth Brown Vallim Brisola. – Campinas: PUC- Campinas, 2017.
178p.

Orientadora: Vera Engler Cury.

Tese (doutorado) - Pontifícia Universidade Católica de Campinas,
Centro de Ciências da Vida, Pós-Graduação em Psicologia.
Inclui anexos e bibliografia.

1. Psicologia infantil. 2. Mãe e lactente – Aspectos psicológicos. 3. Psicologia humanística. I. Cury, Vera Engler. II. Pontifícia Universidade Católica de Campinas. Centro de Ciências da Vida. Pós-Graduação em Psicologia. III. Título.

22. ed. CDD – t155.4

ELIZABETH BROWN VALLIM BRISOLA

**A EXPERIÊNCIA DE CANTAR PARA BEBÊS:
UM ESTUDO FENOMENOLÓGICO COM MÃES**

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* em Psicologia do Centro de Ciências da Vida – PUC-Campinas, como requisito para obtenção do título de Doutor em Psicologia como Profissão e Ciência.

Orientadora: Profa. Dra. Vera Engler Cury

PUC-CAMPINAS

2017

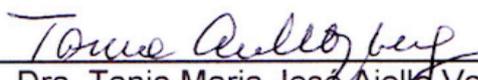
ELIZABETH BROWN VALLIM BRISOLA

**A EXPERIÊNCIA DE CANTAR PARA BEBÊS:
UM ESTUDO FENOMENOLÓGICO COM MÃES**

BANCA EXAMINADORA



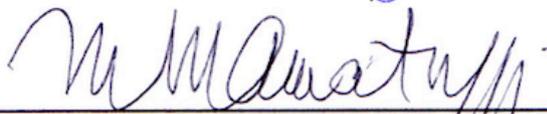
Presidente: Profa. Dra Vera Engler Cury



Profa. Dra. Tania Maria Jose Aiello Vaisberg



Profa. Dra. Tania Mara Marques Granato



Prof. Dr. Mauro Martins AmatuZZi



Profa. Dra. Henriette Tognetti Penha Morato

PUC-CAMPINAS

2017

*Dedico este trabalho a meu pai, Keith S. Brown Jr.,
exemplo de dedicação à ciência,
e à querida Grandma Fowell (in memoriam),
que viveu e inspirou a expressão musical do amor.*

RESUMO

BRISOLA, Elizabeth Brown Vallim. A experiência de cantar para bebês: um estudo fenomenológico com mães. 2017. 178f. Tese (Doutorado em Psicologia) – Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Centro de Ciências da Vida, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Campinas, 2017.

As pesquisas que abordam o cantar materno preocupam-se em investigar como e por que as canções são facilitadoras da comunicação mãe-bebê, dando atenção principalmente aos aspectos acústicos e socioculturais. Esta pesquisa, qualitativa e de natureza exploratória, foi desenvolvida com base na fenomenologia de Edmund Husserl e em norteadores teóricos da psicologia humanista, mais especificamente da Abordagem Centrada na Pessoa, de Carl Rogers. Objetivou apreender a experiência de 13 mães que tiveram seu primeiro filho nos últimos 18 meses sobre o sentido de cantar para seu bebê. A pesquisadora conversou com cada uma das participantes, todas com formação universitária, durante um encontro dialógico, e escreveu, em seguida, uma narrativa compreensiva para registrar sua compreensão sobre a experiência daquela mãe a partir de suas próprias impressões. Uma narrativa-síntese e uma síntese criativa foram construídas a partir do conjunto de narrativas de forma a possibilitar concluir o processo de análise fenomenológica que supõe três fases: descrição, compreensão e interpretação da experiência. Os elementos estruturais que emergiram das vivências das mães sobre cantar para seu bebê são: (a) um modo de comunicar-se abraçando o bebê com seus sons; (b) a construção de um vínculo; (c) uma forma de conhecer melhor seu bebê à medida que ele se desenvolve; (d) um meio de reconhecer a si mesma como mãe; (e) uma maneira de transmitir valores pessoais e costumes familiares; (f) um modo criativo de expressar-se; e (g) a possibilidade de crescimento pessoal. O sentido desta experiência possibilita novas reflexões sobre o tema do relacionamento humano em termos psicológicos e pode estimular interlocuções com outras áreas de conhecimento.

Palavras-chave: mães; relação mãe-bebê; cantar; experiência de mães; pesquisa fenomenológica.

ABSTRACT

BRISOLA, Elizabeth Brown Vallim. The experience of singing to infants: A phenomenological investigation with mothers. 2017. 178f. Dissertation (Doctorate in Psychology) – Pontifical Catholic University of Campinas, Centro de Ciências da Vida, Graduate Program in Psychology, Campinas, 2017.

Research studies that address mothers singing focus on investigating how and why songs facilitate mother-infant communication considering, especially, the acoustical and sociocultural aspects involved. This qualitative and exploratory research study was developed based on Edmund Husserl's phenomenology and guided by principles of Humanistic psychology, specifically Carl Roger's Person Centered Approach. It aimed to apprehend the experience of 13 mothers who gave birth to their first child during the past 18 months, about the meaning of singing to their infants. The researcher spoke to each of the participants, all with a college education, during a dialogical encounter, and immediately afterwards wrote a comprehensive narrative to register her comprehension regarding that mother's experience, based on her own impressions. A narrative-synthesis and a creative synthesis were constructed based on the narratives to enable a phenomenological process of analysis that presupposes three phases: description, comprehension and interpretation of the experience. The structural elements that emerged from the mothers' experience of singing to their infants are: (a) a means of communication hugging their infant with their song; (b) the establishment of an emotional bond with their infant; (c) a way to better know their infant as it develops; (d) a means of recognizing themselves as mothers; (e) a form of sharing personal values and family customs; (f) a creative way of expressing themselves, and (g) a possibility of personal growth. The meaning of this experience enables further reflections regarding human relationships from a psychological viewpoint and can stimulate dialogues with other areas of knowledge.

Key Words: mothers; mother-infant relationship; singing; mother's experience; phenomenological research.

RESUMEN

BRISOLA, Elizabeth Brown Vallim. La experiencia de cantarle a los bebés: un estudio fenomenológico con madres. 2017. 178f. Tesis (Doctorado en Psicología) – Pontificia Universidad Católica de Campinas, Centro de Ciencias de la Vida, Programa de Posgrado em Psicología, Campinas, 2017.

Las pesquisas que abordan el canto materno se preocupan en investigar cómo y por qué las canciones son facilitadoras de la comunicación madre-bebé, dando atención principalmente a los aspectos acústicos y socioculturales. Esta pesquisa, cualitativa y de naturaleza exploratoria, fue desarrollada con base en la fenomenología de Edmund Husserl y en orientaciones teóricas de la psicología humanista, más específicamente del Enfoque Centrado en la Persona, de Carl Rogers. Su foco fue aprender de la experiencia de 13 madres que tuvieron su primer hijo en los últimos 18 meses sobre el sentido de cantarle a su bebé. La investigadora conversó con cada participante, mujeres universitarias, durante un encuentro dialógico, y escribió, de inmediato, una narrativa comprensiva para registrar su comprensión sobre la experiencia de aquella madre a partir de sus propias impresiones. Una síntesis-narrativa y una síntesis creativa fueron construidas a partir del conjunto de narrativas de manera que sea posible concluir el proceso de análisis fenomenológico que supone tres fases: descripción, comprensión e interpretación de la experiencia. Los elementos estructurales que emergieron de las vivencias de las madres sobre cantarles a sus bebés son: (a) un modo de comunicarse abrazando al bebé con sus sonidos; (b) la construcción de un vínculo; (c) una forma de conocer mejor a su bebé a medida que éste se desarrolla; (d) un reconocimiento de sí misma como madre; (e) una manera de transmitir valores personales y costumbres familiares; (f) un modo creativo de expresarse; e (g) la posibilidad de crecimiento personal. El sentido de esta experiencia posibilita nuevas reflexiones sobre el tema de la relación humana en términos psicológicos y puede estimular interlocuciones con otras áreas de conocimiento.

Palabras-clave: madres; relación mamá-bebé; cantar; experiencia de madres; investigación fenomenológica

AGRADECIMENTOS

Sinto-me muito agradecida pelo apoio e carinho das pessoas que têm caminhado ao meu lado nestes últimos quatro anos! Alguns permaneceram bem próximos, e outros caminharam comigo durante um período curto, mas todos se mostraram como um presente, me ajudando no caminho das pedras, dando ânimo, me auxiliando a crescer e aprender.

Ao meu esposo Gerson, fiel companheiro há 30 anos, o primeiro a incentivar a continuidade dos estudos (depois de um bom tempo longe da minha área de formação), pelo apoio e amor imensuráveis. Aos amados Joel e Deborah, filhos carinhosos que, com interesse, ouviram meus rascunhos fazendo perguntas e comentários estimulantes e, com paciência, aceitaram minha ausência por longos meses. À minha querida irmã, exímia musicista da família, Julia Brown, pelo apoio e inspiração.

À minha orientadora, Dra. Vera E. Cury, a quem admiro muito; pessoa forte que, no passar dos anos, tem mostrado firmeza de caráter, ética, visão, sabedoria, direção e sempre disposição. (Peço licença agora para escrever em inglês) To Dr. Larry Davidson, who, in such a brief period of time, I have come to admire for his humaneness, clarity, calm perseverance, and hospitality. I also thank him for introducing me to Dr. John Strauss, to whom I am indebted to for encouragement and friendship; for believing in me and inspiring me to do better, to think beyond and feel *able* to go beyond.

A todos os colegas do grupo de pesquisa da PUC-Campinas, e especialmente à Andréia de Oliveira, Gisella Fadda, Mharianni Bezerra e Nadini Brandão, que têm sido tão amigas, companheiras, apoio, desafiando-me a crescer. Ao Dr. Mauro AmatuZZi pelo estímulo e pelas valiosas discussões. Aos professores e membros de bancas, que se dedicaram à leitura de meus textos, por despertarem reflexões. À Capes pela bolsa de estudos durante os quatro anos cursados.

Agradeço ao simpático e sábio pediatra de meus filhos, Dr. Carlos Roberto Silveira Corrêa, a singela sugestão que deu, há 20 anos, de escolher uma canção para cada atividade com meus filhos quando nasceram.

À querida Ana, que me deu tanto apoio, e à amada Walkiria, que sempre se dispôs a me ajudar fazendo revisões e dando tão necessárias dicas de português com paciência e compreensão.

Às mulheres que me deliciaram, compartilhando comigo suas experiências de cantar.

A Deus pela maravilha da música.

A todos, de coração, MUITÍSSIMO obrigada!

SUMÁRIO

	INTRÓITO	11
CAPÍTULO 1	CONHECENDO MELODIAS	17
	Sobre cantar	17
	Sobre tornar-se mãe e cantar	22
	Sobre esta pesquisa	45
CAPÍTULO 2	A PAUTA: Bases teóricas	46
	Referencial teórico Humanista	47
	Base Fenomenológica	52
	A “melodia” do encontro	58
	Narrativas compreensivas	62
CAPÍTULO 3	A PARTITURA: O caminhar da pesquisa em busca de significados	66
	As participantes	66
	Os encontros	69
	O caminho a partir dos encontros	69
CAPÍTULO 4	AS CANÇÕES DAS MÃES: Resultados por meio de narrativas	74
	1. Maria	74
	2. Lilian	79
	3. Esther	82
	4. Silvia	86
	5. Nicole	90
	6. Alice	93

	7. Gabriela	97
	8. Rosana	99
	9. Helen	101
	10. Rachel	104
	11. Anita	107
	12. Monica	109
	13. Sheila	113
	A Narrativa-Síntese	117
	A Síntese Criativa	120
CAPÍTULO 5	POSLÚDIO: Refletindo sobre os resultados	124
CAPÍTULO 6	CODA: Considerações finais	146
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	150
	ANEXOS	174
	Anexo A: Parecer Consubstanciado do CEP	175
	Anexo B: Termos de Consentimento Livre e Esclarecido	177

INTRÓITO

“Sinto-me conectada ... é uma coisa de vínculo”, respondeu [Rachel] e parou um pouco. Pensou e acrescentou: “Quando canto, me concentro nele... e as milhões de coisas que preciso fazer desaparecem. Cantar é estar lá com meu filho”.

“... cantar é uma coisa que simplesmente faço. Nem penso. Como é pra mim...?”, [Silvia] procurava palavras, sem conseguir encontrá-las. Tentei ajudá-la, descrevendo a situação: “Você está na cozinha, a Érica ali no carrinho, e então você começa a cantarolar...” “Pra mim, é comunicar”, afirmou subitamente. “Com os sons dá pra comunicar mais.”

À medida que conversávamos, [Maria] notou que também canta durante atividades rotineiras, usando melodias conhecidas e inventando uma letra de acordo com a circunstância. “A letra é ridícula!”, disse, “Simplesmente vou contando o que está acontecendo. Se estou trocando, é o xixi, a fralda... faço isso quando vamos pra piscina, durante a refeição, no carro... mas não tem rima. Simplesmente diz do momento”. Maria queria deixar claro que não se tratava de algo bonito, esteticamente acabado. “Não é pela beleza”, reiterei. “Não, não tem beleza, nem rima. Não é por isso que eu faço”, respondeu. Seguiu-se um período de silêncio. Imaginei Maria se perguntando: para quê,

então, eu canto? “Não é pra Ivone que eu canto”, continuou. “Estou pensando nisso agora... Acho que ela nem percebe; tanto faz se eu estiver falando ou cantando... É mais pra mim. Um momento criativo.”

“Recentemente, lá pelas três da manhã, quando Max não conseguia dormir, abracei-o bem apertado e cantei... aí ele dormiu. Foi uma sensação muito boa... Mas ainda bem que ninguém estava gravando!”, declarou [Monica]. “Gravando?”, perguntei. “É. É que eu canto sobre qualquer coisa que passa pela minha cabeça, eu não ia querer que ninguém ouvisse isso – coisas que estou passando, raiva, frustração.”

Quando perguntei como era aquilo [cantar] para ela, Helen ficou quieta por um bom tempo. Então, para minha surpresa, lágrimas encheram-lhe os olhos: “Cantar para Kardia é... compartilhar almas...”, revelou, fazendo um movimento em círculos com as mãos para expressar uma ligação contínua entre as duas. Sente-se muito perto da filha. Helen continuou explorando isso: “Eu... é estar conectada... é amor!” A intensidade que colocou nas palavras me pegou de surpresa. Eu não esperava tanta emoção.

Com o nascimento de um bebê, nasce também uma mãe. Sucodem mudanças diante da responsabilidade de cuidar dele: mudanças na rotina, nos relacionamentos e nas necessidades. Ser mãe envolve cansaço e desgaste, mas também alegria e satisfação, decorrentes da interação do dia a dia com o recém-nascido nos momentos de alimentá-lo, trocar-lhe as fraldas, conversar com ele e embalá-lo, aprendendo a viver com mais um integrante da família.

A mãe “de primeira viagem”, diante da tarefa de criar um filho, recebe inúmeras informações e defronta-se com opções de como lidar com seu bebê: pediatras, familiares, livros, revistas e experiência pessoal proporcionam sugestões e orientações. Estas podem ser complementares ou mesmo contraditórias entre si (Searle, 2010), e ela se pergunta o que deve fazer.

Uma atitude de disponibilidade é essencial para o desenvolvimento do vínculo da mãe com o bebê (Woodhouse, 2010), pois este é frágil e totalmente dependente de cuidados. A saúde da mãe terá um reflexo importante no desenvolvimento físico, emocional e social do bebê. Atualmente, a saúde mental materna:

tornou-se uma área de preocupação crescente para pesquisadores, clínicos e gestores de políticas públicas, já que há evidências de que as consequências de problemas emocionais de mães no período perinatal não estão limitadas ao sofrimento que as aflige, mas estendem-se à qualidade do relacionamento conjugal, ao relacionamento mãe-bebê e ao desenvolvimento da criança. (Zelkowitz & Papageorgiou, 2012, p. 205, tradução nossa)

Pesquisadores têm salientado a importância da *saúde* emocional das mães e de que se dê atenção às suas necessidades, lembrando - conforme anteriormente apontado pelo pediatra psicanalista inglês Winnicott (1990) - de sua preciosa contribuição para a sociedade.

Para a psicologia humanista, a saúde - do ponto de vista psicológico - refere-se a um processo contínuo de crescimento pessoal em direção à maturidade (Rogers, 1957/1989) que depende de variados graus de abertura à experiência orgânica. Nesse sentido, a mãe será tanto mais saudável quanto mais for capaz de vivenciar suas experiências de maneira flexível e com confiança em seu próprio

processo de auto-avaliação e levando em conta as exigências do mundo externo (Rogers, 1963/1995).

Há quase 20 anos, quando esta pesquisadora se tornou mãe pela primeira vez, o médico pediatra logo lhe sugeriu que escolhesse uma canção para cada atividade a ser realizada com sua filha. Naquela época, não imaginávamos que essas experiências musicais fossem tão fundamentais para o desenvolvimento de uma comunicação emocional e que, ao cantar, estaria encorajando, apoiando e promovendo uma relação saudável com a criança (Creighton, 2011). Simplesmente, cantava por ser bom, natural e porque fazia sentido.

Mesmo tendo se dedicado a cantar por sugestão do pediatra, a pesquisadora não imaginava que sentido teria para ela, para seus filhos e para o relacionamento entre eles. Quando se interessou por pesquisar este tema, percebeu como essa atividade se dá na intimidade da relação, no interior do lar: no quarto, no banheiro, na cozinha, à luz do dia e também encoberta pela escuridão da noite, escondida das lentes das pesquisas (Custodero, 2006).

Segundo Trehub e Gudnundsdottir (2015), cantar para bebês é uma atividade universal. Mães e cuidadores, em geral, cantam, ao redor do mundo, para acalmar bebês, adormecê-los, brincar, estimular e acompanhar atividades rotineiras, como alimentação, troca de fralda ou banho (Weiss, Trehub & Schellenberg, 2012).

Há consenso sobre a importância dessa interação musical, e pesquisas apontam para o cantar como um elemento que influi tanto na saúde emocional quanto física e social do bebê e da mãe (Stacy, Brittain & Kerr, 2002). No entanto, trata-se de uma área nova de estudo, complexa e multidisciplinar, ainda sem um corpo sólido de conhecimento.

Como cantar tem se revelado uma forma de promover saúde mental – algumas pesquisas parecem apontar para isso (Brisola & Cury, 2015; Clift & Hancox, 2010; Sanal & Gorsev, 2014) –, deve, então, ser mais bem compreendido e descrito, inclusive a partir do referencial de quem canta. No caso da relação mãe-bebê, a partir da mãe.

O que já se sabe a respeito dessa atividade? Que olhar tem a psicologia humanista sobre a maternidade? Que pesquisas foram realizadas sobre o cantar materno? Esse é o assunto do primeiro capítulo do presente estudo (Conhecendo melodias).

No âmbito de mães que cantam, investigou-se a experiência subjetiva de cantar das mães e seus significados, partindo-se do referencial teórico da psicologia humanista e da fenomenologia de Edmund Husserl por meio de encontros dialógicos que geraram narrativas compreensivas. Esses aspectos são esclarecidos no Capítulo 2 (Bases teóricas).

O Capítulo 3 descreve o caminho que este estudo trilhou ao investigar os elementos estruturais das vivências das mães sobre cantar para seus bebês (O caminhar da pesquisa em busca de significados).

A forma escolhida para apresentar ao leitor a experiência dessas mães foram as narrativas. Estas se encontram no Capítulo 4 (As canções das mães), que inclui uma narrativa-síntese e uma síntese criativa.

Em se tratando de uma pesquisa de cunho exploratório e de natureza fenomenológica, desejávamos que seus resultados contribuíssem para a ciência psicológica ao aprofundar, levantar hipóteses e jogar uma luz sobre elementos significativos da experiência de mães no relacionamento com seus filhos mediada pelo canto. Dessa intenção, surgiu o capítulo 5 (Refletindo sobre os resultados).

O sexto e último capítulo apresenta algumas considerações levando em conta a pesquisa como um todo (Coda).

O objetivo deste estudo foi apreender os elementos estruturais das vivências de mães ao cantarem para os bebês, de forma a compreender e interpretar seus significados por meio do método fenomenológico e à luz da psicologia humanista.

Os significados descritos referem-se ao relacionamento entre as mães participantes e seus bebês¹, com a intenção de compreender como é para elas esse cantar cotidiano ao longo do processo de irem se apropriando do ser mãe.

Este estudo insere-se na área da psicologia, e não da música, musicoterapia nem educação musical, embora seu conteúdo possa interessar também a estudiosos dessas áreas. Sendo psicóloga clínica, a pesquisadora procurou olhar para a experiência cotidiana de mães ao cantarem, focando além dos fatos e da aparência, voltando-se àquilo de que se ocupa a experiência humana: seus significados.

¹ Observação: Em português, usamos o termo **bebê** (“criança recém-nascida ou de poucos meses”), e não infante (Houaiss, 2001), por ser este o descritor mais comumente usado em artigos no scielo.br, nas pesquisas da área de ciências humanas e também por ser usado no linguajar cotidiano. Em inglês, o termo comumente usado em pesquisas é *infant* (referindo-se a crianças entre 1 e 12 ou 24 meses), e não “baby”, que, nos descritores, aparece relacionado a outras áreas de estudo, relativo a *baby talk*, *babysitting*, *baby food*, por exemplo.

CONHECENDO MELODIAS

Apresentamos, a seguir, uma visão geral do que a comunidade científica contemporânea conhece a respeito de cantar, algumas reflexões sobre “tornar-se mãe”, do ponto de vista da psicologia humanista, e do conhecimento a respeito do cantar materno.

Sobre cantar

A música é nossa mais antiga forma de expressão, mais antiga que a linguagem ou a arte; começa com a voz e com nossa veemente necessidade de conexão com outros. (Menuhin & Davis, 1990, p. 1)

Cantar é uma atividade humana inserida na cultura e nos costumes de pessoas em todo mundo (Trehub & Prince, 2010). Ela se dá ao longo da vida, seja esporadicamente, em fases específicas, seja de maneira espontânea ou profissional (Cohen, 2011). São sons contínuos que têm significado social, cultural e pessoal para quem os executa e para quem os ouve (e, às vezes, trata-se da mesma pessoa; Welch, Howard, Himonides & Brereton, 2005). É uma expressão melódica que serve para transmitir conhecimento e costumes, acompanhar atividades diárias, divertir, aliviar estresse, promover coesão social, reforçar ideais, promover interação e fortalecer vínculos (Tsang, Friendly & Trainor, 2011).

Ainda não existe uma explicação completa de como o ser humano veio a desenvolver essa forma altamente avançada de expressão vocal (Merker, Morley & Zuidema, 2015) e se ela surgiu antes da linguagem falada, depois ou simultaneamente a ela. Desde Darwin (1965) até aos dias de hoje, teóricos procuram descrever e fundamentar suas hipóteses. Alguns enfatizam o cantar como mecanismo do processo de seleção sexual, e outros acreditam que sua importância na evolução humana advém do poder de coesão e de comunicação afetiva (Thompson, 2009).

Bannan (2008) destaca a variedade de uso e abrangência do cantar, atividade que pode ser usada tanto para acalmar como para despertar alguém; como uma resposta individual ou coletiva; na infância, assim como na vida adulta. Essa diversidade o leva a pensar em uma seleção natural, sexual e grupal.

O arqueólogo Mithen (2009) argumenta que as expressões vocais (juntamente com as corporais) foram essenciais para a sobrevivência dos nossos ancestrais e, apesar de não ter mais valor adaptativo, herdamos um desejo de nos engajar musicalmente. Ele afirma que adultos têm cantado para seus bebês desde a era do *Homo ergaster*, e que essa prática pode ter acentuado nossa capacidade musical geral.

Segundo os musicistas e estudiosos Menuhin e Davis (1990), a voz é uma ferramenta de autopreservação que faz parte indelével da nossa identidade.

Essa produção de som é estudada dos mais diversos ângulos: como atividade musical, fenômeno acústico, expressão social, instrumento terapêutico, característica humana, expressão religiosa, instrumento educacional e forma de comunicação ou vínculo, entre outros. É uma experiência complexa estudada por

diversos especialistas (músicos, médicos laringologistas e neurologistas, linguistas, enfermeiros, fonoaudiólogos, sociólogos, antropólogos, musicoterapeutas e psicólogos), vista de diferentes perspectivas e usada em várias circunstâncias.

A variedade de abordagens, objetivos e conceitos que refletem sua natureza interdisciplinar dificulta reunir informações relevantes (Cohen, 2011). Dentro dessa diversidade, não há ainda uma compreensão integral da experiência de cantar do ponto de vista psicológico, que, segundo um dos pioneiros da psicologia da música, Sloboda (1986, 2005), é uma área difícil de investigar, pois envolve a experiência subjetiva.

Professora do Instituto de Psicologia da Universidade de Zurique, Stefanie Elmer, dedicada ao estudo do desenvolvimento do cantar, afirma que cantar e seu desenvolvimento constituem um campo de pesquisa vasto que não está ainda consolidado (Elmer, 2011). Trata-se de uma área que envolve uma busca por sentido por meio da expressão corporal imediata, do não racional e do lúdico. Ela acredita que se fazem necessárias mais pesquisas que abordem as intenções de quem canta e sua experiência subjetiva.

Cantar desenvolve-se, no ser humano², durante os primeiros anos de vida, na interação musical mãe-bebê, e a princípio serve para expressar e despertar emoção (Elmer, 2011). À medida que o bebê se desenvolve e naturalmente explora o mundo ao seu redor, experimenta também com sons, e produz, aos poucos, uma variedade cada vez maior de vocalizações, imitando os adultos ao seu redor e interagindo com eles.

² Cantar não é uma atividade exclusiva humana. Aves, ratos, insetos, baleias e certos macacos estão entre os animais cujos sons melodiosos são estudados. Mas o ser humano usa a voz de maneira única e criativa (Cohen, 2012).

Inicialmente, a contribuição dos bebês é com monossílabos, progredindo para frases e canções (Trehub & Gudmundsdottir, 2015); choros e balbucios transformam-se em fala e canto; a qualidade e a característica desses sons sofrem influência do ambiente sociocultural (Welch, 2005). Com 1 ou 2 anos de idade, a criança já é capaz de cantar espontaneamente, e ao longo dos próximos anos firma seus hábitos de cantar (Rinta & Welch, 2008); esses hábitos são moldados por uma complexa rede fisioneuropsicológica. Cada um desenvolve um som único - como sua personalidade -, uma expressão de si sonora e que, do ponto de vista psicológico, tem uma experiência singular em relação à sua voz:

A voz humana transporta nossa identidade por meio de uma combinação de ritmo, melodia, timbre e dinâmica. Da mesma forma que não existe um rosto igual ao outro, não existe uma pessoa que tenha a voz igual à de outra . . . é um instrumento moldado pelo seu dono, no decorrer de sua vida . . . Um bebê nasce completamente preparado para falar e cantar, no entanto precisa passar por um processo de aprendizagem pessoal para poder executá-los. (Brisola, 2000, p. 20)

Cantar é considerado uma atividade integradora, holística (Anderson, 2009), e seu potencial não tem passado despercebido das lentes de pesquisadores das áreas de saúde e bem-estar. Nos últimos 25 anos, tem crescido a investigação da atividade de cantar nessas áreas (Clift, 2012; Clift & Hancox, 2010), com populações diversas: crianças asmáticas, idosos com demência, Parkinson, Alzheimer, e grupos corais com diversas funções e populações: crianças, jovens, homens de rua, pacientes psiquiátricos, grupos intergeracionais, pacientes com câncer, entre outros (Davidson, 2008; Gick, 2011; Imogen, 2012).

Os estudos de grupos corais, no geral, enfocam a investigação dos efeitos psicossociofisiológicos do cantar nos participantes; apontam para o cantar como um dosador de humor, uma “cola” que ajuda a criar uma identidade de grupo, provendo apoio social e amizade, desenvolvendo habilidades, autoconfiança e autoestima, por ser uma atividade energizante e relaxante, distraindo das dificuldades e preocupações pessoais (Clift, 2012; Stacy et al., 2002).

Há um esforço visível de explorar e compreender melhor essa atividade humana criativa (Cohen, 2012) não apenas no meio acadêmico, mas também livros não acadêmicos sobre a música alcançam as prateleiras das livrarias oferecendo explicações para essa expressão humana complexa³. E não poderia ser diferente, já que música e cantar fazem parte da vida de todos. O neurologista Sacks (2008) ilustra a ubiquidade da música afirmando que:

não é um acidente que ensinamos às nossas crianças por meio de canções e rimas. Como bem se pode observar pelos *jingles* que não saem da nossa cabeça, a música está enterrada fundo no sistema nervoso, tão fundo de fato, que, mesmo que alguém sofra uma doença ou acidente neurológico devastador, a música usualmente é a última coisa que se perde. (p. 1, tradução nossa)

Isso ocorre pelo fato de a atividade de cantar ter uma vasta representação cerebral. Apesar dos diferentes elementos musicais serem processados em

³ Um exemplo é o livro *The Musical World in Six Songs: How the Musical Brain Created Human Nature*, de Levitin (2009), em que o autor sugere que toda música pode ser agrupada em seis canções: de amizade, alegria, conforto, religião, conhecimento e amor. Em sua opinião, esses seis temas demonstram o poder de adaptação das canções.

diferentes partes do cérebro, o cérebro como um todo é ativado (Rinta & Welch, 2008).

Para os fins do presente trabalho, cantar será conceituado, conforme estudo anterior (Brisola & Cury, 2015), como uma expressão saudável do ser humano, dotada de elementos integradores, que se desenvolvem como parte da história individual de cada um, servindo como meio de comunicação de alguém consigo e com o outro. Nesse artigo, as autoras procuram compreender a atividade humana de cantar a partir de conversas com pessoas sobre suas próprias experiências (que significados tem, subjetivamente). Cantar se revelou, nessa investigação, como:

um meio de atualizar experiências, um movimento em direção à autorregulação e autonomia . . . indo ao encontro de si mesmo, dando mais “colorido” ao presente e sentido às vivências. Além de promover crescimento, pode facilitar *insights* sobre o que a pessoa está sentindo e a situação pela qual está passando ou passou, favorecendo uma integração de sua história pessoal à medida que desencadeia memórias e sentimentos relacionados a elas. (p. 404, tradução nossa)

Sobre tornar-se mãe e cantar

Há muitas mudanças que ocorrem no transcurso de tornar-se mãe (Ilari, Moura & Bourscheidta, 2011). É um período de transição, com mudanças de papéis, adaptação, responsabilidades novas (Afiyanti & Solberg, 2014), mudanças no corpo, no autoconceito e nos relacionamentos com familiares, amigos e no trabalho (Papageorgiou & Zelkowitz, 2012).

Mães descrevem a maternidade como uma montanha-russa emocional (Birtwell, Hammond & Puckering, 2015). É um período de alegria, de bem-estar e,

igualmente, de frustrações, confusões e aflições; uma oportunidade de crescer e de participar do crescimento de outrem de forma decisiva. Tornar-se mãe envolve, portanto, desafios e realizações, perdas e ganhos (Dahlen, Barclay & Homer, 2010), crise e crescimento pessoal (Crothers & Dokecki, 2002).

A chegada de um bebê incita emoções fortes na mãe. Como lidar com todas essas emoções? A recém-mãe precisa de um tempo para adaptar-se à nova situação. A psicóloga e Ph.D. Leach (1986)⁴ adverte que quando a mulher tem um bebê não poderá realmente desfrutar da nova situação até que aceite os sentimentos que surgem e se legitime em seu novo papel. Ela aconselha que a mãe aceite seu bebê, como o bebê a faz sentir, aceite o que ele precisa e encontre prazer em dá-lo. Acima de tudo, que esteja aberta para mudanças que ocorrem em si própria e em sua vida. Afinal, esse novo relacionamento muda sua vida para sempre.

Quando ocorrem pela primeira vez, os desafios parecem se acentuar. A primeira gravidez costuma ser um período de preparo do casal para a transição de um relacionamento a dois para um em trio e também de transição para o papel de pais (Condon, 2010). É comum a mãe ter a sensação de que está perdendo o controle da sua vida (Darvill, Skirton & Farrand, 2008) e ficar ansiosa em relação à saúde do seu bebê. Sente-se inicialmente insegura e inadequada, mas aos poucos vai se adaptando ao novo papel de mãe, desenvolvendo gradualmente a autoconfiança (Herishanu-Gilutz, Shahar, Schattner, Kofman & Holcberg, 2009).

A maternidade é um período único da vida, uma oportunidade de a mãe

⁴ Seu livro “Os primeiros seis meses” é um dos raros livros, dirigido às mães, que discutem, do ponto de vista psicológico, como é para as mulheres tornarem-se mães, e os desafios que enfrentam, emocionalmente, na relação com o recém-nascido, com o marido, com a família e com a sociedade.

construir representações positivas de si mesma, de refletir e olhar para seus relacionamentos, desenvolver seu potencial criativo (Demecs, Fenwick & Gamble, 2011).

Em seus vários estudos sobre o “ser mãe”, Granato e Aiello-Vaisberg (2009), partindo do ponto de vista winnicottiano, investigam diversos aspectos da maternidade e os desafios inerentes a ela. Afirmam que essa experiência:

conduz a fronteiras de nossa existência, em que sentimentos que imaginávamos enterrados e esquecidos parecem voltar à vida, enquanto outros são experimentados pela primeira vez. Em pontos de passagem como esse, a mãe pode ser alçada em direção a uma maior autonomia ou dominada por ansiedades ancestrais. (Granato & Aiello-Vaisberg, 2009, p. 400)

Cada mãe tem uma postura e recursos pessoais para lidar com os sentimentos que surgem. Ela traz para a relação experiências, lembranças de situações que vivenciou e sua história como filha, bem como as brincadeiras, os conhecimentos e os costumes que tem (Winnicott, 1987). Cada uma desenvolve seu “jeito de ser mãe”.

Com base na teoria da Personalidade de Rogers (2003), compreendemos que a forma de a mãe ver o mundo, o outro e a si mesma, bem como sua forma única de perceber e apreender a realidade, irão moldar como ela lida com a nova situação, com seu bebê⁵. À medida que vai tendo experiências novas com ele, seu mundo experiencial vai mudando. Ela vai reagindo, como um todo organizado, de

⁵ Realidade, aqui, de acordo com a concepção que adotamos de Rogers (1951/2003), refere-se ao mundo particular das percepções do indivíduo, embora a realidade, num âmbito social, consista nas percepções que são sobremaneira comuns a vários indivíduos (p. 485).

forma a preservar e aprimorar-se - mesmo que este caminho seja acompanhado de dificuldades e de dores (noites maldormidas e dor nos seios, por exemplo). Tem atitudes de acordo com sua percepção do que está acontecendo, buscando satisfazer suas necessidades. Estas são acompanhadas de emoções que facilitam e realçam suas experiências.

Segundo Rogers & Rosenberg (1977), a cada momento as escolhas que a mãe faz são expressões da sua constante busca por autorrealização e são formas de ela se auto-orientar, mesmo que suas reações não pareçam maduras.

Pode ocorrer um desajuste psicológico quando experiências sensoriais significativas não são simbolizadas e há uma discrepância entre o *self* e a experiência. Isso leva a uma tensão psicológica (Rogers, 1951/2003).

Tomemos o exemplo de uma mãe que rejeita o filho. Ela acredita ser uma “boa mãe” (com base em simbolizações corretas e distorcidas de sua experiência e por ter valores de outros que introjetou como se fossem seus). O afeto positivo que sente é aceito, pois “combina” com seu conceito de “boa mãe”, mas as experiências de desgosto ou raiva são negadas: a experiência existe, mas não é permitida sua simbolização precisa (Rogers, 1951/2003). Ela sente uma necessidade orgânica de liberar a agressividade, aliviando a sua tensão. No entanto, permite apenas atitudes que condigam com seu autoconceito de “boa mãe”.

Sendo uma “boa mãe”, seria agressiva apenas se o filho se comportasse mal, se ela percebesse vários de seus comportamentos como maus e dignos de castigo. Mesmo que essas atitudes sejam desajustadas, refletem uma forma de ela se proteger e continuar com seu autoconceito. Quando ela é capaz de aceitar suas atitudes negativas, fica mais tranquila na relação com seu bebê e consegue vê-lo como ele é e aceitá-lo.

Rogers descreveu, em sua teoria de relacionamentos, como determinadas condições auxiliam no processo de ressignificação de experiências que foram distorcidas. Ser amado, aceito como é, favorece esse caminho. Isso ele observou inicialmente no seu trabalho como terapeuta, porém mais tarde percebeu que se trata de um fenômeno das relações humanas. Uma pessoa experimentar uma consideração positiva incondicional em relação a outra facilita o desenvolvimento sadio do outro.

É interessante frisar, inclusive, que a capacidade de experimentar um sentimento incondicional em relação ao outro existe à medida que há consideração positiva incondicional de alguém em relação a si próprio. É mais fácil para a mãe aceitar o bebê quando ela aceita a si mesma. Isso também facilita que ela seja congruente com o bebê e expresse seus sentimentos (positivos e negativos) de forma genuína. Quando isso ocorre, a mãe torna-se capaz de compreender a referência interna do seu bebê (Rogers & Kinget, 1975).

Quando mulheres estão muito vulneráveis, de acordo com Darvill et al. (2008), torna-se fundamental o apoio da família, da comunidade ou de um mentor para guiá-las a fim de que esse momento possa, de fato, lançá-las na direção de maior autonomia. Aching e Granato (2016) observaram, também, a importância de apoio médico, psicológico e social, concluindo que, mesmo em situações de vulnerabilidade, as mães são capazes de cuidar de seus filhos até esquecendo, provisoriamente, sua difícil situação.

Autores como Winnicott (1965/2011) também examinaram a relação mãe-bebê com especial atenção à empatia materna. Esse autor descreveu como “preocupação materna primária” o estado em que a mãe sabe o que é melhor para seu bebê, como ele se sente, de fato, a cada instante e fica submersa na

experiência dele. Winnicott (1987) usa o termo “mãe suficientemente boa” para descrever a ideia de que toda mãe, ao ter um bebê, torna-se naturalmente envolvida e preocupada com ele.

Nessa fase complexa, tão sensível e cheia de emoções, a música, e especificamente o canto, pode ter sua contribuição como recurso criativo de expressão dessas emoções (positivas e negativas), de comunicação com o bebê e de exploração e descoberta de sua maternidade.

O recurso de cantar está disponível a todas as mães. Mas ele tem sido utilizado?

Levantamentos dos hábitos de cantar para bebês - realizados no Brasil, Alemanha, Canadá, EUA e Reino Unido - apresentam estatísticas usando instrumentos de coleta e metodologias distintos. Em geral, relatam mães cantantes.

Num dos primeiros estudos desse tipo, Trehub (1999), no Canadá, constatou que todas as 67 mães entrevistadas cantavam para seus filhos. Mais recentemente, Ilari (2005) entrevistou mães canadenses com filhos de 7 a 9 meses e constatou que cantar é a principal atividade musical entre mãe e bebê, apesar das muitas mudanças que têm ocorrido no estilo de vida moderno.

A mesma autora, com outros dois colegas (Ilari et al., 2011), entrevistou 43 mães brasileiras de classe média com filhos entre 5 e 24 meses. Noventa por cento delas relataram que cantavam para o bebê (e metade afirmou que o pai, um irmão, outro parente ou a empregada também cantavam). Num levantamento semelhante em Curitiba e Ponta Grossa (Paraná), Filipak e Ilari (2005) entrevistaram 23 mães com filhos um pouco mais velhos (de 18 meses a 4 anos): 52% delas relataram ter cantado durante a gravidez e 43% cantavam para o bebê dormir.

No Reino Unido, Young (2008) foi para as praças da cidade e conversou com 88 mães que tinham filhos com menos de 2 anos de idade sobre sua experiência diária com a música. A partir de um questionário pré-elaborado com perguntas abertas e fechadas, a autora constatou que a maioria das mães (88%) canta e toca músicas para seu filho quando ele está agitado ou para alegrá-lo, e na hora de dormir tocam CDs. Percebeu que as mães usam uma grande variedade de recursos musicais e brinquedos eletrônicos.

Arabin e Jahn (2013), na Alemanha, distribuíram questionários em clínicas particulares durante 3 meses pedindo que as mulheres respondessem desde o trimestre final de sua gravidez (30 semanas) até o nascimento. Constataram que cantar era mais frequente (tanto antes quanto depois do parto) para as mães mais velhas (acima de 35 anos) com estudo universitário e com mais de um filho. Das 500 mulheres grávidas, 26% responderam que cantavam pelo menos uma vez por semana para o bebê.

Nos Estados Unidos, Custodero e Johnson-Green (2003) entrevistaram por telefone 2.250 mães (e alguns pais) de diferentes etnias, residentes em Nova Iorque, com filhos de 4 a 6 meses. Constataram que: 69% cantavam diariamente para seus filhos; 15%, mais de uma vez por semana; e 10%, uma vez ou menos por semana. Seis por cento afirmavam que não cantavam para seus filhos.

Como nas pesquisas não se costuma esclarecer o conceito de cantar, ficamos na dúvida se as mães, ao responderem às perguntas, estavam pensando na mesma atividade e se incluíam qualquer som musical emitido ou apenas canções tradicionais. Como não há especificação e geralmente as perguntas são pré-prontas, cada uma responde de acordo com sua visão.

Independentemente do significado que cantar tem para elas, qual será a razão de algumas mães dizerem que não cantam para o bebê? Na pesquisa de Ilari (2005), uma minoria das 100 mães canadenses *não* cantava para seus filhos e justificava-se dizendo que sentia uma falta de confiança na própria voz ou desconhecia músicas infantis (novamente aqui, será que ficou claro o que se entende por cantar?). Creighton (2011), observando mães australianas, apontou para essas mesmas razões e acrescenta a falta de tempo na vida corrida da mãe moderna. Em espaço público, como na UTI pediátrica, por exemplo, mães declararam sentirem-se envergonhadas e muito expostas e visíveis (Shoemark & Arnup, 2015).

A grande disponibilidade de gravações de músicas infantis e de brinquedos e decorações eletrônico-musicais pode facilmente contribuir para a substituição da voz cantada, diminuindo as oportunidades da interação musical ao vivo (Lehmann, Sloboda & Woody, 2007). Alguns autores acreditam que as gravações acabam estimulando as mães a cantarem junto, mas Filipak e Ilari (2005) acreditam que “cada vez mais a tecnologia tem afastado musicalmente os pais de seus filhos” (p. 95).

Há, também, um fator cultural que pode contribuir para o constrangimento de algumas mães. É comum, principalmente nas comunidades das Américas e da Europa, agrupar as pessoas que “cantam” e as que “não cantam”, devido à visão de que é apenas o especialista, aquele que faz uma *performance*, que sabe cantar, e os demais não. Antes de haver salas de concerto e do surgimento do músico profissional, cantar (e dançar) era visto como uma atividade para todos.

Hoje, com os concertos, as gravações e a profissionalização do músico, os “leigos” não se sentem capacitados para realizar música. Esse não é o caso dos

povos primitivos nem mesmo de algumas culturas da atualidade nas quais cantar é visto como algo natural, parte da vida de *todos*, continuamente (Ilari, Chen-Hafteck & Crawford, 2013).

No que concerne à atenção à saúde da mulher brasileira, constatamos a criação do Programa de Assistência integral à Saúde da Mulher (PAISM), em 1983, e do Programa de Humanização no Pré-natal e Nascimento (PHPN), em 2000, pelo Ministério da Saúde. Este último (o PHPN) enfatizava um acesso à cobertura e melhor qualidade de acompanhamento antes, durante e depois do parto, assistindo a gestante e o recém-nascido nos seus direitos (Serruya, Cecatti & Lago, 2004). São iniciativas louváveis e necessárias na busca pelo primor da saúde da mulher e do bebê.

Nesses documentos, bem como no Caderno de saúde da criança (2012) não foi encontrada referência alguma a cantar. O Caderno de saúde da criança sugere apenas ajudar a criança a dormir com o uso de uma música de suave melodia, história ou massagem. A falta de referência ao cantar materno, nesses cadernos, se dá por presumir-se que todas as mães naturalmente já cantam? Ou não se imagina que cantar faz parte da saúde da mulher ou do bebê? Ou, talvez, ainda não se conheça, no Brasil, o valor dessa atividade (para a saúde de ambos)?

No *website* da Sociedade Brasileira de Pediatria (2016), encontram-se duas referências e orientações sobre o cantar materno: nas instruções sobre a chupeta informando que alguns psicólogos discordam do seu uso, pois há muitas outras formas de acalmar o bebê, como carinho, colo, amamentar e cantar; e, em relação à segurança no trânsito, sugerem que o melhor a fazer com o bebê, no carro, é conversar, mostrando o que acontece nas ruas, e cantar.

Apesar de pesquisas acadêmicas e programas de saúde brasileiros fazerem pouca referência ao cantar materno, uma busca não acadêmica no Google aponta para um interesse e um conhecimento tácito dos internautas sobre o valor de a mãe cantar para o bebê.⁶

A atividade de cantar para bebês é uma área nova de estudo que floresceu no início dos anos 1990 e tem sido estudada principalmente por enfermeiros, musicoterapeutas, psicólogos, neurocientistas, antropólogos, parteiras e linguistas.

Uma busca no portal de periódicos da Capes usando as palavras “mother”, “singing” e “infants” revelou 90 artigos revisados por pares, dos quais 60 de fato endereçavam o tópico de mães cantando para bebês. O mais antigo deles é uma reportagem da Academia de Medicina na Irlanda, datada de 30 de dezembro de 1889, informando como Dr. Dixon, ao discorrer sobre música e medicina, contou de um menino de 4 anos que tinha sido curado de terror noturno por meio do canto de músicas folclóricas (Birkenhead Medical Society, 1899).

Um artigo de 1949 (Orlansky, 1949), do Departamento de Antropologia de Yale, apesar de não focar no cantar materno, refere-se à importância de mães cantarem para dar alívio e segurança ao bebê. Vinte anos depois, o estudo de Moss, Robson e Pedersen (1969) buscou associações entre a forma como as mães falavam sobre sua gravidez e o papel que desempenhavam como mães durante os primeiros 3 meses. Analisaram as diversas maneiras de as mães estimularem o bebê listando “cantar” como uma forma de conversar com ele. Esses três artigos

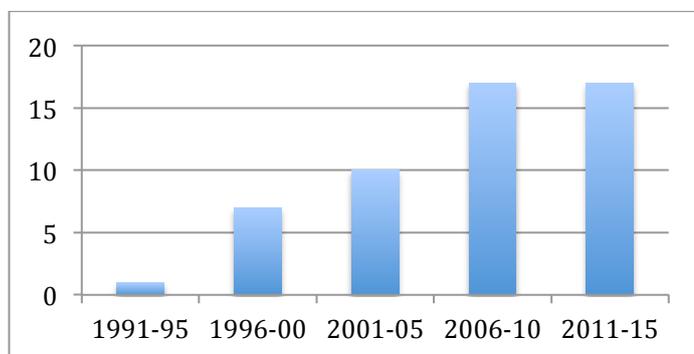
⁶ Alguns exemplos desses *websites* são: “Macetes de mãe” (descrevendo benefícios de cantar para o bebê durante a gravidez), “Baby center” (dando dicas de como não ter vergonha de cantar para o bebê), “Mãe coruja” (benefícios das músicas de ninar para o bebê) e “Guia do bebê” (como cantar na gravidez faz bem).

mais antigos, apesar de falarem sobre o cantar materno, não o tinham como foco principal.

Até o final dos anos 1990, não havia publicações constantes de artigos especificamente sobre o cantar materno. Esses vinham, na sua maioria, do Departamento de Psicologia da Universidade de Toronto, onde até hoje a psicóloga e professora emérita Dra. Sandra Trehub conduz pesquisas sobre cantar para bebês em laboratório do Centro de Estudos da Infância e da Criança. Desde então, o tema tem cativado a atenção de investigadores no mundo todo que publicam, conforme mostra a Figura 1, um número crescente de artigos.

Figura 1

Número de publicações sobre cantar materno para bebês nos últimos anos



Esses trabalhos refletem uma diversidade de interesses e enfoques. Pesquisadores investigam características musicais do cantar da mãe, seus impactos (efeitos e benefícios) sobre a mãe, o bebê e o relacionamento entre eles; o uso da voz cantada nas famílias, por musicoterapeutas e por educadores, examinando o cantar materno como veículo de comunicação, como fenômeno acústico ou atividade sociocultural.

As pesquisas empíricas têm, em sua maior parte, um enfoque experimental ou comportamental (Creighton, 2011) tanto num *setting* clínico, como o faz a Musicoterapia (Álvares, 2009), quanto nas pesquisas da Psicologia da Música (Bartlett & Sarnaker, 1994; Persson & Robson, 1995; Sloboda, 2005), e ocorrem em laboratórios, UTI neonatais e, alguns poucos, em *settings* naturais (Street, Young, Tafuri & Ilari, 2003).

Populações incluem mães saudáveis e/ou depressivas e bebês saudáveis e internados em hospital, desde recém-nascidos até 4 anos de idade. Em geral, reconhecem e estudam a comunicação, expressão ou envolvimento emocional da mãe e/ou do bebê na interação musical, mas atentam-se para as mudanças objetivas, mensuráveis (virada da cabeça, desvio de olhar, choro, medidas fisiológicas), elementos musicais e acústicos da voz, além das mensagens transmitidas pelas melodias⁷.

Pesquisas sobre o cantar materno não somente são realizadas em países espalhados pelo mundo⁸, como são, em grande parte, interdisciplinares (Creighton, 2011, Edwards, 2011, Milligan, Atkinson, Trehub, Benoit & Poulton, 2003, Woodhouse, 2010). Psicólogos trabalham com músicos, enfermeiros com

⁷ Exemplos dessas pesquisas são: usar o procedimento de rosto-imóvel (“still-face procedure”, em que a mãe fica de repente imóvel por 15 segundos), comparando a eficácia de mães de bebês com 10 meses, para acalmá-lo falando ou cantando (Ghazban, 2013); tocar para bebês de 6 meses, clips da mãe cantando e falando para analisar as respostas deles (Nakata & Trehub, 2004); analisar a interação vocal entre mães e seus bebês de 3 meses, no seu aspecto tonal e temporal (Puyvelde et al., 2010).

⁸ Alemanha, Austrália, Bélgica, Brasil, Canadá, Estados Unidos, Finlândia, França, Holanda, Irlanda, Islândia, Israel, Itália, Japão, Noruega, Reino Unido, Suécia, Tasmânia, para citar alguns.

musicoterapeutas, médicos com músicos, fonoaudiólogos e psicólogos, alguns com formação em mais de uma área de conhecimento, buscando, juntos, uma compreensão mais apurada dessa atividade humana. Isso evidencia a natureza complexa do cantar, já apontada anteriormente, e uma disposição de estudá-lo em colaboração. É comum, outrossim, pesquisadores dessa área terem mais de uma formação⁹.

No Brasil, uma busca na base de dados Scielo, usando mother/child/singing e mãe/bebê/música, apontou para apenas uma publicação (Mello, Maia & Andrada e Silva, 2009), do Departamento de Fonoaudiologia da PUC-SP, que analisa o relacionamento mãe-bebê num estudo de caso usando a voz cantada da mãe como meio terapêutico. Algumas dissertações e teses sobre o tema foram encontradas em outras buscas mais amplas (Machado, 2012; Stahlschmidt, 2002; Veiga, 2009) e representam um interesse ainda tímido pelo tema espalhado pelo País (em universidades nas cidades de São Paulo, Brasília e Porto Alegre).

Profissionais de diferentes áreas que endereçam o tema usam uma variedade de terminologias, visto não haver ainda uma “psicologia do cantar” estabelecida (Brisola & Cury, 2015). Isso dificulta o traçado dos aspectos psicológicos envolvidos.¹⁰

⁹ A própria pesquisadora tem formação em psicologia, diplomas de cursos de piano e canto e décadas de experiência cantando e ensinando canto. Mantém contatos regulares com profissionais tanto da música quanto da fonoaudiologia.

¹⁰ Outros aspectos que tornam a sua pesquisa um desafio são: o fato de fazer parte do dia a dia, num ambiente informal (como é o lar), envolver muitos aspectos da pessoa (físico, psíquico, social, espiritual e cultural) e envolver duas pessoas, pressupondo a interação entre elas.

O presente trabalho, por estar inserido na área da psicologia (e não na área da música), não pretende se aprofundar no conhecimento da música em si, da acústica, das qualidades e características do som que as mães emitem ao cantarem para o seu bebê, mas intenta apresentar conhecimento relevante, para a psicologia, a respeito da mãe e do bebê e do seu relacionamento quando mediado pelo cantar.

Estudiosos afirmam, unanimemente, que cantar para bebês é uma atividade que ocorre em todas as culturas e em todos os tempos (Milligan et al., 2003; Nakata & Trehub, 2004). É intuitivo as mães cantarem, algo inerente à maternidade (Ilari et al., 2013; Custodero, Britto & Brooks-Gunn, 2003).

Quem cuida de um bebê logo reconhece quais sons são mais atrativos para ele: trata-se de sons melódiosos e/ou brincalhões (Edwards, 2011), o chamado *canto dirigido ao bebê* (Bryant & Barrett, 2007), *baby talk* ou *motherese*. É descrito como uma forma de a mãe responder ao comportamento do filho, o qual “dirige”/guia o contorno da sua canção (Friedman, Kaplan, Rosenthal & Console, 2010).

A mãe detecta muito bem a qualidade do som e expressão do bebê (qual mãe não distingue os diferentes choros do seu bebê?), e este, por sua vez, dá dicas do humor e de suas necessidades.

As mães interagem de acordo com as experiências de vida, história única de relacionamentos e vínculos que cada uma desenvolveu (Milligan et al., 2003). A sua forma singular de cantar é influenciada por seu cenário étnico, seu conhecimento de canções e seu grau de confiança ao cantar (Ilari, 2002).

As mães mudam seu modo de cantar à medida que interagem com seu bebê, e o fazem para acompanhá-lo (Volkova, Trehub & Schellenberg, 2006). Sua sensibilidade e afeto são transmitidos pelo som da voz, por expressões faciais, pelas mãos, movimentos do corpo e seu toque (Vlismas, Malloch & Burnham, 2013). Elas

costumam repetir canções e são constantes no som que produzem para o bebê nas diferentes situações (Edwards, 2011)¹¹.

A musicoterapeuta norte-americana de l'Etoile (2012) estudou 32 bebês (de 3 a 9 meses) de mães com e sem sintomas depressivos (16 de cada), e relatou que cantar realçava a comunicação entre o bebê e a mãe - mesmo quando ela apresentava sintomas depressivos. De l'Etoile & Leider (2011) observaram que quando passavam por uma fase com sintomas depressivos cantavam com menos sensibilidade e expressão emocional.

As musicoterapeutas australianas Baker e Mackinlay (2005, 2006) acreditam que não apenas a melodia, mas inclusive a letra das canções pode servir de veículo de expressão dos sentimentos das mães (tanto positivos quanto negativos), refletindo carinho e/ou frustrações e os temas sociais de seu interesse. Colocar em palavras (e sons) os seus sentimentos pode ser um passo significativo “em direção a um sentido novo”, um “movimento existencial” (Amatuzzi, 2010, p. 27).

A psicóloga Stahlschmidt (2002) desenvolveu sua pesquisa de doutorado a partir de atividades musicais com bebês de 0 a 2 anos e seus cuidadores, observando 195 díades e entrevistando oito mães/cuidadores. Usou a análise de discurso tendo como ponto de partida a psicanálise, a psicologia do desenvolvimento e a educação musical. Investigou as funções da música e da musicalidade da voz materna na construção do vínculo mãe-bebê e suas implicações para a constituição do bebê como sujeito.

¹¹ Bergeson & Trehub (2007), por exemplo, gravaram mães cantando para bebês de 4 a 7 meses; voltaram depois de 2 semanas e observaram que cantavam com tom e ritmo exatamente iguais.

Stahlschmidt percebeu como os momentos de interação musical vocal eram importantes para as mães, trazendo algo a mais do que a fala. As mães diziam que, ao cantarem durante as atividades diárias, a música tornava-se companheira, uma “trilha sonora” da vida, conforme descreveu uma das participantes; traduzia em sons as experiências significativas que tinha com o bebê.

Cantar para o bebê tem efeitos físicos e emocionais na mãe: relaxa, entretém, reduz o estresse, alivia tensões e anima à medida que aumenta a autoestima e a confiança em sua capacidade de ser boa mãe (Wade, Black & Ward-Smith, 2005). Por conseguinte, cantar parece auxiliar no seu ajuste à maternidade. Ajuda a lidar com os inúmeros desafios, com as demandas e com as adversidades; é um auxílio, especialmente para acalmar um bebê desassossegado. Além de ajudar no cuidado com o bebê (acalmado-o ou chamando-lhe a atenção), cantar facilita lidar com as dificuldades de uma forma mais descontraída (Baker & Mackinlay, 2005).

Existe também o interesse pela pesquisa do cantar materno na gravidez. A preocupação com problemas emocionais e comportamentais que observou em filhos levou um grupo de pesquisadores multidisciplinares a desenvolver um programa para grávidas saudáveis na Irlanda (Carolan et al., 2012a/2012b)¹². Para explorarem os impactos de cantar na gravidez, ensinaram três canções de ninar para seis mulheres em final de gravidez; depois de 3 meses do parto, entrevistaram-nas.

Uma análise temática de conteúdo revelou que participar do programa tinha sido uma experiência de articulação de emoção profunda (além das palavras) que propiciava o prazer de uma bela música com efeitos positivos (um bálsamo para sua alma) e era facilitadora do desenvolvimento infantil. Além disso, quatro temas

¹² O grupo hipotetizou que cantar poderia ter um efeito sobre a saúde emocional da mãe e do bebê.

descreviam os benefícios de cantar durante e após a gravidez: durante a gravidez, era uma oportunidade de a mãe fazer contato com família e amigos, bem como uma forma de se comunicar com o filho na barriga; depois do nascimento, cantar era um recurso para relaxar e um instrumento útil para a mãe se sentir próximo do bebê. Apesar de ser um trabalho criterioso, assim como em outros estudos similares, há uma preocupação de avaliar o programa musical e de confirmar sua eficácia.

O significado que o cantar tem para as próprias mães é uma questão ainda pouco explorada. Foi encontrado um estudo fenomenológico (que vai em busca de significados) apenas na área da música: a tese de Ph.D. da musicista norueguesa Bonnár (2014). Ela investigou a experiência vivida de 20 casais noruegueses a fim de compreender (a partir da música e interessada na saúde) a experiência deles de cantar canções de ninar.¹³

A autora usou, para tanto, um método fenomenológico baseado numa modificação do método de Giorgi e retratou três níveis de significado: *nutrindo*, *construindo* e *aperfeiçoando*. Descreveu que cantar canções de ninar: (a) nutre o relacionamento dos pais com os filhos por meio do estabelecimento de um clima calmo, positivo, em que podem explorar seu relacionamento, comunicar e passar tempo livre valioso juntos; (b) constrói um ritual, ensina cultura, identidade e habilidades por meio do uso da imaginação, criatividade e do conteúdo simbólico das canções; e (c) é uma forma de os pais aperfeiçoarem estratégias, estilos e técnicas para lidarem com os filhos, desenvolvendo sua musicalidade e formando rituais e parcerias com eles.

¹³ Conversou com mães e pais de 32 a 60 anos, a maioria com filhos com idade de 1 a 6 anos.

Bonnár conclui que adormecer o filho com uma canção envolve carinho, calma, comunicação, contato, segurança, cocriação e intimidade (*human depth*) que se manifestam pelo cantar “suficientemente bom” dos pais; ajuda a estabelecer uma rotina dando aos pais uma sensação de controle, independentemente de seu talento musical. Além disso, destacou que cantar na hora de dormir pode servir para “despertar” os pais, no sentido de possibilitar um contato com “camadas emocionais” de sua própria infância (Bonnár, 2015, p. 327).

Mesmo sendo um estudo fenomenológico valioso, extenso e meticuloso, está inserido no campo da música e não fornece, por conseguinte, um aprofundamento psicológico do tema (apesar de usar um linguajar psicológico). Além disso, Bonnár aproxima-se dos pais com perguntas bem específicas que direcionam seus resultados. Ela procura listar e descrever as diferenças e individualidades dos pais. Não se preocupa com o que há de comum na experiência dos participantes ao cantarem para seus filhos.

As pesquisas que enfocam o relacionamento entre a mãe e o bebê comumente se referem às teorias psicanalíticas de Donald Winnicott e John Bowlby. A teoria de apego, de Bowlby (1997), coloca ênfase na base biológica do apego, na sensibilidade materna e na capacidade de o bebê reconhecer a presença (ou não) emocional da mãe (Baker & Mackinlay, 2006; Reyna & Pickler, 2009). Acontecimentos frequentes vão moldando o desenvolvimento (ou não) de um apego saudável.

Winnicott (1987) acreditava, a princípio, que as mães se encontram identificadas com o bebê de forma que naturalmente sabem o que é melhor para ele. Ela se adapta às necessidades dele de forma empática, segurando-o, respirando junto com ele, embalando, brincando e - conforme acrescenta O’Gorman (2006) -

cantando. Winnicott (1987) atentou para a importância do vínculo mãe-bebê como fundamental para a saúde mental do bebê e para a riqueza de seu caráter e personalidade.

Com o passar dos meses, o relacionamento entre a mãe e o bebê se desenvolve enquanto ambos se comunicam e se expressam por meio de gestos, sons e melodias. Seu relacionamento é naturalmente musical (Edwards, 2011). E música comunica afeto, que é ingrediente essencial na construção de um vínculo (Carolan et al., 2012b; de l'Etoile, 2006; Edwards, 2011; O'Gorman, 2006; Vlismas et al., 2013). A mãe cantar para o bebê facilita uma aproximação entre eles e gera uma interação significativa. A sua voz torna-se um “prelúdio” para todos os relacionamentos que irá ter (Stahdlschmidt, 2015).

Segundo as psicólogas francesas Delavenne, Gratier e Devouche (2013) e a psicóloga brasileira Machado (2012), a interação musical mãe-bebê é uma das primeiras expressões culturais das quais o bebê participa. Essas “experiências musicais traduzem elementos da nossa cultura, daquilo que fomos, somos e seremos” (Ilari, 2006, p. 295). São uma oportunidade de a mãe resgatar suas tradições, relembrar sua infância, revisitar o relacionamento que teve com a própria mãe, rever canções que conheceu (Stahdlschmidt, 2002) e compartilhar com seu bebê sua história e cultura.

A pesquisadora e educadora musical Custodero (2006) aponta que cada família tem seus rituais e rotinas musicais. Interessada pela natureza do cantar na vida em família, Custodero selecionou 10 famílias (com crianças até 3 anos) para participarem de uma investigação. Gravou entrevistas sobre seus hábitos de cantar e retornou 1 a 6 semanas depois para novo contato e para recolher os diários que os pais haviam mantido durante esse tempo.

Usando os passos de interpretação de Denzin (1989), “desconstruíram o fenômeno de cantar” (p. 40) e depois o captaram por meio das histórias contadas pelos pais nas entrevistas e nos diários. Fez isso codificando categorias da atividade de cantar e construindo seus significados e funções. Escreveu narrativas individuais para cada família selecionando três delas que representassem a variedade de conteúdo e contexto das famílias.

Os três temas que emergiram foram: 1. Rotina (o papel do cantar em torno das atividades diárias); 2. Tradição (cantar faz uma ligação com o passado e com tradições da família, formando e mantendo uma história familiar); e 3. Brincadeira (pais cantam músicas conhecidas, adaptam canções, inventam músicas, brincando e enfocando a experiência imediata). Os pais ficaram surpresos com a quantidade de interações musicais iniciada pelas próprias crianças. Disseram que a música tornava o dia a dia especial, criava uma parceria entre os pais e os filhos e era usada, por exemplo, como um recurso para disciplinar os filhos de forma criativa.

Cantar vem sendo reconhecido como fundamental para o desenvolvimento sadio do bebê (Creighton, 2011; Friedman et al., 2010; O'Callaghan, 2008; Reyna & Pickler, 2009; Trehub, 2003) tanto no aspecto físico quanto emocional e social. Young, Street e Davies (2007) afirmam que cantar, fazer rimas, brincar com jogos musicais e ouvir música ao criar os filhos desde o nascimento até seus primeiros anos de infância é potencialmente benéfico para seu desenvolvimento social, emocional e cognitivo. O cantar materno influi no humor do bebê, facilitando sua alimentação, seu sono, sua aprendizagem (Trehub, 2003) e o desenvolvimento da fala, motor e cognitivo (Filipack & Ilari, 2005).

A partir de 20 semanas de gestação, o feto humano já percebe os sons ao seu redor (Parncutt, 2009), principalmente os sons do corpo da mãe: circulação,

digestão, vocalizações e movimentos. É capaz de reconhecer rapidamente sons, especialmente os da mãe (Shoemark, 2011). Enquanto está no ambiente intrauterino, os sentimentos da mãe (de alegria, prazer, ansiedade e angústia, por exemplo) refletem no seu sistema endócrino, que tem uma interface com a corrente sanguínea do feto:

Dentro do ambiente uterino que nutre, sustenta, apoia e induz crescimento, os ritmos e os sons ao seu redor fornecem um meio de proteção, previsibilidade e sustento. É provável que ele capte esses sons e ritmos como representantes de conforto, segurança e sobrevivência. (Brisola, 2000, p. 22)

Ao nascer, o bebê logo reconhece a voz da mãe (Weiss et al., 2012), percebe as diferenças entre as vozes ao seu redor e demonstra suas preferências (Dissanayake, 2008; Vouloumanos & Werker, 2007; Welch, 2005), inclusive um interesse maior pelo canto do que pela fala da mãe (Nakata & Trehub, 2004).

Ao ouvir a mãe cantar, o bebê presta atenção aos elementos emocionais da voz (na música), percebe as mudanças e reações da mãe e aprende a antecipá-las (Reyna & Pickler, 2009). Ouvir a mãe cantar ameniza a ansiedade de separação e promove familiaridade com uma rotina diária (Custodero et al., 2003), ajudando tanto na sua situação imediata (como aumentar prazer, diminuir desconforto, promover sono) quanto no desenvolvimento subsequente de suas habilidades de autorregulação e sociais (Trehub, Ghazban e Corbeil, 2015).

O bebê não entende o significado das palavras, mas ouve a entonação delas, fica atento às intenções emocionais (Arabin & Jahn, 2013; Conrad, Walsh, Allen & Tsang, 2011) e percebe quando há carinho na voz da mãe. “Mesmo que o bebê não entenda . . . o que exatamente quer dizer a letra da canção, ele já está pronto para compreender as mensagens afetivas implícitas na voz e no gestual daquele que

canta” (Ilari, 2006, p. 296). Conforme elucidam Nakata e Trehub (2004), para os bebês que não têm acesso aos meios convencionais de comunicação a voz materna transmite informação afetiva “por intermédio da prosódia e de canais paralinguísticos” (p. 461).

A capacidade do bebê de processar música é sofisticada a ponto de ele perceber a diferença entre a voz ao vivo e uma gravação da mãe (Standley, 2012); ele já distingue elementos de ritmo, altura e melodia e cresce aprendendo sobre o mundo por meio desse conhecimento; está atento à coerência (ou falta dela) entre o que percebe (vê) a mãe fazer e o que experiencia (sente) (O’Gorman, 2006).

Stahdlschmidt (2002) constatou que a música é um elemento fundamental, estruturante e preventivo na tenra idade, e a voz da mãe é “traço fundamental para a estruturação psíquica do bebê, alicerce indispensável para que a constituição do sujeito possa se dar e que a criança venha, no futuro, a se fazer portadora de uma palavra própria, apresentando-se como sujeito do desejo” (Stahdlschmidt, 2002, p. 228).

O impacto da voz materna no bebê tem chamado a atenção de profissionais em UTIs neonatais, pois, sendo necessária a separação física de mãe/pai e bebê, torna-se um desafio desenvolver um vínculo seguro (Loewy, 2011). Nessas circunstâncias, é possível cantar mesmo quando outras formas de interação não estão disponíveis (Shoemark, 2013).

Pesquisas nesse ambiente concentram-se nos benefícios visíveis do cantar para o bebê, relatando ganho de peso, menor duração da internação, maior nível de saturação de oxigênio, aumento de peso, diminuição de batimento cardíaco e sono mais profundo (Blumenfeld & Eisenfeld, 2006; Cevasco, 2008; Garunkstiene, Buinauskiene, Uloziene e Markuniene, 2014; Gilad & Arnon, 2010; Haslbeck, 2012;

O’Gorman, 2006).

Nem sempre os estudos quantitativos encontram diferenças fisiológicas significativas resultantes do cantar materno, no entanto enfermeiras e mães percebem mudanças significativas. É o que ocorreu nas pesquisas de Blumenfeld & Eisenfeld (2006) e de Pedro, Santos e Pereira (2016), por exemplo, em que mães disseram que iriam continuar cantando para os bebês, pois percebiam que isso os acalmava muito. As enfermeiras aprovaram as mães cantando na UTI e passaram a acreditar nos efeitos paliativos da música no seu ambiente de trabalho. A enfermeira mais experiente da UTI neonatal disse que passara a cantar para os bebês, especialmente nos casos mais complicados.

Segundo Nocker-Ribauspierre (2004), cantar na UTI pode ajudar o bebê a “construir uma ponte” entre a vida intrauterina e extrauterina, entre a vida na UTI e a vida no lar.

A musicoterapeuta O’Gorman (2006), refletindo sobre a situação do bebê quando este estava internado em UTI neonatal, afirma que a mãe, quando canta para seu bebê hospitalizado:

tem oportunidade de interagir com ele de forma sensível à situação de saúde comprometida dele, possibilitando que ela vá ao encontro das necessidades e expectativas do bebê. Essa intervenção valoriza e promove a habilidade da mãe de empatizar com o bebê. Possibilita seu engajamento usando o cantar como forma de facilitar uma interação sensível e recíproca. (p. 281, tradução nossa)

Sobre esta pesquisa

Pesquisas sobre o cantar materno, quando se dirigem aos aspectos psicológicos da mãe que canta, preocupam-se em explicar como e por que cantar facilita a comunicação emocional. Avaliam essa atividade investigando seus efeitos e benefícios (visíveis), muitas vezes em ambientes não naturais. Existe uma carência de uma compreensão aprofundada sobre como é, para essas mães, a experiência subjetiva de cantar para seu bebê. “A forma como a mãe experiencia relaciona-se com e banha de significados esse momento social e musical de cantar para sua criança permanece silenciosa e escondida do discurso popular e acadêmico” (Mackinlay, 2009, p. 717, tradução nossa).

Nesse aspecto, o presente estudo fenomenológico procura trazer sua contribuição voltando-se para as *mães* e explorando as suas experiências subjetivas a fim de desvendá-las, descrevê-las e compreendê-las em busca de elementos significativos. É um projeto contemporâneo, visto que o estudo científico do cantar é um fenômeno relativamente moderno (Welch & Sundberg, 2002) e um campo aberto que vem sendo explorado cada vez mais em virtude de seus benefícios e suas diversas vantagens.¹⁴

¹⁴ Vantagens como, por exemplo, ser gratuito, não necessitar de aparelhagens, de tecnologia nem de local específico; não ter restrição de idade, status nem nível socioeconômico. É necessário apenas a vontade de cantar e algum esforço físico.

A PAUTA

- bases teóricas -

Este estudo fenomenológico foi desenvolvido como pesquisa qualitativa de tipo exploratória. Nessa perspectiva, a pesquisa consiste em um processo de descoberta da natureza do fenômeno em si e de explicitação de seus significados por meio do envolvimento ativo do pesquisador como instrumento da investigação (Brisola & Cury, 2016), requerendo dele um processo subjetivo de reflexão, exploração, exame e elucidação, ligando-se e relacionando-se com o fenômeno na busca por um padrão e por significado (Moustakas, 1990b). Trata-se de compreender os elementos invariantes de experiências cotidianas da vida. Isso é possível por meio do estudo das instâncias em que a experiência é vivida e acessível.

A base teórica deste trabalho é humanista. Mais especificamente, baseia-se nas ideias e obras do psicólogo norte-americano Carl R. Rogers, fundador da Abordagem Centrada na Pessoa.

Do ponto de vista metodológico, esta pesquisa fenomenológica baseia-se nas ideias do filósofo alemão Edmund Husserl.

A pesquisadora interagiu com as participantes por meio de encontros dialógicos realizados individualmente com cada uma delas. O processo de análise iniciou-se com a elaboração de narrativas compreensivas, escritas após cada encontro. Posteriormente, foi construída uma narrativa-síntese e uma síntese criativa.

Referencial teórico Humanista

O referencial teórico humanista é caracterizado por uma visão do homem como um ser que se define a partir dos relacionamentos vividos com pessoas que lhe são significativas afetivamente, e o desenvolvimento psicológico, por sua vez, se caracteriza como uma tendência inata que o impele a tornar-se mais autônomo e a fazer escolhas a partir de um referencial interno gerado pela simbolização de suas experiências intersubjetivas.

Do contexto do movimento humanista desenvolvido principalmente ao longo das décadas de 40 e 50 do século XX nos Estados Unidos, a pesquisadora tem especial afinidade com a Abordagem Centrada na Pessoa, que vem sendo construída a partir de 1935 pelo psicólogo norte-americano Carl R. Rogers (1902-1987) e colaboradores.

Wood (2008) descreve essa abordagem como um “jeito de ser” consistindo em: uma confiança em uma “tendência direcional formativa”¹⁵; um desejo de agir construtivamente; uma intenção de ser eficaz em seus objetivos; ter compaixão pelo indivíduo e respeito pela sua autonomia e dignidade; uma flexibilidade de pensamento e ação; uma abertura a novas descobertas; uma habilidade para se concentrar intensamente e apreender claramente o surgimento, parte por parte, da realidade assim como o holístico; uma tolerância para com a incerteza ou ambiguidade e um senso de humor, humildade e curiosidade.

Esse “jeito-de-ser” considera o ser humano como um todo, em movimento

¹⁵ Sobre a tendência direcional formativa, Rogers (1978) diz: “[...] a vida não é um processo passivo, mas ativo. Quer o estímulo provenha de dentro ou de fora, quer o ambiente seja favorável ou desfavorável, os comportamentos de um organismo serão dirigidos no sentido de ele manter-se, crescer e reproduzir-se” (p. 226).

(Amatuzzi, 2012), numa relação em que se priorizam atitudes de aceitação positiva incondicional, congruência e empatia. Essas atitudes, este “jeito de ser”, nortearam o relacionamento da pesquisadora com as participantes desta pesquisa, facilitando a autorrevelação e reconhecimento de sentimentos e percepções (Perches & Cury, 2013).

Segundo Rogers (1980), dadas essas condições, numa relação de ajuda psicológica entre terapeuta e cliente, pais e filhos, professores e alunos, podem acontecer “coisas incríveis”, pois ao serem ouvidas e compreendidas, as pessoas sentem-se livres para serem elas mesmas, para confirmarem e respeitarem elementos de sua própria individualidade. Isso permite uma abertura e prontidão para se engajarem em novas experiências.

Clark Moustakas (1923-2012), psicólogo que contribuiu para o surgimento da psicologia humanista ao lado de Carl Rogers e Abraham Maslow, ressalta que os relacionamentos devem ser de tal forma, que as pessoas possam livremente afirmar, expressar, atualizar e experienciar sua singularidade. Isso é possível quando percebem que são importantes para alguém, respeitadas e aceitas em sua individualidade (Moustakas, 1977).

Os artigos seminais de Rogers foram escritos a partir de sua prática como psicoterapeuta, professor e facilitador de grupos. Baseou-se nessa prática para construir hipóteses teóricas e engajou-se em pesquisas científicas rigorosas procurando colocá-las à prova. Sua teoria sobre a terapia e as relações humanas inspirou mudanças no âmbito da psicoterapia, do aconselhamento, da educação, da família e de trabalhos com grupos. Descreveu atitudes primordiais do psicoterapeuta que facilitam o processo de atualização da experiência do cliente, atitudes essas que são interconectadas. A empatia só se efetiva quando se aceita e valoriza o outro, e

essas duas atitudes não se concretizam se não estiverem pautadas pela autenticidade ou congruência do psicoterapeuta na relação interpessoal de ajuda psicológica (Rogers, 1967/1976).

No capítulo em que descreve a teoria sobre a Personalidade, Rogers descreve:

A criança descobre que o afeto que lhe demonstram é fonte de satisfação para ela. Aprende, assim, a experimentar uma necessidade de afeição. Ora, para saber se esta necessidade pode vir a obter a satisfação que deseja, é preciso que a criança observe, por exemplo, a expressão do rosto de sua mãe, seus gestos e outros sinais, até certo ponto, ambíguos. Baseando-se nestes sinais faz, pouco a pouco, uma imagem da maneira pela qual sua mãe expressa (ou retém) afeto. Cada nova experiência tende a modificar esta imagem num sentido positivo ou negativo . . . Considerando-se que a criança atribui geralmente, uma importância primordial à aprovação de sua mãe, acaba por ser guiada, não pelo caráter agradável ou desagradável de suas experiências e comportamentos (isto é, não por sua significação em relação à sua tendência atualizante), mas pela promessa de afeição que elas encerram . . . a aprovação (ou a desaprovação), o desejo (ou a repulsa) que experimenta com relação a experiências particulares tende a abranger o conjunto de sua experiência. Em consequência, tende a atribuir um valor positivo a certos comportamentos que, no nível “organísmico”, não sente como verdadeiramente positivos . . . sua função de avaliação torna-se condicional . . . revela-se, então, incapaz de adotar em face de si mesma e de suas experiências, uma atitude afirmativa que independa das condições externas. (Rogers & Kinget, 1975, p. 200)

Assim, as experiências que representam uma ameaça psicológica ao *self* são impedidas de atingir a simbolização, mas são potencialmente simbolizáveis, em ambiente relacional favorável. Outras experiências, por não serem relevantes para o organismo como um todo, permanecem no nível sensorial e nem chegam a ser simbolizadas. Todas as experiências em relação às quais a pessoa pode dar-se conta, inclusive as já vivenciadas, são potencialmente acessíveis a novas simbolizações (Rogers e Kinget, 1975).

A respeito das relações familiares, Rogers realça a importância de os pais experimentarem um sentimento de consideração positiva incondicional pelos filhos. Isso facilita que eles tenham uma avaliação incondicional, que sua experiência seja guiada por um “processo de avaliação organísmica” e que tenham um funcionamento mais adequado (Rogers & Kinget, 1975). Também ressalta a importância de os pais terem uma aceitação incondicional em relação a si mesmos.

A atitude do psicólogo humanista foi criticada por confundir-se com uma atitude de “esquecer-se de si mesmo para se colocar no lugar do outro”, mas, na realidade, requer a coragem de “ser quem você é, de aceitar-se; requer estar atento ao outro, mas mais atento aos sentimentos que o outro provoca em si. O psicossociólogo e psicanalista francês Max Pagès, ao entrar em contato com o trabalho de Rogers, observou que a originalidade da proposta rogeriana estava justamente em certos paradoxos, como, por exemplo, está descrito acima, de que a atenção de uma pessoa ao outro é, na realidade, uma atenção e aceitação incondicional de si.

Pagès afirmou que “só se pode nutrir sentimentos não ambivalentes (incondicionalmente *positivos*) para com outrem à medida que a própria pessoa for capaz de valorizar-se incondicionalmente. Ao mesmo tempo, ‘valorizar-se a si

mesmo incondicionalmente' leva a valorizar outras pessoas" (p. 98). Ele deixa claro a importância de se perceber a si e ao outro como "dois seres que vinculam-se a partir da condição de serem separados" (p. 100), esclarecendo que o conceito de empatia também envolve essa consciência de individualidade, de não-ser-o-outro.

Rogers preocupava-se também com questões relativas à ciência, ao conhecimento, à natureza humana; temas como a subjetividade, valores e verdade. Dedicou-se à investigação científica e buscou métodos que respeitassem e valorizassem tanto a presença do pesquisador quanto a dos participantes. Em debate com Skinner, afirmou:

Um dos esforços da ciência é alcançar um corpo de verdades absoluto; no entanto, a busca pela ciência é algo muito pessoal, governado por decisões subjetivas . . . que determinam muitas coisas: o que estudamos; os métodos que usamos; e o tipo de significado que alcançamos por meio dele. Quando um conjunto considerável de pessoas chega a significados semelhantes, a partir de experiências semelhantes, dizemos: "esse parece ser um fato científico bem verificado". Mas ainda assim apoia-se sobre base subjetiva. (Kirschenbaum & Henderson, 1989, p. 111, tradução nossa)

Pagès (1976) descreve a postura de Rogers: "como homem da ciência, ele o é de maneira diferente da do homem de ciência clássico que se esforça por separar completamente o domínio dos sentimentos, que é o do homem privado, do domínio da ciência" (p. 96). A solução, para Rogers, estava em manter-se inteiro e assumir-se como pessoa com seus sentimentos, valores e conhecimentos. Se, como cientista, estiver aberto à sua experiência "e puder permitir a todas as sensações do meu complexo organismo se tornarem disponíveis à minha consciência, então, muito possivelmente, usarei o meu *self*, a minha experiência subjetiva e o meu

conhecimento científico, de modo realisticamente construtivo” (Rogers, 1955/1995, p. 154).

Rogers atuou como psicoterapeuta e pesquisador de um modo fenomenológico, procurando compreender profundamente a experiência a partir de uma aproximação pessoal com o fenômeno. Esse fato o fez caminhar à frente de sua época e, num certo sentido, contribuiu para que fosse incompreendido por seus pares que se orgulhavam de trilhar uma metodologia científica rigorosamente apoiada nos pilares das ciências naturais (Rogers & Dymond, 1954). Acreditava que a psicologia, para se consolidar como ciência dotada de criatividade, deveria mergulhar na exploração dos significados pessoais, subjetivos e emocionais, de forma a compreender, fenomenologicamente, o mundo humano (Rogers, 1973).

Base Fenomenológica

A pesquisa fenomenológica não “instrumentaliza” o profissional, mas qualifica-o para uma melhor atuação, com a possibilidade de uma compreensão mais ampla. (Amatuzzi, 2009, p. 98)

Esta pesquisa manteve um olhar fenomenológico ao longo de todo o seu processo. Preocupou-se, portanto, com significados e contexto, com como as pessoas significam o mundo e como experienciam acontecimentos (Willig, 2013). A base da pesquisa é, portanto, a experiência pessoal e, conforme descrito pelo psicólogo pesquisador norte-americano Larry Davidson, tem como objetivo a descrição e compreensão das experiências subjetivas das pessoas, da forma como se desenrolam iminentemente ao longo do tempo à medida que se relacionam umas com as outras por meio de interações significativas (Davidson, 2003). Não se preocupa, portanto, com relações de causalidade.

A investigação fenomenológica procura atentar-se à maneira como o fenômeno ocorre num contexto concreto e específico, a fim de revelar seus atributos essenciais (Holloway & Todres, 2003). Para isso, o investigador deve “mergulhar” abaixo da superfície e encontrar significados mais profundos e intencionais que estão nascendo, inicialmente na relação sujeito-fenômeno, mas, também, na pesquisa, por meio da relação intersubjetiva pesquisador-participante (Dahlberg, 2006).

Destacam-se aqui três conceitos que representam aspectos primordiais para o processo de análise nesse tipo de pesquisa: *significado*, *profundidade* e *intersubjetividade*, pois para se chegar ao que é essencial, ou seja, aos significados imanentes da experiência humana, é necessário aprofundar-se na compreensão dos significados das experiências cotidianas a partir da intersubjetividade.

A pesquisa fenomenológica procura fazer isso investigando a experiência¹⁶ das pessoas tal qual vivida por elas no seu dia a dia. Não pergunta diretamente: “Qual o sentido da sua experiência?”, “O que significa cantar para o bebê?”, mas pede às pessoas que compartilhem suas experiências. Estas são conectadas umas às outras através do tempo e são intencionais, motivadas e intersubjetivas em sua natureza (Davidson, 2003). Esse autor elucida que:

A experiência, nessa perspectiva [fenomenológica], é entendida como temporal, dirigida e “repleta de sentido” em sua natureza. Temporal, na medida em que se desenrola a partir do passado, no presente e em direção

¹⁶ Experiência, aqui, é compreendida, conforme descrito por Rogers (1975), como “tudo que se passa no organismo em qualquer momento e que está potencialmente disponível à consciência”, que se relaciona aos dados imediatos da consciência – não a uma acumulação de experiências passadas” (pp. 161-162, tradução nossa).

ao futuro. A experiência é “repleta de sentido”, ou, conforme descrevem os fenomenólogos, “intencional”, à medida que é sempre dirigida a algum objeto (e.g., uma ideia, uma coisa). Desse modo, a experiência é dirigida tanto para frente quanto para fora. Nesse processo, o significado constitui-se naquilo *em direção a que* a experiência é dirigida. (pp. 104-105, tradução nossa)

E é a partir dos significados que se pode ter acesso ao fenômeno. Essas características da experiência (de ser temporal, dirigida e repleta de sentido) são fundamentais.

A experiência, ou *a experiência vivida*, conforme sugere Amatuzzi (2007), pode ser editada no encontro com o outro. Segundo esse autor, a experiência pode ocorrer no passado, mas é possível referir-se a ela no presente e também reeditá-la; “[...] essa reedição será tanto mais viva quanto mais o entrevistador souber conduzir uma busca experiencial, ou uma modalidade experiencial da reflexão” (p. 14).

Ter um encontro profundo com uma pessoa que teve uma experiência com o fenômeno estudado é uma maneira de acessar os significados dessa experiência, e é também um caminho consistente com a sugestão de Husserl (1931/2012), de “voltar às coisas mesmas”, dirigindo a atenção para a manifestação do fenômeno na sua forma “original”, como chega à consciência, não através de filtros – pressuposições implícitas nem preconceitos do pesquisador a seu respeito (Davidson, 2003).

Husserl (1954/1970), em sua condição de filósofo, criticou o método da ciência positivista - baseada em fatos, preocupada em alcançar o conhecimento a partir da análise de dados objetiva - e propôs um caminho específico para se aprofundar no conhecimento do ser humano a partir de uma atitude fenomenológica. Procurou respostas baseadas na experiência e voltadas para o seu sentido a partir

de uma análise que inclui a subjetividade e a intersubjetividade. Propôs os seguintes passos: a redução eidética (*epoché*), a imaginação livre e a redução transcendental.¹⁷

O primeiro passo do método de Husserl (1931/2012) é colocar de lado o conhecimento científico objetivo (adotar uma atitude fenomenológica), também chamado de *epoché* ou redução psicofenomenológica. Ao pesquisar o fenômeno, há uma mudança intencional de atitude que implica colocar de lado a atitude natural (pressupostos, preconceitos) para focar naquilo que é imanente na experiência do participante, no dia a dia dele, tentando compreender os significados dessa experiência a partir do seu referencial, tal qual foi vivido por ele (Davidson, 2003). Concentra-se no que significa para ele (por exemplo, como é a experiência de cantar para aquela mãe). O foco passa do *objeto da experiência* para a *experiência do objeto*.

Na pesquisa fenomenológica, o investigador busca instâncias em que ocorre o fenômeno (por exemplo, cantar para bebês), recorrendo ao que Husserl denominou imaginação livre ou variação imaginativa livre. Este segundo passo consiste em variar aspectos do fenômeno a fim de distinguir o essencial do incidental (Finlay, 2009) (com/sem determinados elementos, o fenômeno se mantém?). A redução eidética, juntamente com a imaginação livre, auxilia o pesquisador a chegar a resultados que representam aquilo de essencial e geral do fenômeno (Giorgi, 2008).

¹⁷ Husserl era matemático e filósofo, mas sua proposta tem sido incorporada, na área da psicologia, de diferentes formas em vários países (DeCastro & Gomes, 2011). Em pesquisas, segundo esses autores, é “orientada à descoberta de significados expressos por um sujeito sobre sua experiência” (p. 155).

O último passo do método é a redução transcendental (Husserl, 1954/1970), um “olhar sobre o olhar”, em que “o interesse não mais está voltado à experiência primordial, aquela do objeto da percepção (primeira reflexão), mas [sim] concentrada na lógica do eu que, por seu afeto, cognição e conação atribuem intenção aos objetos e aos atos da consciência” (Gomes, 2007, p. 236). Todos nascem no mesmo mundo e todos têm em comum experiências subjetivas. Os Indivíduos se constituem como “domínios de experiência na esfera intersubjetiva do transcendental” (Davidson, 2003, p. 115), possibilitando a redução transcendental por meio da intersubjetividade. E é crucial que o seja, pois reforça que o autêntico não é algo dessa ou daquela forma, mas constitui, é o próprio *ato* de experienciar:

O simples fato de ser um *ato* de experienciar é fundamental, é o que o faz transcendental . . . a intersubjetividade que é primária . . . estamos conectados uns aos outros pelo compartilhamento duma realidade experiencial maior do que nós mesmos. Portanto [ter] acesso [à experiência] não é um problema a ser solucionado; antes, é dado por certo, é parte inerente da experiência. (Davidson, 2003, pp. 115-116, tradução nossa)

O processo de investigação fenomenológica tem como preocupação descrever a experiência subjetiva de forma objetiva; busca a essência (propriedades que fazem algo ser o que é) por meio dos significados experienciados pelos participantes, em relação ao fenômeno, captados pelo pesquisador ao atentar-se a eles. Husserl acreditava que descrevemos significados que já estão presentes, no entanto implícitos. Dessa forma, tem sido o grande desafio da fenomenologia, bem como sua grande contribuição, articular o “óbvio” (Davidson, 2004).

O presente estudo, por inserir-se na área da psicologia, tem uma aproximação psicológica ao método fenomenológico. A concepção husserliana de

fenomenologia se harmoniza, de certa forma, com o pensamento humanista de Rogers (Amatuzzi & Carpes, 2010). Rogers tinha um olhar fenomenológico para a vida e para seu trabalho como psicólogo - fenomenológico no sentido de um “progressivo mergulho nas vivências do sujeito até se chegar à subjetividade transcendental, isto é, ao puro vivido” (Amatuzzi & Carpes, 2010, p. 21).

Na condição de pessoa e terapeuta, Rogers procurava compreender a experiência vivida sem julgar, partindo não da teoria, do que já sabia, mas a partir da própria pessoa (epoché). Husserl era filósofo e buscava um caminho para o conhecimento do ser humano, enquanto Rogers tinha outra intenção: a de compreender e ajudar o próximo.

Apesar de terem diferentes pontos de partida e objetivos, as semelhanças que existem entre seus métodos viabilizam e harmonizam o uso de um método fenomenológico numa pesquisa de orientação humanista. Há espaço para discordâncias a esse respeito (Nolan, 2008), mas uma leitura pormenorizada de livros, artigos e pesquisas de Rogers evidencia que ele:

tem uma perspectiva fenomenológica porque exerce um pensamento reflexivo, não diretamente voltado para os objetos do mundo, mas sim para sua experiência subjetiva no mundo . . . elabora sua experiência e constrói conhecimentos referentes à pessoa humana, às relações de ajuda, à vida psíquica e até aos complexos processos da vida em geral em nosso universo. A psicologia que ele assim constrói busca confirmações em averiguações empíricas posteriores, mas essas verificações se constituem como parte de um movimento maior que transcende a própria ciência. (Amatuzzi & Carpes, 2010, p. 23)

Rogers, ao explicitar sua trajetória de vida e as diversas lições fundamentais que aprendeu, afirma que “a experiência é, para mim, a suprema autoridade . . . é sempre à experiência que eu regresso, para me aproximar cada vez mais da verdade, no processo de descobri-la em mim” (Rogers, 1961, p. 35), e procura descobrir uma ordem na sua experiência.

A “melodia” do encontro

“O homem é essencialmente um atribuidor de sentido” (Amatuzzi, 2010, p. 19). Ele atribui significados, busca sentido e comunica sentido por meio das palavras. Cabe ao investigador estar atento para -, na interação -, ouvir e, então, compreender, participar do sentido (Amatuzzi, 2010). Isso é possível por intermédio de um envolvimento pessoal, um encontro, entre pesquisador e participante, das suas subjetividades. A subjetividade é entendida aqui como “a consciência de si, a autoconsciência” e “o âmago mais profundo da experiência” (Amatuzzi, 2006, p. 3).

Por essa razão, a presente pesquisa propôs *encontros dialógicos*¹⁸, e não *entrevistas*, realçando a importância de *estar junto com* as participantes, trocando ideias e não, simplesmente, retendo informações sobre elas referentes a conteúdo intelectual e/ou afetivo. A intenção era de aproximar-se delas, ser mobilizada por elas (Amatuzzi, 2006), explorar algo juntamente com elas.

Nos encontros dialógicos, as participantes são estimuladas a compartilhar sobre suas próprias experiências num clima em que predominam atitudes de aceitação e empatia por parte do pesquisador. Os elementos experienciais percebidos dependem de uma escuta empática apurada por parte do pesquisador e

¹⁸ Dialógico é relativo a diálogo que, de acordo com o Dicionário Aurélio, significa: 1. fala alternada entre duas ou mais pessoas, conversação. 2. troca ou discussão de ideias, opiniões, etc.

de abertura em relação a si mesmo e ao participante, assim como de flexibilidade e liberdade para responder ao que é requerido no fluxo do diálogo.

Implica, ainda, habilidade para criar um clima que encoraje o participante a fim de que se sinta confortável para ele próprio explorar a sua experiência de maneira autêntica, possibilitando autorrevelação, compreensão e o esclarecimento do fenômeno (Moustakas, 1990a), uma oportunidade de atualizar e simbolizar suas experiências.

O ponto-chave desse método é compreender a experiência do outro, como ele a vê e a vivencia. E isso só é possível se o investigador procurar ver o horizonte do ponto de vista do outro, e o horizonte de alguém só pode ser visto com precisão a partir de onde ele estiver (Davidson, 2003), ou seja, por meio da empatia no encontro com o outro. Moustakas (1990b) frisa a importância de estabelecer uma relação de abertura, aceitação e confiança, de forma que o participante esteja inspirado a compartilhar livremente sua experiência.

Os encontros são, portanto, caracterizados por uma relação interpessoal na qual o pesquisador acolhe todas as manifestações do participante, valorizando-o e encorajando-o a explorar e comunicar ideias, pensamentos, sentimentos e imagens. Incluem uma abertura para o inusitado. Estar realmente aberto a um encontro dialógico é “participar do mistério que surge diante de nós quando o pensar acaba” (O’Hara & Wood, 2004, p. 28), é dar oportunidade de, ao estar junto, fazer brotar um conhecimento tácito.

A postura do investigador é ativa, pois utiliza seus próprios sentimentos e pensamentos como movimentos dirigidos ao participante. O pesquisador, segundo Szymansky e Cury (2004), participa dos significados que os participantes exprimem por meio de seu próprio processo experiencial criando conceitos novos a partir da

intersubjetividade. Ele se faz realmente presente e é “tocado” pelo encontro, de forma que sai diferente, modificado, impactado.

Isso abre uma porta para um conhecimento científico rico que inclui as pessoas que viveram um encontro e fazem sentido dela. Dessa forma, a partir de um envolvimento pessoal deliberado (que inclui pensamentos e emoções) é possível o investigador explorar sua própria subjetividade e a do outro. Moustakas (1995) descreve esse processo como “indwelling” (interiorização), na qual mantém-se viva a imaginação e há um mergulho na experiência do outro:

Interiorizo sua experiência. O foco no outro torna-se parte de minha própria atenção, ser e ações como um eixo a partir do qual derivam conhecimento e significado. O impulso da interiorização auxilia para ir em direção aos significados que estão além da *aparência* das coisas, além dos pensamentos e sentimentos atuais. (p. 84, tradução nossa)

À medida que o pesquisador assume sua subjetividade, esta torna-se meio de revelação do processo vivido (Cury, 2007), descortinando o encontro que houve e os significados ali presentes. Esses significados deixam de ser do outro, não sendo do pesquisador, mas formam-se no “entre nós”.

A qualidade do encontro e a intenção do pesquisador nesse encontro é *muito* importante. Este deve deixar claro para o participante qual é seu objetivo de pesquisa e a sua atitude deve refletir o desejo de compreendê-lo e acompanhá-lo no caminho que preferir nesse diálogo. O pesquisador tem o papel ativo de facilitar o encontro, de colocar-se no lugar do participante, usando-se como ferramenta, sendo congruente, aceitando o outro, quem ele é, o que pensa, sente, expressa; deve procurar compreender a vivência do participante, os significados que ela tem para ele, não liderando o encontro, mas estando ao lado, ajudando, explorando, junto

com o participante, sua experiência à medida e da forma que deseja.

Estamos nos referindo, portanto, a atitudes que vão *além de técnicas* (termo usado por Rogers e Kinget, 1975). Pela via da empatia e da aceitação do outro, e de forma autêntica, abre-se um espaço para explorarem, juntos, a experiência de modo significativo. Não se trata de uma entrevista para colher depoimentos, mas de um encontro entre pessoas, buscando condições para haver uma exploração baseada num relacionamento. É um momento que almeja crescimento pessoal, um encontro que procura promover uma oportunidade de exploração conjunta, na qual o participante possa dar-se conta dos significados da sua experiência e de apropriar-se da sua intencionalidade.

Essa maneira de “estar” com o participante, essa atitude de abertura para conhecer o outro, livre de pressupostos, é o que possibilita o que Husserl chamou de redução fenomenológica. “Esse é o ponto importantíssimo do método husserliano, que não visa abordar o plano da existência fatural, mas o da essência, do sentido das coisas, plano este que tinha sido eliminado pelo positivismo” (Ales Bello, 2004, p. 83).

É um encontro entre um psicólogo e uma pessoa que vive sob determinadas condições e em determinado contexto. O psicólogo assume “um posicionamento ético e implicado diante do ser humano e da sua realidade” (Souza & Cury, 2015, p. 226), e a pessoa é convidada a explorar e refletir sobre sua experiência junto com alguém. Ambos se encontram para explorar o tema proposto e têm, portanto, uma intencionalidade (e sua consciência está voltada para ele). Como o pano de fundo, contexto, é comum a ambos, pois experiências subjetivas não estão confinadas ao individual (pelo contrário, encontram-se inseridas numa esfera intersubjetiva) (Davidson, 2003), é possível ao pesquisador aproximar-se e captar os significados

daquela experiência subjetiva para o outro.

Narrativas compreensivas

De nada adianta haver um esforço por parte do pesquisador de estar com o participante, de entrar em contato com a experiência do outro se não há uma forma de explicitar e elucidar essa experiência e seus significados.

É comum o uso do gravador, a transcrição de longas conversas e uma análise posterior do material transcrito, mas essa transcrição não costuma incluir informações que advenham de tom de voz, ênfases, mudanças de estilo e ambiente da conversa. Ela acaba transformando a linguagem, roubando-a, por vezes, de sua clareza, profundidade, e até de seu significado (Weber, 1986). Outro caminho possível, que foi escolhido nesta pesquisa, é a elaboração de narrativas compreensivas.

O uso de narrativas como instrumento de pesquisa não é novidade e vem crescendo desde os anos 80 (Davidsen, 2013). Elas vêm sendo utilizadas em diferentes áreas de conhecimento (história, antropologia, sociologia, psicologia) e com propósitos distintos (Granato, Corbett & Aiello-Vaisberg, 2011; Larsson & Sjöblom, 2010), mostrando-se uma forma efetiva de estudar experiências vividas e uma maneira apropriada de acessar seus significados (Granato & Aiello-Vaisberg, 2013; Kramp, 2004; Mozena & Cury, 2010); “[...] o próprio narrar se constitui como processo de elaboração do viver” (Granato, Corbett e Aiello-Vaisberg, 2011, p. 158).

No grupo de pesquisa “Atenção Psicológica Clínica em Instituições: prevenção e intervenção”, vinculado ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia da PUC-Campinas, a narrativa tem sido usada tanto como uma modalidade de elaboração afetivo-emocional do vivido, numa abordagem winnicottiana (Granato, Corbett e Aiello-Vaisberg, 2011; Granato, Tachibana & Aiello-Vaisberg, 2011;

Granato & Aiello-Vaisberg, 2016), quanto como um modo de registrar e analisar fenomenologicamente o encontro com os participantes da pesquisa, como se fez na presente pesquisa e isso à luz da psicologia humanista (Mozena & Cury, 2010; Perches e Cury, 2013).

A narrativa, nesta última perspectiva, vem sendo desenvolvida ao longo dos últimos 10 anos com o objetivo de aproximar o pesquisador dos significados da experiência dos participantes. Assim, ele redige uma narrativa na primeira pessoa após cada encontro.

Começa escrevendo a narrativa ainda sob o impacto do encontro, respeitando o curso natural de sua consciência e memória, dando sentido às experiências que emergiram durante o encontro com o participante. Não se trata de um simples *registro* ou de um *relato*, pois há uma reflexão fenomenológica, um esforço deliberado de manter-se próximo à experiência do participante e dos significados que suas vivências têm para ele a partir do impacto que teve em si.

Redigem-se as narrativas com rigor, intentando valorizar o diálogo, revelando aspectos da experiência vivida pelo pesquisador e pelo participante durante o encontro, mantendo-se aquele empaticamente próximo a este. Essa forma de narrar não visa meramente ao conteúdo da conversa, mas sim à compreensão dos significados experienciados no encontro a dois, por isso elas são chamadas de *narrativas compreensivas* – narrativas construídas a partir de uma compreensão do pesquisador sobre o fenômeno investigado a partir da experiência vivida por ele durante o encontro com o participante numa relação dialógica.

Para compreender os significados vividos, é necessário passar por um processo gradual de exploração (Mozena & Cury, 2010) em que o investigador olha para trás resgatando suas lembranças, atento à vivência do participante (que foi

sendo explorada durante o encontro).

Ao encontrar-se com o segundo participante, o pesquisador está “contaminado” pelo primeiro e vai mudando com o passar de cada encontro, à medida que seu processo experiencial evolui. Ele não só é modificado pelos encontros, mas faz uso desse processo de mudança para, aos poucos, compreender melhor o fenômeno (Moustakas, 1994). Ocorre, gradualmente, um processo de exploração e descoberta, respeitando-se a intencionalidade da consciência do pesquisador.

Enquanto as narrativas compreensivas representam um movimento de aproximar-se, por meio da empatia, da experiência de cada participante, a redação de uma narrativa-síntese representa um movimento de aprofundamento no fenômeno (usando variação imaginativa), buscando, agora, os significados presentes nas experiências como um todo. A natureza da experiência (descrita anteriormente como temporal, repleta de sentido, intencional) possibilita ao pesquisador identificar aquilo que é mais relevante no fenômeno, a “estrutura da experiência humana em questão, considerada como experiência possível” (Amatuzzi, 2011, p. 22).

Ao redigir a narrativa-síntese, o pesquisador não tem um interesse específico na biografia dos participantes, mas no que essas pessoas como um grupo compartilham nas suas experiências em relação ao mesmo fenômeno.

A construção da narrativa-síntese possibilitará elucidar os significados do fenômeno estudado à medida que o pesquisador se aprofunda nele. Todo processo de construção das narrativas vai aos poucos revelando (à consciência do pesquisador) elementos da experiência estudada. Esse processo de descoberta tem um impacto no pesquisador, que é tocado e se transforma ao longo do processo de

investigação.

Concluindo, o processo de construção das narrativas é o modo pelo qual o pesquisador aproxima-se gradualmente do fenômeno; mas o resultado dessa construção, ou seja, cada narrativa em si também apresenta os elementos significativos que emergiram da análise da experiência vivida pelo participante e compartilhada com o pesquisador num encontro dialógico. Sendo instrumento, representa o esforço do pesquisador de se aproximar do *mundo vivido* do participante (redução eidética), e sendo resultado, representa o mapa traçado, a partir da relação intersubjetiva, dos *significados vividos* em relação ao fenômeno investigado (redução transcendental).

Uma forma não-tradicional de apresentar a experiência em foco numa pesquisa fenomenológica é a utilização de um recurso artístico. Trata-se de um esforço do pesquisador de comunicar os resultados da investigação por meio de uma poesia, por exemplo, retratando simbolicamente os significados apreendidos, algo - conforme caracterizou Platão – *belo, verdadeiro e bom* (Holloway & Todres, 2007).

Clark Moustakas sugere incluir uma síntese criativa, que “é uma criação que surge da familiaridade do pesquisador com o fenômeno e que se desenvolve a partir das dimensões tácita e intuitiva” (Brisola & Cury, 2016, p. 101). O pesquisador procura ir além de uma atenção restrita a informações e dispõe-se a deixar brotar da questão uma “vida própria”, de modo que expresse de maneira compreensiva a essência do fenômeno investigado (Moustakas, 1990a). Trata-se de uma representação estética e sintética dos temas e significados do fenômeno tal como vivido pelo pesquisador intersubjetivamente e que pode tomar a forma de poema, desenho, música ou história.

A PARTITURA

- o caminhar da pesquisa em busca de significados -

O caminho que esta pesquisa trilhou, na busca por seu objetivo de compreender a experiência de mães sobre cantar para seu bebê a partir de encontros dialógicos com mulheres que tiveram seu primeiro filho nos últimos 18 meses, inclui diversas etapas, as quais serão descritas ao longo deste capítulo.

Inicialmente, a pesquisadora conversou com duas mães a fim de familiarizar-se com o tema e delimitar o âmbito da pesquisa. Esses encontros foram essenciais para contextualizar a pesquisadora em relação aos encontros que faria com as participantes do estudo. O projeto de pesquisa já havia sido devidamente aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP)¹⁹ antes desses encontros-pilotos serem efetivados.

As participantes

Participaram desta pesquisa 13 mães primíparas de classe média com idade variando entre 21 e 40 anos, com filhos entre 1 e 18 meses de idade, que se dispuseram a conversar com a pesquisadora sobre a experiência de cantar para seu bebê. Dessas, oito eram brasileiras e - por ocasião de um estágio da pesquisadora

¹⁹ Veja Anexo A: Carta de Aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEP).

na Universidade de Yale, nos Estados Unidos, durante o doutorado - cinco eram norte-americanas. Todas haviam concluído o curso superior e uma era Ph.D.; exerciam, no momento, sua profissão, com exceção de uma, conforme aponta a Tabela 1, abaixo. Os nomes foram alterados para proteger a identidade das participantes.

Tabela 1

Caraterização das participantes da pesquisa

Participante	Idade da mãe (anos)	Idade do bebê (meses)	Profissão
<i>Encontros no Brasil</i>			
Maria	33	6	Psicóloga
Lilian	31	10	Advogada
Esther	33	11	Psicóloga
Silvia	32	6	Professora Ensino Fundamental
Nicole	32	16	Dona de casa
Alice	28	17	Fisioterapeuta
Gabriela	32	5	Psicóloga
Rosana	33	2	Analista de qualidade
<i>Encontros nos EUA</i>			
Helen	32	18	Fonoaudióloga
Rachel	33	7	Psicóloga
Anita	36	7	Cientista
Monica	40	8	Professora Ensino Superior
Sheila	21	1	Dentista

Das 13 mães, 70% tinham entre 31 e 33 anos de idade e 60% dos filhos tinham de 5 a 11 meses (incluindo o casal de irmãos gêmeos), sendo nove meninas e cinco meninos. Todas as mães moravam com o pai de seu filho.

O número total de participantes foi determinado no decorrer da pesquisa, à medida que os encontros possibilitavam alcançar uma riqueza na compreensão do fenômeno (deMarrais, 2004).

Inicialmente, diversas pessoas do círculo da pesquisadora foram consultadas a fim de indicarem mães que tinham filhos até 18 meses. A partir desses contatos, surgiram sugestões que incluíram 10 das participantes. As outras três já conheciam a pesquisadora e foram contatadas diretamente. O convite foi feito pessoalmente ou por telefone²⁰ nos seguintes termos: “Estou fazendo uma pesquisa e gostaria de convidá-la a participar. Estou interessada em entender como é para as mães cantarem para seus filhos ainda bebês”.

Quando havia interesse, por parte da mãe, em participar da pesquisa, era agendado um horário e um local (escolhido pela participante) para o encontro individual. Oito delas (60%) preferiram conversar em casa, três quiseram ir para a casa da pesquisadora e duas (norte-americanas) preferiram um local público. Em nove (70%) dos encontros, os bebês também estavam presentes.

A idade dos filhos foi determinada levando em conta uma fase em que cantar para bebês é mais frequente (Custodero et al., 2003) e estes ainda estão aprendendo a falar. Mães primíparas foram escolhidas a fim de privilegiar a experiência do inédito, daquilo que lhes chega pela primeira vez, a experiência em seu nível pré-conceitual, na nascente dos significados.

Ocorreu um encontro com cada mãe entre fevereiro e dezembro de 2015, e o tempo de duração variou de 55 minutos a 2 horas; em média, duravam cerca de uma hora e meia.

²⁰ O contato inicial só não foi possível por telefone com uma participante, a qual foi convidada por *e-mail*.

Os encontros

Ao lhes ser apresentado (ou lido, conforme sua preferência) o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, as mães mostraram muito interesse, às vezes fazendo perguntas sobre o tema da pesquisa, e prontamente o assinaram.

Após um momento inicial de reconhecimento mútuo (cumprimentos, conversa sobre assuntos diversos), as mães geralmente perguntavam sobre como seria a pesquisa. Após breve explanação, que incluía a frase “Estou querendo conhecer como é para as mães cantarem para o seu bebê”, a pesquisadora aguardava que a participante começasse a falar espontaneamente, imprimindo um rumo à conversa. O diálogo, então, se desenrolava de maneira única com cada mãe, e, quando necessário, para estimular a conversa, a pesquisadora pedia que a mãe compartilhasse uma lembrança que tinha de cantar para o seu bebê. Perguntava, também, à medida do necessário, para esclarecimento: “Como é isso para você?”

A ênfase maior não era na pergunta, mas em deixar a participante elaborar a sua resposta conforme quisesse (Davidson, 2003). A pesquisadora procurava estar presente e disponível para a mãe. Buscava estar próxima, compreendendo o mundo dela e suas experiências, dizendo o que percebia, intuitivamente, e encorajando-a a buscar, junto com ela, uma compreensão sobre seu modo particular de cantar para seu bebê.

Logo após cada encontro, a pesquisadora redigia uma narrativa de forma a construí-la ainda sob o impacto do encontro.

O caminho a partir dos encontros

A pesquisadora redigiu uma narrativa na primeira pessoa após cada encontro, olhando para trás, resgatando suas lembranças e atenta para a vivência da

participante. À medida que escrevia a narrativa compreensiva, explorava a experiência da participante em relação ao cantar, de forma rigorosa, esforçando-se para manter-se próxima à experiência dela e aos significados de suas vivências.

Escrever uma narrativa é uma experiência marcante, e, com fim ilustrativo, incluímos aqui um trecho das anotações da pesquisadora a esse respeito:

Inicialmente, senti uma animação e um anseio de expressar logo o máximo possível – como uma banheira sendo drenada através de um canudo – milhares de impressões, diálogos, sentimentos que vinham à mente, ao mesmo tempo, e foi necessário ter paciência para anotar um de cada vez. Escrevendo na ordem em que ocorria, lembrava-se de uma coisa depois da outra - como um carretel se desenrolando naturalmente. Então, senti-me mais calma. Detalhes da conversa me vieram à mente, impressões misturadas com *flashes* do encontro, sensações, sentimentos, insights. Depois, uma calma, e por alguns minutos parecia que estava espremendo as últimas lembranças, e então: ‘já deu’ – como quando tiro as últimas jabuticabas maduras do pé.

Num primeiro momento, foram anotadas, logo após o encontro, lembranças, incluindo percepções, pensamentos, sentimentos e impressões sobre o encontro. Depois de ler a primeira versão mais descritiva, a pesquisadora deixava-se impactar pela leitura e reescrevia a narrativa, desta vez com um olhar mais reflexivo. A cada vez que lia a narrativa, refinava o texto até que lhe parecesse refletir a experiência do encontro. Não lhe parecendo haver significados novos, declarava-se satisfeita com o texto.

A pesquisadora privilegiava escrever sobre a riqueza da experiência vivida e sobre as nuances subjetivas e intersubjetivas que a impactaram. Como foram redigidas por uma pesquisadora psicóloga, as narrativas ao final refletiam,

necessariamente, uma visão psicológica. Impressões gerais relativas à experiência de cada mãe foram anotadas no final de cada narrativa. As narrativas com mães norte-americanas foram escritas inicialmente em inglês e depois traduzidas para o português. O processo de tradução também se mostrou uma oportunidade de deixar o texto mais claro e compreensível²¹.

Durante a etapa de encontros com as participantes e de escrita das narrativas compreensivas individuais, a pesquisadora também lia algumas narrativas (em construção) para um grupo de seis a oito pessoas que compõem o Grupo de Pesquisa Institucional. Esses momentos de interlocução com pares têm o objetivo de acolher o pesquisador, compreendê-lo em suas intenções e facilitar a sua compreensão, discutir e problematizar a experiência das participantes de forma a estimular novas percepções por parte dele. Isso ocorreu num clima de compreensão e empatia, funcionando como uma validação por outros pesquisadores, na condição de juízes empáticos, dos elementos significativos da experiência em pauta.²²

Depois de redigidas as 13 narrativas compreensivas, elas foram reunidas para releitura, a fim de que a pesquisadora mergulhasse nelas, durante o tempo que

²¹ As narrativas de encontros com mães brasileiras foram também traduzidas para o inglês a fim de serem lidas para um grupo de pesquisa na Universidade de Yale, em New Haven, por ocasião de uma Bolsa Sanduíche da Capes de 4 meses. Essa reunião mostrou-se também parte importante do processo de análise das narrativas e da elaboração da narrativa-síntese (próximo passo).

²² Eis um exemplo do impacto de uma dessas reuniões, tirado das anotações da investigadora: “Hoje, depois de ler a narrativa no grupo, fiquei com a impressão de (o encontro) ter sido raso, mas depois de várias colegas trazerem suas contribuições, pensei que, na verdade, talvez o cantar dela não seja exatamente para a filha; quando canta para a filha, canta para si mesma, talvez para ter um espaço dela, um momento dela. É difícil ser mãe. Ela precisa de um momento para recuperar-se.”

fosse necessário, até que surgisse mais inteira a experiência dessas mães, tanto em sua riqueza individual quanto nas qualidades e temas comuns. A pesquisadora perguntou-se: “O que tudo isso me diz a respeito da experiência de cantar dessas mães?” Esse mergulho resultou em outra narrativa, que abarcou qualidades e temas centrais do fenômeno, conforme experienciado pelo grupo de participantes como um todo (Moustakas, 1990b). A esse texto deu-se o nome de narrativa-síntese.

Em relação às narrativas compreensivas individuais, a pesquisadora procurou manter-se o mais próximo possível de cada uma das participantes enquanto escrevia as narrativas; ao escrever a narrativa-síntese, afastou-se para olhar a partir do impacto que os encontros tiveram nela e do que foi possível compreender sobre a experiência de cantar (como profissional-psicóloga e como pessoa-mãe) e descrever a experiência de cantar delas.

Na prática, o processo de análise fenomenológica efetivado nesta pesquisa iniciou-se de maneira natural desde o primeiro encontro dialógico e estendeu-se para a etapa da redação da narrativa-síntese, conforme descreve AmatuZZi (2011): “Se a entrevista foi mobilizadora, permitindo um progressivo acesso à experiência vivida pura além do já dito, então a análise já começou no próprio ato do encontro com o sujeito” (p. 24). O processo de descrição, compreensão e interpretação²³, portanto, ocorria simultaneamente, à medida que se tornavam evidentes, gradativamente, os aspectos significativos da experiência de cantar das mães participantes – durante os encontros, entre os encontros, na redação e na leitura destas pela pesquisadora para si mesma e para o grupo de pesquisa.

²³ Usamos o termo “interpretação” aqui no sentido de Husserl, qual seja o de descoberta da intencionalidade (Gomes, 2007).

Nesse processo, foi redigida também uma síntese criativa sob a forma de um poema.

As 13 narrativas compreensivas, a narrativa-síntese e a síntese criativa foram, então, relidas com a intenção de “des-cobrir” os elementos mais significativos da experiência de mães sobre cantar para o bebê, de forma a apontar um sentido para essa experiência. Para tanto, a pesquisadora perguntou a si mesma: “O que significa, para as mães, cantar?”, “Como é essa experiência?”.

Os elementos da experiência de cantar foram descritos revelando a experiência em suas características universais - ou, nas palavras de Husserl (1954/1970), “a estrutura geral” (p. 139) - olhando para os significados revelados por meio dessas experiências particulares, específicas. Não se buscou a frequência com que os elementos surgiram nos encontros, nem sua continuidade para todas as participantes, mas sim singularidade e variedade a partir da noção de que o que é particular, característico da vida íntima, cotidiana, aproxima-se do universal (Davidson, 2003), conforme apontou Rogers (1961): “aquilo que é mais pessoal é o que há de mais geral.”²⁴

²⁴ A maternidade é um aspecto revelador sobre uma mulher, de sua forma de ser e de lidar com esse novo papel, mas analisar isso e/ou fazer um diagnóstico não foi o foco desta pesquisa, mas sim descrever como é a experiência de cantar vivida pelas mães.

AS CANÇÕES DAS MÃES

- resultados por meio de narrativas -

A seguir, apresentamos as 13 narrativas compreensivas construídas pela pesquisadora a partir dos encontros com cada mãe na ordem em que ocorreram. Foram redigidas na primeira pessoa a fim de manter uma proximidade com a experiência e revelar o vivido.

Foram utilizadas reticências para expressar pequenos momentos de silêncio e aspas para representar falas ou conversas entre a participante e a pesquisadora, tentando manter o vocábulo de um diálogo natural.

Depois das 13 narrativas compreensivas (oito com brasileiras, no Brasil, e cinco com norte-americanas, nos Estados Unidos), encontram-se a narrativa-síntese, e a síntese criativa em forma de poema.

Encontros com brasileiras

1. MARIA

Tive um agradável encontro com Maria, uma jovem comunicativa que me acolheu em seu apartamento rodeada pela família: a filha Ivone, de 6 meses, o esposo, um cachorro pequeno peludo (que ela chamava de “meu filho”) e um gato. Sua mãe estaria lá também, contudo, por ser feriado, tinha viajado.

Fiquei quase 2 horas no quarto colorido do bebê, inicialmente conversando sobre assuntos relativos a seus cuidados, enquanto Ivone brincava no piso emborrachado. Depois, Maria e eu tivemos um tempo a sós, quando seu esposo levou a filha à cozinha para almoçar. Tínhamos marcado um horário que coincidia com o cochilo do bebê, porém Ivone dormira mais cedo nesse dia e despertara poucos instantes antes da minha chegada.

Estávamos nos conhecendo pela primeira vez e senti-me, em geral, criativa e espontânea durante nossa conversa, fazendo alguns comentários ou perguntas para esclarecer ou aprofundar o diálogo. Ela mesma ia pensando, refletindo, e ficava momentos num silêncio que me parecia fecundo.

Tivemos várias interrupções: do esposo, da filha, dos animais de estimação, um telefonema e uma breve saída de Maria para atender à campainha. No entanto, essas interrupções não pareceram interferir no andamento da conversa.

Ficou muito nítido para mim - e a própria Maria verbalizou isso ao final da conversa - que os seus hábitos de cantar para a filha não estavam claros para ela, inicialmente. “Porque é algo muito natural, que a gente simplesmente faz.” Mas à medida que conversávamos, ficou claro, para nós, quando canta, o que e como canta, e ainda o que isso significa para ela.

Maria ama música, especialmente o *rock*. Não acredita que canta bem, mas gosta muito de ouvir música e cantar junto. Quando a filha nasceu, continuou fazendo isso para Ivone.

“Mas confesso que, na verdade, não queria ter filhos.” Maria queria viver a vida, fazer suas coisas sem ter de pensar em mais ninguém. Mas a Ivone “veio”, depois de quase duas décadas de relacionamento, e com ela algumas mudanças necessárias.

Mesmo assim, parecia muito satisfeita com o novo papel de mãe. Tem projetos para o quarto da filha (planeja remodelá-lo de acordo com o método Montessoriano) e continua trabalhando numa seleção de músicas tranquilas (de rock e também de CDs infantis) que sejam adequadas à filha. Leva e toca no carro com a filha, cantando junto.

Comentou e depois voltou a falar no assunto de estilos de música que canta. Gosta muito de rock pesado e não suporta música clássica (talvez tenha ouvido falar sobre estilos de música recomendados para bebês e tem dúvida se o rock tem consequências negativas para a filha). Ela diz, e repete, que “depois, quando a Ivone crescer, pode escolher que tipo de música gosta.”

Durante os primeiros 2 meses depois que a filha nasceu, Maria deitava Ivone no berço, ligava a música, sentava e cantava para a filha a fim de adormecê-la. Depois, passou a cantar mais na hora da brincadeira. À medida que conversávamos, notou que também canta durante atividades rotineiras usando melodias conhecidas e inventando uma letra de acordo com a circunstância. “A letra é ridícula!”, disse, “Simplesmente vou contando o que está acontecendo. Se estou trocando, é o xixi, a fralda... faço isso quando vamos pra piscina, durante a refeição, no carro... mas não tem rima. Simplesmente diz do momento”.

Maria queria deixar claro que não se tratava de algo bonito, esteticamente acabado. “Não é pela beleza”, reiterei.

“Não, não tem beleza, nem rima. Não é por isso que eu faço”, respondeu. Seguiu-se um período de silêncio. Imaginei Maria se perguntando: “pra quê, então, eu canto?”

“Não é pra Ivone que eu canto”, continuou, “Estou pensando nisso agora... Acho que ela nem percebe; tanto faz se eu estiver falando ou cantando... É mais pra mim. Um momento criativo.”

“Você se sente criativa?”, indaguei.

“Ééé!!! ... Eu uso TODAS as minhas ferramentas.” Isso era uma descoberta para ela.

Exploramos um pouco mais essa descoberta e ela declara: “É muuuito bom! Estou inteira, envolvida na situação.”; e nessa hora parece que deu um “click” e o seu foco mudou. Não se tratava mais de pensar no cantar para a filha, mas pensar sobre como é para *ela* cantar para a filha. Ao final do encontro, Maria concluiu que, na verdade, quando canta para a Ivone, está cantando para si própria.

Ao refletir mais, Maria concluiu que canta em certas ocasiões, mas em outras não. Nem sempre canta com a filha. “Por exemplo, quando você chegou, fui trocar a fralda da Ivone. Aí, nesse caso, era mais um procedimento, eu não estava inteira ali.... Eu canto quando estou, mesmo, envolvida com ela, não quando *tenho* de dar comida ou trocar a roupa pra sair; canto quando não tem outras coisas que tenho de fazer.” Quando está concentrada em sua a filha, o cantar vem naturalmente. Se sua atenção está dividida, cantar não tem lugar.

Relembrando, conta que certa vez aconteceu de a filha não se acalmar por nada. Não adiantava. “A Ivone é muito boazinha, dorme a noite toda, só chora quando tem fome, mesmo.” Mas um dia não parava de chorar. Nessa hora, cantou... mais para acalmar-se do que para ajudar a filha. E, afinal, acabou acalmando as duas. “Era coisa de fase, que não se aprende na Psicologia do Desenvolvimento. Por isso, conto pra todas as minhas amigas: Olha, vai ter vez que acontece assim, e não tem jeito mesmo. É coisa de fase.”

Durante um dos momentos de silêncio, quando estávamos a sós, olhei para Maria, que estava com o cachorro no colo, acariciando-o, e repentinamente me veio a pergunta: “Você canta para ele?”

“Sim, sempre!” Acho que nós duas nos surpreendemos.

“E é igual? diferente??”

“Não! É a mesma coisa!”. Pensou um pouco mais e acrescentou num tom diferente: “Não é frequente, mas é igual”. Olho para o cachorro, que ficou ao nosso lado quase o tempo todo. Ela conta que o cachorro chegou 3 anos antes da Ivone e que é muito protetor da filha - protetor e companheiro. Alguns brinquedos da filha trocam de dono, porque, afinal “Ele tem os direitos iguais”, afirma Maria.

Depois de outro silêncio, Maria disse que acreditava que continuaria cantando para filha e que tinha curiosidade de saber se a filha iria começar a reagir. “Se canto uma música muito diferente, ela para e presta atenção. Se não, não.” Tive a impressão de que gostaria de que Ivone reagisse ao seu canto.

Ao término de mais de uma hora conversando, parecia que tínhamos chegado ao final e nos despedimos naturalmente.

Olhando para trás, quando penso na experiência de cantar de Maria, vejo dois lados: um, quando canta as músicas de rock para a filha (que prefere), como uma forma de manter um contato com o lado independente dela, do qual gostava tanto e teve de abrir mão quando se tornou mãe; o outro lado, de ser um ato criativo que acontece quando está completamente presente com a filha. Nessas horas, enquanto cuida dela, junta melodias e letra que representam a situação do momento.

2. LILIAN

Lilian, moça alta e sorridente, me recepcionou com muito carinho e conforto em sua residência. Passei pouco mais de uma hora em sua sala de jantar enquanto várias coisas aconteciam: inicialmente, conversamos somente nós duas, depois chegou a mãe e logo em seguida o filho Carlos, de 10 meses, que acordou choroso e juntou-se a nós. Ele precisou de um tempo junto à mãe, então tive também um *tête-à-tête* com a avó. Na maior parte do tempo, nós quatro estávamos no mesmo ambiente – na sala de estar/jantar conjugadas.

O tema da pesquisa surgiu logo no início do encontro, depois de nos acomodarmos à mesa. Lilian perguntou sobre o que era meu estudo e, depois que expliquei, logo foi contando que canta muito para o filho, que gosta *muito* de cantar. Canta frequentemente, principalmente músicas de um CD infantil e outras canções desse gênero. Na gravidez, já cantava para o filho, passando a mão na barriga principalmente no final do dia, quando ele se mexia muito, ou no carro.

Relatou várias situações em que cantou, acentuando as reações do filho: presta atenção, bate palma, dança, e descreveu uma canção que sempre o faz parar de chorar. Contou, com orgulho, como Carlos, na natação, já aprendeu os gestos das músicas (a natação é toda cantada). Descreveu o menino como precoce para tudo: engatinhar, andar, e vários dentes já haviam nascido.

Ouvi com atenção enquanto Lilian descreveu os vários exemplos do comportamento do filho: é um menino muito, muito ativo, que não para, mas é muito bonzinho. É muito esperto, vivo, curioso e gosta de sua rotina de sonecas durante o dia. Ficou evidente sua paixão pelo filho e a alegria que tem de vê-lo se desenvolvendo tão bem.

Durante uma hora e meia em que estivemos juntas, perguntei como era para ela cantar para o filho, sobre as ocasiões em que cantou, se escolhia as músicas e o que sentia e/ou pensava durante esses momentos. Foi difícil entrar nesse espaço de “como é pra mim” - da experiência pessoal -, pois parecia estar misturado com o espaço de “como é para ele”, das reações que o filho tem quando canta: “Ele gosta”, ela explicou.

Inicialmente, Lilian contou que costuma cantar para o filho quando dá banho, no carro, nas refeições, na troca da fralda, a qualquer instante. Canta, às vezes, uma canção atrás da outra, em qualquer ordem, geralmente preferindo as infantis. Em algumas ocasiões, como, por exemplo, na hora do banho, canta sempre a mesma música e percebe que o filho já reconhece. Outras vezes, canta qualquer música que vem à mente, sem pensar.

Quando canta, gosta muito de ver a reação do filho, e já vê como ele está se desenvolvendo, tendo cada vez mais reações, fazendo, por exemplo, o gesto do índio quando canta a música dos índios – fica claro que está entendendo.

Em outro instante, perguntei novamente como é para *ela* cantar, enfatizando o “lado dela”. Parou um instante e disse que sente que é uma troca, que o bebê presta atenção nela, que isso traz uma intimidade entre eles; ela e o filho ficam próximos.

Quando perguntei se canta sempre, disse: “Tem horas que não canto, que quero ficar no meu canto... sem canto”, e explica como ela e o filho são “do bem”, estão sempre felizes, animados. Mas quando acontece alguma coisa no trabalho, quando está chateada ou brava, fica quieta; “não dá pra cantar, não dá vontade”.

A mãe de Lilian ficou curiosa sobre minha pesquisa. Quando expliquei, informou-me que cantava muito para os dois filhos, que nasceram um atrás do outro.

Lembrou que sua mãe também cantava e tocava violão para ela e os irmãos, e lembrou com saudade como todos ouviam juntos, reunidos. Acredita que acabou repetindo com os próprios filhos muitas das músicas que a mãe cantava para ela naquela época.

Refletindo ali comigo, palpitou que talvez as mães que já cantam antes de ter filhos continuem cantando para eles depois que nascem. Contou também que havia uma turminha que se juntava e costumava cantar em volta de um amigo que tocava violão e que era autodidata. A mãe de Lilian percebeu, durante nossa conversa, que seu esposo não cantava. Então nessa hora virou para a filha, que estava sentada no sofá dando mamadeira para o bebê, e perguntou sobre o genro: “E ele canta?”

“Não, não costuma cantar não, mãe; só às vezes; e geralmente é uma música dele, não essas de criança.”

Enquanto Carlos esteve conosco, Lilian cantou diversas vezes para ele. Uma canção depois da outra, cantadas com muita desenvoltura, com letras inteiras de cor, às vezes substituindo a letra por um pensamento que tinha na hora, como, por exemplo (quando Carlos chorava): “ainda vou descobrir o que é que está acontecendo”. Mas ficou visivelmente frustrada com o comportamento atípico do filho choroso. “Geralmente é tão bonzinho!”, e cantava buscando a reação usual dele. Queria mostrar-me como era. Algumas vezes, Carlos prestava atenção, entretido com a voz da mãe. Outras vezes, não – talvez quisesse outra coisa naquele instante. Lilian parecia ansiar pelo retorno da atenção do filho às suas canções.

Ficou claro que era difícil acessar “como é pra mim cantar”; não era uma informação fácil, disponível na hora. Cantar, para Lilian, simplesmente acontece.

Parece que ocorre muito naturalmente, uma atividade rotineira da qual gosta muito, natural como respirar.

3. ESTHER

Esther quis vir até minha casa, pois acreditava que conversaríamos com maior tranquilidade sem a filhinha Sara, de 11 meses, por perto. Havia sido muito atenciosa comigo quando tive de cancelar nosso encontro por causa de uma enfermidade, e deu-me a impressão de ela ser extrovertida (mesmo que sua voz estivesse um pouco trêmula inicialmente).

Essa impressão se confirmou ao longo das quase 2 horas em que sentamos juntas no sofá da sala. Ela parecia bastante motivada para conversar. Contou de suas várias experiências como mãe, da gravidez e do parto até o planejamento da primeira festa de aniversário da filha, que seria dali a poucas semanas, e das adequações que precisou fazer na vida profissional por conta da nova rotina – com a ajuda da mãe.

Por um bom tempo, discursou sobre Sara, animada por ela ter aprendido a andar na semana anterior. Falou dos programas favoritos de TV, de como a filha conhecia todas as canções, e descreveu-a dançando, cantando e folheando livros.

Quando perguntei se cantava para a filha, retrucou com um forte “Sim!” e continuou contando como durante toda a gravidez também queria fazer tudo que soube fazer bem para o bebê. “Eu posso ter exagerado um pouco. Diziam que faz bem cantar, então eu cantava. Faz bem ler histórias, então lia historinhas. Vivaldi faz bem, então tocava Vivaldi com o celular pertinho da barriga.”

No hospital, quando Sara nasceu, ela e o marido receberam um *kit* especial que vinha com um CD. Tocavam o CD *toda* noite para a Sara dormir. Aí notaram

que isso era demais, pois a filhinha só dormia se tocasse aquele CD. Então foram variando.

Gosta de cantar músicas infantis de CDs e de programas da televisão a que assistem. Às vezes, canta uma atrás da outra. No carro, é o *Parabéns a você* que faz o maior sucesso. Quando ouve a mãe cantar essa música, Sara imediatamente começa a bater palmas e cantarolar junto. Isso ajuda Esther a saber que está tudo ok, pois como a cadeirinha fica virada para trás, ela não tem como ver o que está acontecendo. Como saberia se houvesse algum problema?

Esther disse que realmente gosta *muito* de cantar. Quando canta, se sente viva. Ficou claro para mim que cantar é uma atividade especial em sua vida. Hoje, seu lugar favorito de cantar é o carro. “As pessoas devem achar que sou louca. Ligo o rádio e saio cantando junto.”

Tinham ido a um churrasco recentemente e Ester cantou a tarde toda, uma música depois da outra. Chegou rouca em casa. Comenta, com deleite, como Sara ficou brincando “numa boa” com as outras pessoas na festa, mas não deixava de olhar para a mãe enquanto ela cantava.

Esther listou seus artistas preferidos, sua preferência musical por música lenta, como bossa nova e MPB, preferindo músicas mais antigas. Gosta de cantar para Sara as canções da época que cantou no coral – tem tão boas lembranças do coral!

Quando pedi para contar algumas lembranças de ela cantar para Sara, exploramos juntas cada uma. Por exemplo, certo dia Sara deu um berro, do nada, e quando Esther chegou, a filha colocou a mão da mãe na boca e Esther automaticamente começou a cantar. A filha ficou quietinha. No dia seguinte, o marido mandou uma mensagem para ela dizendo como ela era uma pessoa

maravilhosa! “Por quê?”, perguntou. “Você foi lá, cantou e a Sara parou de chorar na hora”, foi a resposta. Ela achou ótimo!

Quando Sara era pequena, Esther não via nenhuma reação dela ao seu canto, mas aos poucos, com o passar dos meses, percebeu a filha cantarolando junto e mexendo o corpo. Acredita que esse é o sinal de que Sara gosta de uma música: cantarola e mexe o corpo com o ritmo. “Quando não gosta, fica quietinha, parada.”

Esther percebeu facilmente o que acontecia com a filha quando cantava para ela. Mas Esther achou muito difícil explorar como era para *ela* quando cantava para a filha. “Não sei como é. Nunca parei pra pensar nisso... Cantar é tão natural... nem penso antes de cantar, simplesmente acontece. Mas espera aí, estou pensando... talvez no começo cantar só servia para acalmar.”

“Acalmar você ou a ela?”, perguntei.

“Ela... e eu também.”

Esther percebeu, com o passar dos meses, que cantar dava certo! “Isso me deu segurança! Eu me sinto poderosa.” Essas palavras vieram com força.

Quando perguntei se ela se lembrava de uma vez em que tinha se sentido assim, ela pensou um pouco e contou de quando nasceram os dentes de Sara. “O primeiro, não tanto, porque eu ainda estava experimentando, mas o segundo dente, quando Sara passou o dia inteiro com dor. Passei o dia cantando. E deu certo!” Era surpreendente para ela, especialmente porque Sara nunca tinha tido cólica, então não havia experimentado isso antes.

Lembrou-se também de ter cantado para ajudar na disciplina, para distrair a filha. Por exemplo, quando Sara ia colocar a mão na tomada, começou a cantar uma

canção (das que a filha gosta muito, como o dueto do filme Frozen), e aí ela bateu palmas, começou a dançar e se esqueceu da tomada.

Um dia, ao sair do salão de beleza, logo que se ajeitaram no carro, caiu um pé-d'água! Na mesma hora, começou a cantar *Águas de Março*. “Adoro essa música!” Enquanto conversávamos sobre essa experiência, Esther me assegurou que teria cantando mesmo se Sara não estivesse lá, mas nesse caso ficou olhando pelo espelho retrovisor para ver qual seria a reação da filha.

Quando a família saiu de viagem, levou uma pilha de CDs e ela foi cantando durante todo o percurso. Rindo, Esther conta que o marido descreve o carro como sendo o palco dela. Fiquei curiosa de saber se gesticula enquanto canta. “Sabe que eu não tenho a mínima ideia!?... Mas com certeza tem mão!”

Deu para perceber que Esther curte muito ser mãe, e isso desde a gravidez. Mas teve também desapontamentos, os quais descreveu pormenorizadamente: não poder ter o parto normal, não poder amamentar, noites longas sem poder dormir, 5 meses de instabilidade emocional. “Eu não era eu mesma, estava estranha, fora do controle, emocionalmente abalada, tudo ficava aumentado, a alegria, tristeza, tudo.” Mas aí, a partir de novembro, as coisas mudaram. Sentiu-se segura.

Enquanto Esther lia e assinava o Termo de Consentimento, disse que gostou muito do tema da minha pesquisa, perguntou se eu estava entrevistando outras mães e queria recomendar duas conhecidas. Nosso tempo juntas terminou com ela mostrando fotos de sua família, amigos e, é claro, da Sara bebê.

Olhando para nosso tempo juntas, cantar para sua filha parece ter tido um aspecto de “eu consigo”. Seja como instrumento para acalmar, ajudar na disciplina, seja para dar *feedback*, até durante a gravidez; dá segurança e a faz sentir-se poderosa. Agora com a filha, tem mais “público”.

4. SILVIA

Conheci Silvia alguns anos atrás. Dei algumas aulas de canto para ela na época e depois disso nos encontramos com pouca frequência, mas sempre com muito carinho e interesse. Fiquei muito feliz quando soube de sua gravidez e tenho acompanhado com alegria o crescimento de sua filha, que agora está com 6 meses.

Quando nasceu, Érica passou um mês inteiro chorando e dormindo pouco. Até descobrirem qual era o problema, Silvia sofreu muito e pensava ter feito a escolha errada em ter filhos. Mas desde então já mudou “da água para o vinho” e está curtindo muito ser mãe; até já recomenda aos amigos terem filhos.

Quando cheguei a sua casa, Silvia me recebeu com um sorriso e já foi explicando que o marido, que iria ficar com Érica enquanto conversávamos, teve de sair. Logo que sentei no sofá da sala, Silvia informou: “Ela acabou de acordar. Só um minutinho.”

Tivemos, portanto, a companhia da pequena Érica (no carrinho e depois no colo da mãe) ao longo das 2 horas que passamos ali na sala. Depois de um tempo, a mãe dela chegou e levou a netinha ao quarto para brincar. Seu esposo também chegou, no final da nossa conversa, passando alguns minutos na sala conosco, enquanto arrumava suas coisas, e depois foi para o quarto. Tanto um quanto o outro pareciam cuidadosos em preservar o espaço de nossa conversa e ao mesmo tempo contribuíram com pequenos comentários, respondendo a eventuais perguntas de Silvia.

Inicialmente, conversamos sobre inúmeros aspectos de sua rotina como mãe, de sua preocupação atual em voltar a trabalhar, da visita dos seus pais, da primeira gripe de Érica e da nova etapa de apresentação dos alimentos. Ficou claro para mim, durante esse período inicial, que Silvia está bem ligada às necessidades da

filha, protetora e bem à vontade no seu novo papel de mãe, tanto pelas suas atitudes quanto pelas histórias que contou. Só anda de carro com a filha, por exemplo, se estiver com outra pessoa junto para da filha cuidar.

Quando perguntou sobre minha pesquisa, expliquei que estava interessada em explorar uma área ainda pouco conhecida, da experiência de mães cantarem para os filhos. Tenho, porém, a impressão de que Silvia entendeu que eu me referia à música clássica e ao canto formal (faria sentido, considerando nossa relação), pois disse: “Minha mãe dizia pra tocar música clássica quando eu estava grávida. Disse para mim cantar pra barriga, mas na verdade quem cantou mais foi meu marido. Tanto é que quando a Érica nasceu ela reconheceu a voz *dele*. Gostava muito de ouvir sua voz”. Silvia explicou que chegava do trabalho depois de falar alto o dia todo na escola (é professora do Ensino Fundamental) e só queria ficar em silêncio, não falar, não cantar, ficar quietinha.

Enumerou diversas músicas que o casal canta para a filha e contou como Érica canta junto, fazendo seus próprios sons. Era fácil imaginar isso acontecendo, pois enquanto conversávamos, Érica, sentada no carrinho, vocalizava com frequência, participando da nossa conversa.

Silvia contou, animadamente, que quando chegava uma visita cantavam uma canção e ficavam naquela expectativa de ouvir a filha cantar junto.

“Você gosta *muito* quando ela faz isso”, observei.

“Ah, é uma delícia!”, e em outro momento do nosso encontro Silvia pegou Érica no colo e cantou a mesma canção, mas a filha não respondeu da forma esperada. “Acho que ela já passou dessa fase”, observou.

Depois de sua mãe levar a neta para o quarto, ficamos em silêncio e Silvia perguntou, então, qual meu interesse no estudo. Como esse parecia um recomeço,

e eu já havia explicado, verbalmente, meu objetivo, pareceu-me interessante apresentar-lhe o Termo de Consentimento. Silvia leu com atenção e queria saber por que eu havia escolhido bebês até 18 meses. Quando expliquei que era por ser a época em que as mães costumam cantar mais, ela observou que os adultos falam mais cantado com bebês, e com o passar dos meses eles passam a conversar. Nesse exato momento, sua mãe cantarolou com a filha lá no quarto. “Tá vendo?”, apontou, “com bebês a gente não fala ‘veja só, caiu’, a gente cantarola ve-jaa sóo, caaa-iiu”, representou cantarolado. “Falamos mais próximo da linguagem do próprio bebê.”

À medida que conversávamos sobre isso, foi interessante como, passando a usar o termo “cantarolar”, em vez de “cantar”, abriu-se um novo leque de possibilidades. Se inicialmente ela não tinha muitas experiências de cantar para relatar, quando falei em cantarolar, disse: “Ah, isso eu faço *toda* hora”, e contou que cantarola muito mais do que fala com a filha; tudo vem com melodia.

O que seguiu, então, foi uma exploração conjunta das situações em que canta. Ela contava sobre cada uma. Eu perguntava como era para *ela* e Silvia refletia um pouco, às vezes em longos silêncios em busca de palavras.

A primeira situação que exploramos foi a de ela cantarolar da cozinha enquanto prepara um lanche ou refeição, enquanto a filha ficava sentada no carrinho no cômodo ao lado (a cozinha fica apertada para ambas). Inicialmente, disse que cantava para dar segurança para a Érica. Sentia-se segura sabendo que a filha ficava segura com o seu som... e pensou mais:

“É difícil, porque cantar é uma coisa que simplesmente faço. Nem penso. Como é pra mim...?”, procurava palavras, sem conseguir encontrá-las.

Tentei ajudá-la descrevendo a situação. “Você está na cozinha, a Érica ali no carrinho, e então você começa a cantarolar...”

“Pra mim, é comunicar”, afirmou subitamente. “Com os sons dá pra comunicar muito mais.”

Mais do que falando, imaginei. Comentei como nós *poderíamos* falar, mas escolhemos cantarolar na hora, colocar uma melodia - e ficou no ar a pergunta: por que será? O que cantarolar faz de diferente?

Silvia continuou pensando e tentou novamente: “É como estivesse falando com minha canção: ‘Olha... sei que você está aí’. É muito bom saber que ela sabe que estou ali e estou prestando atenção nela”.

Finalmente, concluiu que fica tranquila quando canta; fica com uma sensação boa de estar sabendo que está acontecendo alguma coisa, e também fica sabendo, pelas reações da filha, como ela está.

Na hora de trocar a fralda e vestir a filha, Silvia também cantarola. Às vezes, por exemplo, quando Érica não quer vestir a manga da camisa, cantar ajuda. “É mais pra distraí-la, pra sossegar.”

Aí tem a hora do banho. Érica adora tomar banho, sempre gostou. Depois de ficar limpinha, brinca, alegremente, batendo na água enquanto a mãe canta diversas canções.

“E como é pra você esse cantarolar?”, perguntei apontando para o peito.

“Ah, eu vou fazendo, é automático. Não faz muito sentido.”

Parecia que esse cantar era diferente daquele da cozinha e da troca de fralda, então perguntei: “É como música de fundo?”.

“Isso! Cantarolar é só estar ali junto, mais pra acompanhar o banho, companhia durante a atividade.”

Silvia comentou sobre uma amiga que gosta muito do rock. Desde pequeno, o filho ouve e hoje gosta, fica à vontade. “Mas se a Érica fosse ouvir ia se assustar. Assusta até com o barulho da moto do pai quando ele chega”. Acredita que há certos sons que cada um se acostuma a ouvir, que se tornam familiares.

Nossa conversa voltou, de forma natural, ao assunto inicial do seu retorno ao trabalho, dos preparativos para essa mudança na rotina da família e de amigos que passaram pela mesma situação. Quando nos despedimos, deixei as três gerações no portão: mãe, filha e neta.

Olhando para trás, parece que para Silvia o cantar tem uma qualidade de “ir em busca de” e uma qualidade de “ligação” que dá a ela uma certeza de estar cuidando bem da filha. Cantar reassegura-lhe que ela está mantendo contato.

Por um momento, fiquei perguntando por que não exploramos mais suas experiências – eu queria mais! –, mas sei que iria parecer que eu estava puxando demais se continuasse...

5. NICOLE

Conheço a família de Nicole desde sua adolescência, mas só me lembro de ter tido uma conversa mais significativa com ela pouco tempo antes de seu filho nascer. Na ocasião, estava preocupada com como iria ser a rotina quando Eric nascesse.

Quando liguei para falar de minha pesquisa, ela prontamente se dispôs a participar e preferiu vir até minha casa sem o filho de 16 meses. Por ter tido um contratempo no primeiro dia marcado, quis logo remarcar para a semana seguinte.

Quando entramos na sala, conversamos sobre minha sogra (que é acamada) e Nicole explicou que sabia bem como era, pois, sendo fisioterapeuta, havia cuidado

de idosos em atendimento domiciliar. Inclusive precisou abrir mão da profissão, pois tem uma doença que provoca dor constante e depressão. Quando atendia aos clientes, sentia muito cansaço e dor – às vezes só conseguia atender a um deles - e também acabava se envolvendo demais com eles. Enquanto contava detalhes, fiquei imaginando sua situação: dia após dia com dor, cuidando de um filho pequeno...

Após um silêncio, Nicole quis saber da minha pesquisa. Quando expliquei, logo foi contando que a primeira coisa que percebe é que desde que o filho nasceu ela passou a cantar *muito* mais. “Cantar e rir. Na gravidez eu não cantava, não. Não me sentia à vontade de falar com a minha barriga nem de cantar pra barriga. Mas desde que o Eric nasceu passei a cantar pra ele, e muito! Até de manhã, no pico da dor, quando geralmente estou mais mal-humorada, canto... No começo, era meio estranho, mas agora já ficou natural... É isso”, e parou de repente.

Depois de um silêncio, pedi para compartilhar uma lembrança de estar cantando para o filho. “Quando o Eric era pequeno, eu cantava na hora do banho, mas ele era uma planta!!! Ficava lá, parado. Com o passar do tempo, vi algumas reações dele e pensava: Nossa!, ele está prestando atenção no que estou fazendo, tudo que falo!” Isso a deixou preocupada. “Preciso tomar mais cuidado com o que falo e faço! Ele tá vendo tudo.”

Nicole queria saber se era assim com as outras mães. Quando respondi que havia coisas em comum, sim, e que estava interessada em cada uma em particular, ela lembrou que um dia estava no carro, o Eric chorava e ela começou a cantar. “E *na hora* ele parou!”

“E como foi isso para você?”, perguntei.

“Bem, quando começou a chorar, eu estava procurando o que pudesse fazer...” De repente, Nicole interrompeu sua descrição: “Sabe, tem horas que quero cantar e é gostoso, mas tem horas que tenho de cantar mas não quero”. E voltou a falar do carro: “Quando cantei, senti como se estivesse abraçando o meu filho. Abraçando meu filho com meu som”.

Ficamos em silêncio. Eu absorvia suas palavras: “Que bonito!”, pensei. Mas era o seu comentário anterior que havia chamado mais minha atenção.

“Puxa, Nicole”, comentei, “estou pensando em como isso é presente na vida de mãe: fazer algo mesmo quando a gente não tem vontade... de se doar”.

Nicole, então, emocionada, chorou e contou das frustrações e dificuldades que passa e que enfrentou no passado, aprendendo a lidar com sua doença, família, valores e incoerências. Hoje, percebe que tinha a noção errada de que precisava fazer tudo para agradar o outro. Com a ajuda da psicoterapia, foi aprendendo a dar ouvidos a si mesma.

Lembrou, então, que tinha falado sobre como cantava mesmo sem vontade de cantar, e fez um paralelo com o comportamento da sua família. Pensou um pouco e confessou:

“É..., eu faço igual”, e fez uma pausa. “Não tem como fugir. Fica difícil, porque tem horas que a gente quer cantar, mas tem horas que não quer, e a gente canta mesmo assim.”

Disse que se vê como uma pessoa muito frágil, mas parou e corrigiu: “Não. Na verdade, eu *digo* que sou frágil, mas sou é corajosa, eu enfrento”, e contou um exemplo.

Contou também de uma amiga que declarou não querer ter filhos. “Ela não quer porque considera-se muito egoísta. No começo, achei isso um absurdo, mas

hoje vejo que ela é mesmo muito corajosa. Afinal, ela sabe que é egoísta. Percebe e admite seu egoísmo.”

Durante o restante do nosso tempo juntas, Nicole quis saber de minha experiência de criar filhos e se eu tinha feito alguma coisa para mim durante a infância deles. Assim, passou-se uma hora e meia de encontro intenso e emotivo.

6. ALICE

Conheci Alice alguns anos atrás e lembro com carinho as conversas que tivemos, mas desde que nasceu a filha, há 17 meses, tem sido mais um “Oi! Tudo bem?”.

Ao receber o convite para participar de minha pesquisa, Alice aceitou prontamente. Perguntei sobre a presença da filha em nosso encontro e ela informou que, estando no ambiente dela, Daniela ficaria tranquila.

Quando cheguei a sua casa, nós três sentamos no tapete da sala e pensei, por um momento, que nosso encontro iria virar uma visita - sem pesquisa -, mas 2 horas se passaram muito rapidamente e, em meio aos bloquinhos, brincadeiras, lápis de cor e choros, sinto que tivemos um encontro e exploramos sua experiência de cantar para a filha. Além disso, acabou sendo muito divertido ter uma menina conosco; trouxe muitas lembranças de minha filha nessa idade.

Aos poucos, de forma “picada” e em meio a conversas sobre atividades de mãe, rotina, trabalho e brincadeiras com a filha, Alice perguntou sobre meus estudos, interessada em detalhes. Quando perguntou sobre a pesquisa, achei mais fácil entregar-lhe o Termo de Consentimento para que pudesse ler enquanto Daniela e eu desenhávamos. Sua primeira reação foi: “Que lindo!”, e contou que tornar-se mãe trouxe lembranças de todas as músicas da infância que não cantava havia

muito tempo. As canções voltavam à memória e fazia um esforço para se lembrar das letras. “Tem aquela da *Barata, rá-rá-rá*, que até hoje meu esposo diz que tem outra estrofe!”

Lembra-se de cantar frequentemente – muito! Durante a gravidez, cantou muito para a barriga, inclusive havia uma das músicas, em especial, que desde então não tem cantado.

Depois de mais um tempo interagindo a três, Alice perguntou como poderia contribuir para minha pesquisa, e a partir de então ela compartilhou diversas lembranças de cantar para a filha. Inicialmente, eu perguntava como era para ela, mas aí começou a perguntar-se e ia contando. E assim fomos caminhando, entre brincadeiras e as demandas da filha, ela mesma, por si só, retornando ao tema da pesquisa.

A primeira lembrança que compartilhou foi a de cantar no banho - a mesma música desde que Daniela nasceu. Quando canta no banho, tem a sensação boa de estar ensinando, passando informações sobre o corpo, “É meu lado de fisioterapeuta, e também estou passando uma mensagem importante para a vida, a mensagem mais importante de todas, de valores, da nossa fé”. Ela explicou que a letra é sobre limpar diversas partes do corpo e termina falando de Jesus limpar os pecados. Alice fica muito feliz, satisfeita ao ver a filha acompanhando a música, cantando junto e apontando para as diferentes partes do corpo. Mas enfatiza que não foi sempre assim; foi acontecendo aos poucos. “No começo, quando Daniela era pequena, era mais só estar junto, porque ela não reagia muito. Mas eu fazia questão de cantar, pois é muito importante pra mim passar o que acreditamos.”

Aí lembrou que durante 3 meses a filha teve cólica todas as tardes, e Alice ficava horas e horas cantando na sacada, onde era mais fresco. Não sabia dizer se

era o canto ou se era uma série de fatores juntos que ajudavam, mas gostava de pensar que era sua voz que acalmava e ajudava Daniela.

Às vezes, a própria filha pedia para cantar alguma melodia específica. É o passarinho que vê e pede a música do Piu-Piu, é um personagem que vê e pede a música do programa de TV. Quando pede uma, duas, três vezes, tudo bem, mas se continua pedindo, Alice passa o bastão para o marido. “Tem hora que não dá mais; eu estou na cozinha e não posso parar o que estou fazendo só pra ficar cantando pra ela.” Daniela quer *toda* a atenção. A mãe tem de parar de cozinhar para cantar. Inclusive, no carro o casal às vezes está tendo uma conversa importante quando a filha pede para cantar, mas não querem parar só para atender ao seu pedido. É difícil!

“E outra coisa: é duro também cantar só por obrigação. Não dá! Como cantar quando não se tem vontade, quando queremos fazer outra coisa?”

Quando Alice entende qual música a filha está pedindo e canta, acaba sendo gostoso. Tem prazer em ver quanto a filha já consegue fazer junto, quanto já aprendeu. “Quando a Daniela canta junto, é uma coisa de mãe coruja!” Mas há horas em que não entende o que ela pede.

Outra lembrança que tem é da música do *Bom Dia!*, que canta todos os dias de manhã, logo que a filha acorda. Faz questão de cantar. Se for a filha que desperta Alice do sono, mesmo meio sonolenta vai cantando, “no automático”. Deseja que, ao cantar, a filha tenha um bom começo de dia, “porque na *minha* casa era desagradável acordar: ‘Alice! Tá na hora de levantar! Acorda!’”, a mãe gritava da porta. O meu pai já não. Ele queria encher meu rosto de beijos, e eu me escondia embaixo da coberta porque ele vinha com aquela barba que dava cócegas.” Quando

a filha acorda e Alice já levantou, chega ao berço com alegria, com um despertar para a vida pelo começo de um novo dia.

Na hora de trocar a fralda, canta também a música de *Bom Dia!* e sempre se lembra de uma senhora, a D. Otaviana, que foi uma pessoa muito especial para ela e para o esposo. Eles se conheceram durante uma estada curta em outra cidade onde moraram. Então hoje, quando canta para sua filha, “é uma homenagem à D. Otaviana”. Lembra do seu carinho, sua pessoa, a cidade, aquela fase da vida.

Alice afirmou ser muito difícil, um desafio, a filha ter suas próprias vontades. Ela deixar de fazer o que quer, as coisas do jeito que ela gosta – “e eu gosto das coisas certinhas”- quando a Daniela quer diferente.

“No começo, era muito fácil: ela só dormia e a gente trocava a fralda.” –

“E – interrompi – tinha a cólica.”

“É...” – pensou, e continuou –, “mas mesmo a cólica era previsível.” Hoje há momentos em que Alice quer cantar uma música e Daniela diz: ‘Não!’ ou, ao contrário, a filha pede para a mãe cantar uma música que ela não está a fim de cantar naquela hora.

Esse assunto interessou Alice e conversamos mais enquanto brincávamos com Daniela, e isso até nos despedirmos.

Olhando para nosso tempo juntas, parece que há diferentes significados para o seu cantar. Às vezes, Alice canta como forma de ensinar, transmitir algo, ou informação, atenção, atitudes ou memórias. Outras vezes, parece representar uma batalha interior: “Quanto espaço existe pra mim? Pra minha filha?”

7. GABRIELA

Fiquei impressionada com a tranquilidade com que Gabriela conversou comigo em sua residência. Ela e sua mãe me acolheram e me apresentaram ao Rodrigo, um dos gêmeos de 5 meses que brincava sentado, tranquilo, numa cadeirinha colorida, no chão da sala. Ele ficou ali durante uma hora, enquanto Gabriela e eu conversávamos na mesa de jantar, no mesmo ambiente. A irmãzinha gêmea acordou nesse meio tempo e ficou ao lado do irmão até o final, quando foram levados ao berço. Seu marido chegou em casa nesse período e passou por nós dando um rápido olá. O ambiente era aconchegante e de serenidade.

Nossa conversa se desenrolou naturalmente sobre dois temas: os filhos e sua experiência como mãe de gêmeos. Ela contou da ajuda dos pais tanto durante o final da gravidez quanto nos primeiros meses de adaptação. Falou dos planos de voltar a trabalhar nas semanas seguintes, da falta que sente de outra atividade (sem ser ficar com os filhos dentro de casa o dia todo), das diferenças entre os dois filhos e das táticas de cuidar de dois. Comentou que nos últimos 4 dias havia colocado CD de canções de ninar para ajudar a filha a dormir, e parecia estar dando certo. Falou de sua rotina, dos horários das mamadas e do desafio que foi quando os gêmeos ficaram internados durante a primeira semana de vida.

Quando perguntei se cantava para os filhos, ela ficou um pouco reticente e disse que cantava só no banho. Explicou que não tinha o hábito de cantar - nem na gravidez cantou, apesar de lhe terem recomendado cantar uma música que os bebês pudessem reconhecer depois de nascidos. Disse que não conhecia músicas infantis e que não se lembrava das letras. “A minha mãe mesmo não cantava pra gente também”, comentou, e virou para a mãe, sentada no sofá brincando com os

bebês, em busca de confirmação. “É, eu nunca fui de cantar mesmo. Nem eu, nem meu marido”, a mãe atestou.

Aos poucos, investigamos a rotina do banho. Gabriela leva um de cada vez e tem momentos alegres com cada um. Ela gosta muito da hora do banho. É um momento de intimidade. Costuma improvisar uma melodia e a letra vai de acordo com o momento, falando do corpo, de qualquer coisa que vem à mente. Ela vê o cantar como um entretenimento para os filhos e gosta de fazer isso. Acontece naturalmente. “Se eu não quisesse, simplesmente não iria cantar. Não é forçado.”, diz. “Eu não demoro no banho; não é um momento de relaxamento. Não tenho pressa, mas também não demoro, mesmo porque o outro está esperando e não quero bagunçar os horários das mamadas.”

Ao conversarmos um pouco mais, Gabriela lembrou que também canta quando estão assistindo a um programa infantil na televisão. Gosta de sentar junto, interagir e cantar a letra que aparece na televisão. “Faço questão de sentar junto com eles. E quando canto, eles não sabem se olham para mim ou pra TV.”

Gabriela quis deixar claro que não canta muito para seus filhos, mas fala *bastante* com eles. No fim de nosso encontro, ela parecia lamentar não cantar tanto. Talvez sentisse que deveria cantar mais; comentou: “Desde a gravidez eu poderia ter cantado músicas de adulto, já que não sei essas de criança... mas na hora não me ocorreu”.

Depois de um *tour* no lindo quarto de bebê decorado, despedi-me da família e fiquei pensando de onde vinha a cobrança de ela cantar e o que minha presença ali poderia representar para ela.

8. ROSANA

Rosana recebeu-me calorosamente em seu apartamento e logo apresentou sua filha, Jaqueline, que dormia no carrinho de bebê no meio da sala. O bebê, com a cabeleira completa e comprida, parecia ter bem mais do que seus 2 meses e foi o centro de nossa atenção a maior parte de uma hora e meia que ali passamos sentadas no sofá. Adormecida, Jaqueline mexia-se com frequência e fazia caretas. Qualquer movimento seu chamava a atenção da mãe, que fazia perguntas e comentários: “Que é isso, Jaqueline?”, e para mim: “Você viu?”.

Senti-me mergulhada no mundo de cuidados ao bebê à medida que a conversa girava em torno da rotina de sono e alimentação da pequena. “A Jaqueline é muito tranquila. Está vendo? Ela é assim, calma... No começo, tinha muita cólica... Ela acordava muito, de dia, de noite...” É a primeira neta dos dois lados e está sendo bem “paparicada”. “Meu pai nunca foi muito ligado em mim, mas hoje até telefonou para certificar se a Jaqueline estava de cobertor, porque está muito frio.” Rosana fez observações sobre os olhos da filha (tem um olhar vivo, atento), contou do primeiro passeio ao parque e ao shopping, das amigas de barriga, sobre a sessão de cinema para mãe-bebê e da casa de chá para mãe-bebê.

A primeira vez que saiu sozinha com a filha foi para ir ao cabeleireiro. Foi muito tranquilo, pois a filha dormiu o tempo todo. “Vi que dá pra fazer as coisas. Só que demora muito pra sair!”

Fiquei lembrando minha experiência de recém-mãe, inclusive porque Rosana fez várias perguntas sobre minha experiência como mãe e sobre meus estudos também. Contou que está de licença por mais de 6 meses e tem dúvida se vai voltar a trabalhar: “Ela é tão pequena!”.

Depois de um tempo conversando, perguntei se cantava para a filha. “Então..., eu preciso aprender umas músicas infantis. Conheço muito poucas.” Fiquei pensando: de onde será que vem essa demanda...?

Rosana disse que cantava desde a gravidez e que hoje em dia canta para ninar e adormecer a filha. “No começo - quero dizer - mais no começo, - porque ainda está no começo -, eu levava a Jaqueline de madrugada para a poltrona e cantava depois dela ter mamado e trocado a fralda, para ajudá-la a dormir para ser mais rápido.” Percebeu que cantar na poltrona ajudava. Cantava uma música conhecida ou inventava uma melodia ou letra. Rosana se diverte inventando, fazendo rimas, e mesmo quando não sai rimando dá gargalhada; e a filhinha ri junto. “Agora ela já reage, ri, balbucia dadada gugu.”

Acrescentou: “Desde que você ligou, fiquei pensando como conheço super poucas músicas de ninar. Eu preciso ir atrás e aprender pra poder cantar pra Jaqueline”. Procurou e encontrou na internet algumas melodias e de vez em quando toca as músicas e canta junto. “Sabe aquela cantiga: *Nesta rua, nesta rua...*? Ela é tão bonita! A Jaqueline fica olhando, atenta quando canto... Porque as outras – nossa! – têm outras que têm a letra horrível! Mas a gente se diverte, ri juntas.”

Às vezes, canta sozinha, e outras vezes canta junto com uma gravação. Quando perguntei se ela via diferença, disse: “Tanto faz!”, mas é até um pouco mais gostoso ter o acompanhamento, “Mas já percebi que a Jaqueline presta mais atenção quando só eu canto”.

Quando perguntei como era para ela cantar para a filha, disse que canta para tranquilizar. É algo gostoso, sente-se bem de passar para a filha alguma coisa, de ter um momento de interação, de troca. “Faço isso como algo expressivo, significativo, ... de ser mãe, de estar me doando.”

Rosana disse que gosta muito de cantar: “Já cantei em banda e cantei na escola também. Agora preciso aprender novas melodias”.

Faz uma pausa e continua: “Eu converso muito com ela, converso muito mais do que canto”.

Ao final de nosso tempo juntas, Rosana estava muito contente e explicou que havia ficado preocupada se a filha iria dormir para ela poder me receber, conversar. “Ela encheu a fralda logo antes de você chegar e pensei: será que ela vai deixar eu conversar com a Elizabeth?”

Encontros com mães norte-americanas

9. HELEN

Ao me despedir de Helen, percebi que senti o *coração cheio* – e isso combinava bem com nossa conversa... Mas estou me adiantando. Helen e eu nos conhecemos casualmente quando fui visitar um parente durante um feriado. Logo que ela soube de minha pesquisa, quis participar e me deu seu número de telefone, um dia, horário e local para o encontro.

Quando cheguei, ela já estava esperando na mesa de um mercado espaçoso e moderno. Sentei num banquinho, tentando me acomodar no lugar desconhecido. Helen era uma moça tão simpática e sensível, que rapidamente me esqueci do ambiente, enquanto conversávamos durante uma hora sobre suas experiências de cantar para a filha de 18 meses.

Depois de perguntar sobre meus estudos, a primeira coisa que ela disse foi que *amava* cantar e que tem cantado para sua filha desde a gravidez: “Eu cantei - mais do falei - quando grávida”.

Hoje em dia, canta na hora de dormir como o último passo da rotina de deitar Kardia. Canta uma música que o pai cantava (*Roo-roo-roo*), acrescentando uma contagem de números, segurando a filha bem perto do peito, abraçando-a. Helen acredita que isso ajuda a filha a lidar com a separação. “É assim: *Roo* - e aí cama. Digo exatamente até que número vou contar e aí ela sabe que já é cama.”

Quando perguntei como era aquilo para ela, Helen ficou quieta por um bom tempo. Então, para minha surpresa, lágrimas encheram-lhe os olhos: “Cantar para Kardia é... compartilhar almas...”, revelou, fazendo um movimento em círculos com as mãos para expressar uma ligação contínua entre as duas. Sente-se muito perto da filha. Helen continuou explorando isso: “Eu... é estar conectada... é amor!”.

A intensidade que colocou nas palavras me pegou de surpresa. Eu não esperava tanta emoção. “Isso é forte!”, eu disse. “Sim! A conexão que temos é muito forte – forte a ponto de, se eu acordar de noite, Kardia também acorda e vice-versa.” Ela se deu conta de que cantar o *Roo* contando no fim do dia também ajuda a si mesma com a separação, porque ela não quer deixar a filha. Afinal de contas, esse é um momento muito gratificante; não quer que termine. “É a melhor parte do meu dia! E eu sei que só vai ser por um tempo; ela não vai querer que eu cante pra sempre.”

“Agora é a hora.”, ponderei.

“Exato. Eu sei que ela vai crescer e não vai mais querer que eu cante pra ela.”

Fiquei imaginando se a emoção forte de compartilhar almas era algo que ela sentia só na hora de dormir ou se era geral. Helen pensou um pouco e disse: “Durante o dia, quando eu canto para Kardia, sinto isso, mas na hora de dormir é

mais completo”. Ela percebeu que durante o dia cantar é mais “brincalhão”; tem essa conexão, mas não é tão intensa.

Quando pedi um exemplo, Helen lembrou-se de quando cantou uma canção e Kardia cantou junto, fazendo sons e movimentos: “Agora ela me acompanha, e fica muito mais gostoso!”. Pensando um pouco, Helen também lembrou que há momentos em que elas estão fisicamente separadas, como, por exemplo, no carro: “Ela está lá atrás e eu não posso tocá-la. Então canto”. Ela descreveu cantar nessas horas como “um cordão umbilical substituto que conecta a gente”.

Expressou como tem sido gratificante ser mãe. Não tinha certeza como iria ser, não sabia se iria funcionar, mas quando Kardia nasceu, “o sapato coube perfeitamente”. E agora, à medida que o tempo vai passando, continua gostando de cuidar da filha, mas também faz questão de ser ela mesma. Acredita ser importante ouvir a filha “porque alguns pais não tentam ouvir, não prestam atenção às necessidades e desejos – e também não colocam limites. ‘Agora é a vez da mamãe’, digo pra ela”.

Quando Kardia tinha 3 meses, em viagem de carro ligaram o rádio e ela reclamou. Mudaram de estação e ela se acalmou – até que acabou aquela música e ela reclamou de novo. Mudaram outra vez e Kardia se acalmou novamente. “Notei que ela gostava da música. As pessoas nem sempre tentam, não percebem o que seus filhos precisam ou gostam”. Helen explicou. Ela gosta de ficar “ligada” na filha, reconhecendo suas necessidades, seus desejos e suas preferências.

Também explicou que escolheu cantar e falar só em espanhol com a filha. A língua nativa de seu esposo é o espanhol, e ela residiu durante um certo tempo num país da América Latina. Ficou claro que Helen gosta de falar e aperfeiçoar seu espanhol. Conversamos sobre essa decisão de comunicar e cantar em espanhol

para a filha. Ela achava que estava ligada à sua história familiar, à sua avó (que falava e cantava para o pai em espanhol). “Agora é minha vez de usar o espanhol.”

Atualmente, Kardia está começando a falar e pede certas músicas, e ainda quer que repitam “De novo, de novo!” (pede em espanhol). “Outro dia, ela viu uma folha no formato de uma estrela e disse: ‘Olhe! *Twinkle, twinkle!*’”, referindo-se à música da estrela. Helen pegou o celular para mostrar a foto. Ela está encantada com a filha e acredita que seja importante cantar. Inclusive, “em qualquer lugar que deixo Kardia, escrevo um bilhete dizendo: ‘se ela ficar irritadiça, é só cantar’”, pois já sabe que cantar acalma sua filha.

10. RACHEL

Nossa, que conversa divertida! E também pude conhecer o pequeno Leon, de 7 meses. Encontramo-nos numa padaria, chegando na mesma hora, então, apesar de não a conhecer antes, imaginava que fosse a moça com o carrinho de bebê. Nós nos apresentamos e conversamos tranquilamente num cantinho da padaria deserta por pouco mais de uma hora, enquanto Leon dormia.

Contatei Rachel por meio de uma amiga em comum, e ela havia se esforçado para conseguir um momento livre na agenda cheia, a fim de estar ali comigo.

Logo, quis saber sobre meus estudos e pesquisa, e quando contei brevemente em que estava interessada a primeira coisa que ela me disse foi que *não* era cantora. Havia, sim, cantores na família, mas ela não era um deles.

Quando Leon nasceu, não se sentia confortável cantando para ele. “Tinha vergonha! Era estranho!” Aí viu as amigas cantando para os bebês e decidiu que não precisava cantar perfeito. Iria tentar de novo.

“Não é uma questão de *performance*.”

“Exato! Era simplesmente uma coisa especial que eu poderia fazer por ele.”, Rachel respondeu. Uma vez que decidiu, relaxou e continuou cantando sem se sentir incomodada nem com vergonha.

“Sempre canto à noite. Sempre”, contou. “Inventei uma música que canto em inglês e português (ela é casada com um brasileiro) porque quero que o Leon se acostume com as duas línguas. As palavras falam de como o amo, o pai dela o ama, todas as pessoas ao seu redor o amam... é uma coisa de ficar próximo, junto.”

Quando perguntei como isso era para *ela*, Rachel disse que acalmava “porque tenho que me concentrar, concentrar na minha respiração, meu corpo. Também tenho de pensar: já cantei nas duas línguas? Preciso ter certeza que estou fazendo certo”. Ela já ensinou a música para o marido porque quer que faça parte da rotina de Leon, seja quem for que o coloque para dormir.

“Quando troco o Leon, às vezes também canto para ajudar a distraí-lo. Ajuda. Me dá uns minutinhos extras para vestir uma manga.”

Ela também canta a música do “Bom dia” nas duas línguas, num tom mais alegre; durante o dia, canta melodias da sua infância.

“E como é isso pra *você?*, perguntei.

“Pra mim? ... Eu... sinto-me conectada ... é uma coisa de vínculo.”, respondeu e parou um pouco. Pensou e acrescentou: “Quando canto, me concentro *nele*... e as milhões de coisas que preciso fazer desaparecem. Cantar é estar lá com meu filho”.

Rachel explicou que morou no Exterior por um tempo e aprendeu português e uma dança especial da qual gosta até hoje. Enquanto conversávamos sobre isso, ficou claro que cantar em português para Leon traz um pouco dessa história, lembranças do tempo em que morou fora.

No início de nossa conversa, Rachel tinha dito que queria que o filho acordasse para que eu pudesse conhecê-lo, e depois de uma hora de conversa ele de fato acordou. Ao tirar o cobertor do filho, exclamou: “Ah, eu já estava esquecendo! Eu também canto pra ele no carro”, e explicou como, no passado, Leon não gostava de andar de carro. Chorava e gritava. Um mês antes, quando estavam numa longa viagem, ela decidiu cantar – bem, mais ou menos cantar, foi mais gritar – a música de “Boa noite” mais alto do que o choro do filho. Funcionou! Ele parou de chorar e dormiu. Desde então, Rachel fez isso algumas vezes mais.

“E como foi *isso* pra você?”, perguntei.

“Bem, funcionou... mas não era uma sensação boa – como quando canto de noite. Era pura agonia cantar gritado enquanto ele chorava! ... Quando ele começou a chorar, era difícil vê-lo ali sem poder fazer nada... e eu também tinha que respirar pra cantar, e isso ajudou. Respirar me ajuda. Afinal de contas, eu precisava concentrar na música, e ter certeza: já cantei nas duas línguas?” Ela já havia tentado de tudo, e cantar era a última opção antes de encostar o carro para lidar com o choro.

À medida que nossa conversa foi chegando ao fim e conversámos sobre as festividades de fim de ano, Rachel também mencionou que estava animada para cantar músicas religiosas. Vê isso como uma forma de passar sua cultura religiosa, “para o Leon conhecer o que fazemos, os cheiros, rotinas e melodias da nossa tradição religiosa”.

11. ANITA

Que bom ter conhecido Anita. Que conversa boa tivemos! Ela veio a minha casa e uma hora e meia passou voando; nem pude acreditar quando olhei no relógio.

Ela é uma moça sorridente e foi muito fácil sentir-me à vontade. Estava muito interessada no meu trabalho, no que já li sobre mães cantando, minha família e como criei crianças bilíngues. Nossa conversa, portanto, foi também explorar e compartilhar esses temas.

Quando falei sobre minha pesquisa, a primeira coisa que ela disse foi: “Adoro cantar! Cantei no coral na escola, e quando Marie nasceu fiquei felicíssima de ter uma razão para voltar a cantar!”.

Quando a filha fica inquieta no carro ou quando estão viajando durante horas, ela (e às vezes o marido também) canta. E desde que esteja cantando, Marie não chora. “Logo que paro de cantar, volta a chorar.”

Quando perguntei a Anita como isso era *para ela*, disse que cantar unia as duas²⁵. Sente-se conectada, muito próxima à sua filhinha de 7 meses. É diferente de brincar e de outras atividades. “É uma sensação gostosa. Estou mais presente ali quando canto. Quando amamento, começo a viajar, pensando nas coisas do trabalho, o que tenho de fazer, mas quando canto, fico focada, concentrada na Marie.”

No início, cantou músicas de sua infância em inglês, aí decidiu cantar em francês. Procurou melodias canadenses da infância e também traduziu algumas músicas do inglês para o francês. “Cantar em francês é compartilhar outra cultura.”

²⁵ O verbo em inglês usado por ela foi o mesmo que Rachel e Sheila: “bonding”.

Sua mãe comprou um CD em francês com canções infantis e toca para Marie quando cuida dela. “Mas eu tenho minhas próprias versões dessas músicas diferentes do CD. Eu tentei cantar com o CD, mas eu *não* gosto - e acho que a Marie também não curte tanto.”

Pedi que Anita contasse a respeito de uma vez que cantara para a filha e ela descreveu quando cantou a sua versão do *Wheels on the bus* em francês (“e não é uma boa tradução”, ela comentou): Anita estava deitada de costas no chão, com os joelhos dobrados, e a Marie deitada em suas pernas. “Quando faço os movimentos e canto, ela adora!... Eu adoro! Gosto de vê-la rindo e sorrindo.”

Num determinado momento, mencionei como era interessante o fato de não cantarmos *qualquer* música. Escolhemos as músicas que cantamos. Anita pensou sobre isso um pouco e relatou: “Eu escolho músicas mais calmas de noite e brincalhonas durante o dia. Eu *não* cantaria a música de dormir qualquer hora”. Também explicou que ouviu todas as músicas do CD em francês e escolheu as de que gostou. “Eu não ia querer cantar músicas que não gosto! Precisam ser músicas que posso ficar repetindo, sem cansar.”

Anita mencionou que seu esposo também canta canções adultas para Marie. “Mas ele fica preocupado, e se tudo bem cantar músicas de adulto pra ela.” Anita acredita não haver diferença e canta Beatles e qualquer música que esteja a fim de cantar para a filha.

“O que será que nos faz mais interessados em cantar certas músicas?”, comentei. Anita pensou um pouco e se aventurou: “Meu esposo concentra mais nas palavras, na letra da música... se é inspiradora, poética. O que mais me atrai é a melodia. Às vezes nem sei do que a música fala. Só quero cantar músicas que me alegrem”. Pensou um pouco mais. “Quando canto certas canções, elas me levam de

volta no tempo.” E contou sobre como ela e uma amiga cantavam e tocavam violão, e como quando cantava, atualmente, aquelas músicas, revivia aquele momento, aquela fase da vida.

“Será que isso vai acontecer com as músicas que canto para Marie? Será?... Eu quero muito lembrar desse tempo que passei com ela. Não quero esquecer. É tão maravilhoso! Seu sorriso... a alegria e realização que sinto.”

Anita queria saber se mães cantavam para seus filhos no mundo todo. Quando falei que sim, ela pensou um pouco e contou que todas as mães que ela conhecia cantavam, apesar de uma não chamar de “cantar”, e a outra fazer suas próprias melodias.

Comentei que havia conhecido uma senhora que dissera enfaticamente que com a voz que tinha não cantaria “nem morta” para o filho. Depois de uma pausa, Anita disse que durante as primeiras semanas depois que Marie nasceu, com “os hormônios e tal”, sentiu-se muito chorosa (fiquei curiosa de saber para onde seu pensamento a levaria). Continuou, então, dizendo que ficava imaginando se cantar ajudaria as mães que têm dificuldade de se ligar ao bebê. “Cantar é *uma* das opções que temos, como mães, de acalmar e ajudar nossos filhos. Eu poderia sentar e fazer nada – ficar olhando meu bebê chorar – mas não. Vou fazer *tudo* que posso... e cantar é uma das minhas opções”, concluiu.

À medida que chegávamos ao final da conversa, Anita compartilhou desafios que enfrenta na condição de mãe que trabalha e os planos que tem para sua família.

12. MONICA

Ao entrar na casa de Monica, cumprimentar seu marido e sentar no sofá da sala com seu filho Max, de 8 meses, lembrei-me de como uma criança, aos poucos,

torna-se parte da vida dos pais. Enquanto conversávamos, Max passeou por cima e envolta de nós, subindo e descendo do sofá e entrando embaixo da mesa. Durante todo o encontro, Monica dividiu sua atenção entre mim e seu filho, conforme necessário, e, apesar de ambas nos concentrarmos em nossa conversa, dava a impressão de que estávamos passeando por montes, para lá e para cá, explorando o seu cantar e curtindo seu filho ao mesmo tempo. Depois de uma hora, o sono do Max tornou-se aparente (era fim de dia), dando a entender que estava na hora de eu ir embora.

Inicialmente, nos conhecemos um pouco, conversando sobre seu filho, a creche (que ela adora), e as diversas mudanças em sua vida. Monica perguntou sobre minha pesquisa, e quando expliquei que estava interessada em explorar a experiência de mães cantarem para seu bebê, ela disse: “Não sei se sou a melhor pessoa para falar, pois não canto muito. Na verdade, eu e meu marido nem falamos muito; ficamos muito à vontade com o silêncio”. Depois que Max nasceu, continuaram sendo assim. “Eu não canto com frequência... não fico muito à vontade com minha voz.” Monica olhou para Max, que, nesse exato momento, soltou um melodioso “ahhhhhhh!”.

“Oh!”, suspirei. “Que maravilha!”

Foi intrigante ouvi-la dizer, em seguida: “Ah, o Max é muito vocal... Estamos morrendo de medo dele tornar-se extrovertido! Ai, ai, ai, o que é que faremos?”.

Monica contou sobre as visitas frequentes de sua mãe. “Ela me deixa doida, falando com voz de criança com o Max, sem parar. Ela é joia, sim, e eu sei que ela quer o melhor. Mas quando nós dizemos algo para o Max, usamos tom de voz normal; não precisa tratá-lo diferente.” Mas tolera a mãe falando “infantilizado” porque vê que o Max gosta.

Observando Max subindo e descendo no sofá e engatinhando embaixo da mesa (“ele está amando ficar aqui na sala, pois nunca deixo ele vir pra cá”), pedi que Monica compartilhasse uma lembrança de ter cantado para o Max. Ela, então, contou sua rotina de final de dia, que termina com o banho. Nessa hora, esfrega as costas dele e às vezes canta a música do ABC. “Essa eu conheço, posso cantar a música toda e sei a letra até o final.” Cogitei comigo se tinha vergonha de não saber muitas músicas, não se lembrar da letra.

Perguntei como era *para ela* cantar. “Fico com vergonha... é muito desconfortável.” Perguntei, então, de onde ela achava que vinha isso. “É o som da minha voz... e é a mesma coisa para falar”, respondeu, e então continuou: “Pra quê? Tem de ter um propósito. Se não tiver, estou muito confortável com o silêncio”.

Monica havia comentado, no e-mail que trocamos, que não sabia se o que fazia era considerado *cantar*. “Estou curiosa sobre isso”, mencionei. Monica disse que todas as amigas cantam para seu bebê toda hora, e cantam lindamente – e ela não. Ela não consegue. Ela não canta, a não ser que realmente queira. Suas amigas também falam em outras línguas com seu filho e ela também queria. “Sabe, dizem que é a coisa certa. Você vê por aí: as melhores coisas para fazer com seu bebê... que nem o pediatra recomendando eu ler para o Max aos 4 meses – senão ele não vai para Harvard! – essas coisas... mas, não! Eu faço o que sinto que é melhor. Tenho uma amiga com um filho mais velho, ele tem uns 2 anos, e todo dia eles olham o Google juntos. O filho pode fazer *uma* pergunta e aí eles procuram, juntos, a resposta. Isso é maravilhoso! É ótimo.”

Depois de sair da sala para buscar um brinquedo para o filho, Monica perguntou se havia pesquisas de mães cantando em países diferentes. Contei o que

sabia e mencionei que algumas mães com quem conversei inventavam palavras e melodias simplesmente contando o que pensavam.

“Ah! Eu faço isso TODA hora!”, afirmou, “canto sobre o que está acontecendo, o que estou sentindo, como estou cansada”, e deu um exemplo: “Certa noite, recentemente, lá pelas 3 da manhã, quando Max não conseguia dormir, abracei-o bem apertado e cantei... aí ele dormiu. Foi uma sensação muito boa... Mas ainda bem que ninguém estava gravando!”, declarou.

“Gravando?”, perguntei.

“É. É que eu canto sobre qualquer coisa que passa pela minha cabeça, e eu não ia querer que ninguém ouvisse isso – coisas que estou passando, raiva, frustração.”

Mencionei um artigo que tinha lido que falava de como as letras de canções de ninar eram sombrias (“Isso!”, retrucou) e como cantar poderia ser uma forma de pôr para fora a raiva e frustração. “Sim!”, retrucou Monica enfaticamente. “Isso é verdade.”

Às vezes, cantar é uma experiência positiva para ela. “Adoro quando canto e o Max sorri”, e outras vezes não é. Um dia, estavam no carro e o Max chorava; ela ligou o rádio e cantou junto, cantando, meio gritado. “Não ajudou muito; mas como mãe a gente tenta de tudo.”

Monica disse que não vê a hora de o Max começar a falar. Ponderou: “Talvez quando ele crescer pra valer e começar a interagir eu cante mais. Agora é que nem ter cachorro. O amor é incondicional. A gente faz o que quiser, toma todas as decisões... mas estou animada com o próximo passo. Vou descobrir quem ele é, o que está pensando.”

Parece que cantar é um recurso final para Monica, e ela não se sente muito confortável cantando, mas também não fica muito à vontade *não* cantando. Ficou claro que ela acredita que música/cantar é algo bom, e que deve fazer um esforço para incluí-la na rotina do filho.

13. SHEILA

Peguei o número de telefone de Sheila com uma amiga, e quando liguei, notei sua voz tímida e suave. Ao combinarmos um lugar e horário de nosso encontro, não tive certeza se ela estava motivada a conversar, mas ela dizia que queria me ajudar. Fiquei refletindo sobre por que motivo havia ficado com essa impressão, mas logo descobri, na conversa de mais de uma hora que tivemos.

Tive dificuldade de encontrar seu apartamento – a porta de entrada estava escondida – e alguém veio me ajudar. Quando entrei na sala, Sheila estava tranquilamente sentada no sofá segurando seu bebezinho. Olhou para mim e, então, apresentou-me seu esposo (ele que havia me ajudado a encontrar o apartamento). Ainda bem, pois, vendo que eram de etnias diferentes, tive dúvida sobre qual era seu relacionamento (não é comum casamento inter-racial naquela região). Cumprimentei ambos e sentei ao lado dela no sofá, atraída pelo delicado bebê dormindo em seus braços. “Essa é a Ashley”, disse-me. As duas pareciam tão aconchegadas no sofá!

Admiramos sua filhinha de 1 mês, conversando um pouco, e Sheila logo disse: “OK, mãos à obra”. Segui sua dica e falei de minha pesquisa, de como estava muito interessada em conhecer *sua* experiência de cantar para a filha.

Sheila começou contando que não cantava muito, mas falava bastante. “Desde a gravidez, falo muito com a Ashley. Conversava com minha barriga o tempo

todo. Podia ficar horas e horas falando.” Sheila fez uma pausa. “Eu não canto muito. Não sei a letra de muitas canções.”

Fiquei imaginando o que “não cantar muito” significava para ela. Quando pedi que compartilhasse a respeito de uma vez que cantou para a filha, Sheila respondeu com uma história: “Um dia, minha mãe estava cuidando dela – num dia desses que ela estava bem irrequieta –, e aí minha mãe cantou, e vi que funcionou; ela logo adormeceu. Então uma noite, umas semanas atrás, quando Ashley estava mal-humorada, chorando, pensei: ‘Bem, minha mãe experimentou cantar e deu certo, então, aqui vai’. E comecei a cantar *Twinkle, twinkle, Little Star*, mas não lembrava a letra, então continuei cantarolando”. Ela cantou inventando uma letra, contando o que estava acontecendo ao seu redor, algo sobre a TV.

À medida que conversávamos, surgiu o assunto da sua voz.

“Meu marido diz que não canto bem... Minha mãe disse que não tenho voz boa.”

“E o que você acha?”

“Bem...”, e se lembrou de quando cantava no coral do ensino médio. “Tive direção e instrução – e era *muito* divertido. Gostava da minha voz..., mas isso foi a muito tempo atrás. Agora não consigo cantar e sou desafinada. Eu sei disso, porque as pessoas na igreja olham pra mim quando canto.”

Depois de um momento, perguntei como tinha sido cantar na noite em que Ashley chorava.

Sheila pensou. “Foi uma coisa de ligação (*bonding*)... senti-me muito próxima dela. Segurei pertinho, e ela gosta quando fica perto do meu peito. Depois descobri que era cólica... eventualmente ela dormiu.”

De repente, um pensamento veio à minha mente: “Estou curiosa... o que significa ligação (*bonding*)... pra você?”.

“Pra mim? Ah, é que nem quando você senta na frente da TV, quando está segurando seu filho bem pertinho, sentindo unido... aí digo ‘olha a TV!’”. Eu sei que ela não entende o que estou dizendo, mas estamos ali, juntas...”

“É como uma intimidade (*togetherness*)?”

“Sim, é. Estamos juntas, compartilhando o momento, só nós duas.” Sheila ficou em silêncio. Eu estava tentando entender como era para ela, imaginando-a cantando para Ashley. Aí outra pergunta me veio à mente: “Enquanto cantava, vinham pensamentos à sua mente?”.

“Ah, sim! Enquanto cantava, pensava: ‘Ai, ai, ai, isso vai funcionar? Não tenho uma voz bonita, mas ela não se importa, é só um bebê, não tem problema’. Pensava essas coisas enquanto tentava cantar... Hmm... Talvez por isso não conseguia lembrar a letra da música, também.”

“É mais fácil falar.”

“É, e eu *adoro* falar. Seguro pertinho e temos uma boa conversa.”

Parecia que sua filha era ótima companheira, e Sheila gostava *muito* de interagir com ela. “Que tipo de coisas você gosta de falar com ela?”

“Ah, eu digo que está um dia bonito lá fora e que seria bom ela dar um cochilo agora pra mim poder preparar a janta, que iria ajudar... essas coisas que acontecem. Simplesmente adoro falar.”

Nesse momento, percebi quanto sua voz era melodiosa e imaginei a conversa dela como bem musical. A nossa conversa estava bem calma e tranquila e Sheila falava baixinho e melodioso. Será que era porque sua filha dormia em seu colo?, ou era essa sua expressão usual?

Depois de um silêncio, decidi perguntar se cantava na hora do banho.

“De jeito nenhum! Estou mais preocupada que a cabeça dela fique acima do nível da água e que está tudo ok. Fico concentrada nisso.”

Também perguntei se ela cantarolava (cantava sem letra) para seu bebê. “Ah, sim, toda hora. É uma delícia cantarolar. Quando cantarolo, me dá a impressão das palavras estarem ali.” Sheila parou. “Ó céus! Isso soa muito estranho, mas é assim mesmo.” Ela contou que foi isso que aconteceu quando tentou cantar *Twinkle, twinkle* naquela noite.

No final de nosso encontro, Sheila perguntou se havia mais alguma coisa em que poderia me ajudar, então tirei o Termo de Consentimento e ela pediu que eu lesse. Nossa conversa continuou à medida que fazia perguntas, a cada parágrafo, sobre meu estudo e sobre outros estudos de bebês. Queria saber se cantar é uma coisa boa de se fazer. Expliquei que muitos estudos descreviam vários benefícios de cantar, tanto para a mãe quanto para o bebê, mas ainda há muito o que descobrir. O meu estudo tentava entender como era o lado das mães.

“Ah, então você está mais interessada nas mães?”, perguntou, assinando o papel. E passou um tempo considerando se iria cantar mais à medida que a filha crescesse. “Vou ter de aprender mais canções”, concluiu.

O telefone tocou nessa hora avisando que a mãe estava chegando para uma visita, então nos despedimos e deixei mãe e filha aconchegadas no sofá.

Enquanto escrevia esta narrativa, percebi quantas perguntas acabei fazendo, mas no momento parecia natural essa forma de explorar os diferentes aspectos do seu cantar e falar para a filha.

A Narrativa-Síntese

As 13 mães com as quais conversei estavam muito animadas para compartilhar comigo suas experiências de cantar para seu bebê. Cantam ora muito, ora pouco, confortavelmente, ou nem tanto. Cantam como forma de abraçar seu bebê com o seu som, com amor, dando-lhe atenção e comunicando carinho e cuidado num nível profundo. Expressam, por meio da canção, que sabem, ou estão tentando entender, como está o bebê, acolhendo-o, dizendo com o seu som: “Estou aqui, estou atenta a você”.

Cantar é um dos recursos que elas usam, na rotina, para irem ao encontro do bebê cuidando de suas necessidades atuais, sem, necessariamente, tocá-lo. Nos momentos de dificuldade, quando o bebê está chorando e é impossível acalmá-lo de outra forma, cantar ajuda a demonstrar cuidado. O passeio de carro é um cenário típico, pois se a mãe estiver dirigindo e o bebê chorar, por exemplo, ela nem sempre pode vê-lo e acudi-lo.²⁶ As mães “tentam de tudo” e percebem que cantar, nessas horas, geralmente tem o efeito desejado: de cessar o choro, de acalmá-lo.

Ficou claro que as mães cantam quando *querem*, quando têm uma disponibilidade emocional. Quando estão com vergonha, ficam desconfortáveis ao cantarem, mas mesmo assim não deixam de tentar (tentam de tudo). Às vezes, não têm vontade nenhuma de cantar, ou simplesmente não conseguem cantar porque estão concentradas em outras coisas, cansadas, bravas ou tristes.

Inicialmente, experimentam cantar sem saber se vai dar certo, mas quando são bem-sucedidas, sentem-se autoconfiantes. Quando veem que conseguem

²⁶ Há regras de trânsito sobre o posicionamento da cadeira de bebê no automóvel.

acolher e acalmar o bebê cantando, sentem-se bem e são asseguradas de serem mães capazes. Isso lhes dá ânimo e motivação para continuarem cantando.

As mães também expressaram que cantar para seu bebê é uma forma de estreitar o laço afetivo entre eles. Ao cantarem, sentem-se próximo dele, muito íntimas. Há uma troca, uma interação, na qual um reage ao outro. Concentram-se no bebê e não pensam, por exemplo, no seu trabalho nem nos milhões de coisas que precisam fazer; sentem-se *mais* presentes, envolvidas, disponíveis, conectadas, doando-se a ele. O foco mantém-se no bebê, na reação que ele tem; e como gostam desse feedback! Anseiam que ele reconheça seu cantar, anseiam por um sorriso, um olhar, uma risada, sua atenção, e quando isso acontece, é *muito* gratificante.

Cantar foi apontado como um modo de transmitir informação, cultura, crenças e costumes. As mães cantam: para ajudar a alegrar no início do dia; à noite, para ninar na hora da separação; durante as atividades de rotina, como, por exemplo, ao vestir o bebê ou na troca de fralda, a fim de distraí-lo; na hora do banho, para falar do corpo; cantam canções religiosas para compartilharem suas crenças religiosas; e cantam em outra língua para que o bebê possa aprendê-la e conhecer outra cultura, ajudando a criar um laço com sua herança cultural familiar.

Ao cantarem, as mães se lembram do passado, de sua própria mãe cantando. Lembram-se de situações específicas, como uma viagem, um momento ou pessoas que foram marcantes. Cantar no presente desperta lembranças de seu passado, infância ou juventude.

As mães deixaram claro que cantar é uma comunicação espontânea, pessoal, direta e criativa. Elas escolhem ou criam canções de acordo com o momento. Quando não se lembram da letra da música, inventam uma sobre o que está acontecendo naquela hora, dependendo da necessidade, inserindo seus

pensamentos e sentimentos – inclusive os negativos. Também criam novas melodias, improvisam, adaptam canções.

As mães percebem uma expectativa social de cantarem para seu bebê antes e depois de nascido e acreditam que deveriam cantar. Lamentam quando não se lembram de letras das canções de sua infância. Procuram aprender novas canções que “fazem o bebê feliz”, que são “as melhores”, e não se importam de repetir. Investigam músicas infantis em CDs e na TV.

Ao cantarem, as mães fazem alguns ajustes de acordo com o momento e as necessidades do bebê: ele cresce, muda, e elas cantam diferente. Cantar permite conhecê-lo num determinado instante, bem como no decorrer dos meses, acompanhar seu desenvolvimento, as mudanças que vão ocorrendo. Quando recém-nascido, as mães cantam mais para adormecê-lo.

À medida que o bebê aprende a falar (e cantar), elas cantam na hora da brincadeira e em atividades de rotina. Durante os primeiros meses, não notam muitas reações do bebê ao seu cantar, mas, à medida que cresce, o filho se expressa mais claramente e até pode pedir que a mãe cante certas músicas. As mães têm de lidar com esses pedidos. Isso pode tornar-se um desafio, pois nem sempre elas têm vontade de cantar.

Ficou claro durante nossas conversas, que era fácil falar sobre as reações que o bebê tem quando cantam, mas dizer como era *para elas* era difícil. Não tinham parado para pensar a respeito disso e procuravam palavras para descrever suas experiências subjetivas de cantar para o bebê. Atualizavam essas experiências enquanto conversávamos. É mais difícil explorar sua experiência quando o bebê é recém-nascido, talvez por elas terem menos oportunidades de cantar (já que o bebê nasceu pouco tempo antes), ou por se sentirem ainda muito ligadas a ele, ou ainda

por ficarem pouco à vontade com a própria voz. Ficam na dúvida se o que fazem é, de fato, cantar, se é falar cantado ou se é outra coisa.

Falar sobre sua experiência de cantar necessariamente significou falar sobre *ser mãe*, sobre a gravidez, as mudanças que ocorreram e de sua adaptação ao novo papel de mãe, aprendendo a pensar nas necessidades do outro. Falaram sobre os seus desafios, mas a tônica das conversas era a alegria de serem mães.

A Síntese Criativa

A seguir, apresentamos, em formato de poema, o resultado da reflexão da pesquisadora sobre o “ser mãe e cantar”, a partir da sua imersão no tema estudado. Trata-se de uma forma complementar estética e sintética de comunicar para o leitor os temas e significados que emergiram das vivências das mães sobre cantar para o bebê.

Cantei quando você era pequeno

Cantei quando você era pequeno.
Cantei, sim, de corpo e alma
A canção que vinha lá de dentro de mim.

Dê-me um tempo para pensar um pouco, lembrar
quando, por que e como era para mim.

Cantei dizendo: “Estou presente!”, “Estou aqui inteira”
Envolvida em cada situação,
Eu me expressava, me doava.
Era uma troca,
Um momento de intimidade, de amor,
Senti-me conectada a você,
E mais mãe,
Cuidadora, capaz.

Ficávamos sintonizados,
numa mesma frequência.

Bem juntos, eu e você
Explorando, conhecendo um ao outro
Por meio da canção, eu e você.

E quando cantava,
Milhões de coisas que precisava fazer,
Problemas do trabalho e preocupações
Desapareciam num piscar de olhos.
Eu só via você.

Disseram-me que cantar faz bem,
Que eu deveria cantar na gravidez e além,
Mas, sabe, cantei quando dava,
Cantei quando queria,
Cantei só; cantei com CD,
Cantei com o rádio e também com a TV.

Inicialmente, ficava insegura de quanto estava antenado,
Ou de quanto prestava atenção.
Aos poucos, vi suas reações – cada vez mais.
Ah, que alegria!
Quando, ao cantar, você virava a cabeça,
Olhava para mim e sorria!
Que delícia!
“Mais, mamãe! Mais!”, você pedia com o olhar.
E, com o tempo, sua voz apareceu,
virou um dueto,
cantarolava comigo.
Você está comigo!
Agora tenho certeza, é para valer.

Cantei e distraí você.
Cantei e contei de tudo
Na troca de fralda, de roupa, e no banho:
“O sapo não lava o péééé”...
Nas refeições e no carro,
“Vamos passear? Ê-ô, ê-ô, leléléé”...

Mas, e para se lembrar das letras?
Chi! Como é que era?
A melodia, sim; mas a letra?!...
Conclusão: vai no “nanananã”,
Ou senão vai uma letra nova,
fresquinha, moderna, “da hora”.

Cantei e senti-me segura.
Cantei e expressei muito mais do que palavras.
Ahhh, muuuuuito mais!!!!
Mostrei que me importo.
Quando não podia tocá-lo,
Quando queria estar ao seu lado, pertinho,
Cantei, e fui mãe, consegui!

Cantei para apresentá-lo ao mundo,
À natureza, à sua casa,
À família, a seu pai e a mim.
Queria que você visse quão grande o mundo é.
Mostrar a história da nossa família e cultura,
Dizer daquilo que já foi e que é.

Cantando fiz viagens no tempo,
Lembrei-me das canções de minha infância
(que havia *tanto* tempo não cantava!),
Do tempo que já passou,
De pessoas que conheci.

Muitas vezes, senti-me uma artista,
Cantando, criando, inventando letra e melodia.
Compartilhei, assim, do meu ser.
Abrindo meu peito,
Tirei pensamentos e sentimentos,
Tudo que estava ali.
A frustração, a raiva, a ternura e o amor.
Cantei disso tudo,
E vi quem eu sou.
Percebi como estou.
Olhei para mim.

Ufa! Que bom que você ouvia,
Escutava minha voz
Do jeitinho que saía.
Sei que não sou cantora,
(Será que tenho voz boa?)
Você me aceitou. E me ouviu,
Mesmo imperfeita,
do jeito que sou.

Cantar era bom?
Algumas vezes sim, outras vezes não.

Nem sempre eu queria cantar,
Nem sempre estava a fim.
Acontecia alguma coisa no trabalho,
E pronto! O poço secava.
Ficava triste ou chateada
Não dava, não!

Minha amiga dizia que não cantava muito.
Não se sentia confortável
(A mãe dela também não tinha cantado para ela).
Mas, mesmo assim, ela cantava, eu sei.
Cantava no banho; cantava para ninar,
Cantava porque queria – acontecia...
Mas minha amiga não cantava muito, não, conforme disse.
“Prefiro falar”.
Contava do que via, do que fazia,
O que esperava, o que queria.

Vi você crescendo, exprimindo seus desejos:
“Gosto deste, não daquele; agora cante você!”
E se eu não quisesse cantar?
Nessas horas, vinha a dúvida: Canto? ou não canto?
Será que era justo já dizer:
“Não, meu filho, agora é a vez da mamãe”?

Lembro-me das horas difíceis,
Quando você não parava de chorar!
Já havia tentado de tudo!
Foi só cantando que consegui acalmá-lo,
... e foi também para me acalmar.

Você se lembra de algumas das músicas que cantei?
Aqueles que tanto repeti,
As que cantei, e cantei de novo, e mais uma vez?
E pergunto: o que ficou para você?

Cantei, sim, quando você era pequeno.
Pensei. Senti. Lembrei-me
De quando, do porquê, de como era para mim.
Cantei, sim, quando você era pequeno,
E foi tão bom!
Foi assim que abracei você
com meu som.

POSLÚDIO

- refletindo sobre os resultados -

Ao considerarmos as vivências de cantar das mães que participaram deste estudo, reveladas por elas mesmas, concluímos que se trata de uma experiência singular de estar com o bebê, de aproximar-se de seu mundo, de comunicar-se e com ele interagir. Envolve a expressão de emoções, o compartilhar de informações, valores e costumes, uma abertura para o outro, maneira criativa de atualização da personalidade.

Nos parágrafos abaixo, descrevemos e interpretamos esses significados da experiência buscando chegar a uma estrutura geral do vivido, segundo a fenomenologia de Husserl (1954/1970) e à luz de outros autores e de pesquisas atuais.

Apesar de serem apresentados separadamente, os elementos são interligados e combinam-se para compor o todo da experiência.

1. Para as mães, cantar é uma forma peculiar de comunicar-se com seu bebê - num nível significativo, profundo.

É expressar algo de uma maneira que vai além das palavras porque possibilita abraçar o bebê com sons, preenchendo o ar ao seu redor com emoção e intenção. Seja em casa, na hora de dormir, seja enquanto dirigem o carro com o

bebê chorando, cantar possibilita alcançá-lo, sentindo-se ligada, próximo, sem necessariamente tocá-lo fisicamente.

Desde o primeiro momento em que chega ao mundo, o bebê tem um desejo de ser compreendido e amado (Rogers, 1975), de saber que é ouvido e que alguém se importa com ele. Um dos meios pelos quais ele obtém essa informação é o som (Vosoughi, Roy, Frank & Roy, 2010). Nakata e Trehub (2004) e Creighton, Atherton e Kitamura (2013) afirmam que a música facilita uma *comunicação emocional*. Quando cantam, as mães se comunicam de maneira eficaz, e são compreendidas pelo bebê.

Segundo o psicólogo húngaro Csibra (2010), os bebês têm a capacidade de captar as emoções e intenções das pessoas com quem entram em contato. Ele percebe quando o carinho está presente e quando está ausente. O arqueólogo Mithen (2005) acredita que essa habilidade de “leitura” emocional, bem como sua expressão, é fruto da evolução humana.

As mães participantes das pesquisas de Carolan et al. (2012b) e Vlismas et al. (2013) apontaram para a música, especialmente a vocal, como forma de “tocar” o ser humano de uma forma especial. Cantar “toca” tanto a quem ouve quanto a quem canta, devido ao que explica o psicólogo sueco Juslin (2005), renomado pesquisador de música e emoção: a música comunica emoção eficientemente graças à sua própria estrutura e à maneira como ela é apresentada.²⁷

Ao cantar, os sons da mãe comunicam mais do que emoção. Levam consigo sua presença e sua pessoa, comunicando algo que vai além das palavras. Podem, sim, incluir palavras, mas estas, inicialmente, não são compreendidas pelo bebê; é o

²⁷ Não se deve esquecer que cantar é, também, uma atividade física, corporal.

som das palavras que fica proeminente. E esse som, agregado às atitudes da mãe, transmite afeto e possibilita, entre eles, uma comunicação afetiva repleta de significados; abre-se um canal de comunicação diferente, uma porta que leva além da fala. Bonnár (2014) conta, inclusive, que, ao cantar canções de ninar para seu bebê, percebeu uma dimensão completamente nova, instintiva, intuitiva, calma e íntima se revelando (p. 24). Ela percebeu que cantar para seu bebê era diferente de outras situações, como cantar numa apresentação, por exemplo.

2. Elas também indicaram que cantar significa a construção de um vínculo, um relacionar-se com o bebê.

Requer que estejam realmente presentes, disponíveis, em contato, descobrindo o que está acontecendo entre eles, construindo uma ponte, uma ligação. Envolve ir além de si mesmas, ao encontro do bebê, desejando interagir com ele.

Quando cantam, algo muda; elas mudam sua atenção, seu foco, e outro nível de interação se estabelece. Isso fica visível no seguinte: antes, havia agitação (delas e do bebê), e depois de cantar acalmam-se ou sentem-se mais animadas.

Ao cuidar do bebê, a mãe troca fraldas, dá banho, alimenta, nina, e isso toma a maior parte do seu tempo. Mas cuidar de um bebê é mais do que isso, mais do que acertar a temperatura da água, propiciar limpeza adequada e qualidade de alimento. O cuidado se dá por meio do *timing* da mãe, de suas decisões, atitudes e reações ao bebê durante as atividades (Winnicott usou o termo *holding*). A interação entre eles pode ocorrer em silêncio, acompanhada de sons do ambiente, da voz da mãe ou de seu cantar ou cantarolar. Quando há sons, estes dão colorido, intensidade e emoção aos cuidados maternos, e isso é captado pelo bebê.

Relacionar-se é um aspecto fundamental da vida. Irvin Yalom, psiquiatra, estudioso do relacionamento humano, acredita que relacionamentos interpessoais são claramente adaptativos num sentido evolucionário: sem relacionamentos interpessoais positivos e recíprocos não seriam possíveis nem a sobrevivência da espécie, nem a individual (Yalom & Leszcz, 2005, p. 19). Inclusive já iniciamos a vida em relação, acompanhando o ritmo do corpo da nossa mãe, e esse primeiro relacionamento tem grande impacto sobre a vida (Loewy, 2011; Stahlschmidt, 2015) desde seu início, quando determinados padrões se estabelecem, influenciando tanto a natureza da relação atual quanto a qualidade e natureza de futuros relacionamentos (Moustakas, 1995).

Na Psicologia, vários autores de diferentes abordagens falam do relacionamento mãe-bebê, dos vínculos iniciais e da importância de haver um vínculo seguro.²⁸

Bowlby (1997) já declarava a importância da relação *segura* entre mãe e bebê (em sua teoria da necessidade do apego/*attachment*) para a sobrevivência deste; frisava a importância não apenas do conforto físico, mas também afetivo. Se a relação mãe-bebê é fundamental não apenas para a sobrevivência, mas também para a saúde emocional do bebê, então ela deveria abarcar o máximo possível de elementos saudáveis, aqueles que promovem o desenvolvimento da criança e do seu *self*, ou seja, de como ela própria se reconhece, ao seu bem-estar e à sua inserção na comunidade, de forma que aprenda a relacionar-se saudavelmente com os outros. Cantar para o bebê pode ser um desses elementos.

²⁸ Por exemplo, a teoria do apego, de Bowlby, a teoria de aprendizagem social, de Skinner, e os estudos e teoria de Winnicott (todos desenvolvidos nos meados do século XX).

Carl Rogers, que se dedicou ao aprimoramento das relações interpessoais, partiu da premissa de que somos seres incuravelmente sociais, profundamente carentes de relacionamentos (Kirschenbaum & Henderson, 1989), e estudou as interações humanas em diversas situações (na relação terapêutica, em pequenos e grandes grupos, na escola, na família), procurando compreender como se constituíam. Percebeu que o tipo de ambiente psicológico que promove crescimento e desenvolvimento é o mesmo, quer falemos de terapia, quer de escola, quer do lar.

Ao caracterizar esse ambiente propício ao crescimento humano, ele descreveu os elementos que deveriam estar presentes: aceitação plena do outro, expressão genuína de sentimentos, ideias e emoções e capacidade para compreender seu mundo empaticamente.

Num amplo projeto de pesquisa no estado de Wisconsin, nos Estados Unidos, Rogers (1967/1976) investigou a possibilidade de a psicoterapia alcançar pacientes psicóticos hospitalizados. Ele interessou-se principalmente pelos relacionamentos e seu potencial de mudança construtiva e destrutiva; procurou compreender a qualidade dos relacionamentos humanos e o que é mais frutífero neles. Podemos traçar um paralelo entre o paciente psicótico e o bebê, pois tanto um quanto o outro estão abertos ao mundo, num estado de vulnerabilidade, dotados de defesas limitadas e muito atentos aos relacionamentos.

Rogers observou que a pessoa esquizofrênica inicialmente foca mais na formação do vínculo do que na autoexploração; ela anseia por esse vínculo, por afeto na relação e percebe habilmente a existência, ou não, de determinadas qualidades nessa relação, respondendo a elas. Mas como percebem essas qualidades? Rogers destacou que a abertura do terapeuta aos sentimentos e às experiências do cliente (sejam elas negativas, sejam positivas) geralmente fica

visível na qualidade de sua voz e na sua forma de expressar-se. Poderíamos dizer, então, que o afeto (ou a falta dele), bem como a abertura do terapeuta (e da mãe) ficam evidentes na sua voz e expressões. Ao falar ou cantar, a mãe comunica sua disponibilidade (ou a falta dela) e seu afeto (imbuído na música).

Ao observar mais de perto a qualidade dos relacionamentos (no projeto de pesquisa em Wisconsin), Rogers (1967/1976) afirma que é primordial compreender acurada e sensivelmente as experiências e sentimentos e seus significados, e comunicar um afeto profundo, sem reservas. Compreender é essencial, no entanto não é suficiente. Rogers percebeu claramente que as atitudes devem, igualmente, ser autênticas, genuínas. Referia-se especificamente ao terapeuta em relação ao cliente psicótico hospitalizado, mas se pode pensar, também, na mãe e no bebê.

No caso da interação mãe-bebê, há uma preferência natural dos bebês pela voz cantada. Talvez isso esteja relacionado justamente a esse elemento de autenticidade, pois, ao cantar, dificilmente alguém consegue esconder suas reais intenções. Segundo Levitin (2009), cantar revela o real estado emocional e motivacional de uma pessoa.

Talvez a voz cantada traduza (ou carregue) uma genuinidade pela qual o bebê anseia, uma coerência (ou não) entre o que ele ouve por meio do som da voz e o que percebe por outros meios. Afinal, o bebê facilmente percebe e julga a autenticidade no outro (Conrad et al., 2011) e está atento a essa coerência (O’Gorman, 2006). Rogers (1967/1976) nos lembra de que como adultos também somos capazes de detectar dicas bem sutis a esse respeito, percebendo pequenas nuances que nos dão informações sobre a genuinidade do outro.

É possível que cantar também possa ajudar a mãe a expressar-se de forma congruente, o que nem sempre é fácil fazer. Congruência requer honestidade de

alguém consigo mesmo, autoconhecimento e “uma habilidade suficientemente refinada para transmitir aos outros os sentimentos complexos e muitas vezes contraditórios que constituem o que chamamos de ‘experiência’ ou ‘realidade’ ” (Wood et al., 1995, p. 235). Cantar facilitaria esse processo, ajudando a expressar, de forma não verbal ou simbólica, esses sentimentos complexos e contraditórios?

Rogers (Santos, Rogers & Bowen, 2004) descreveu também a integração e autoaceitação que ocorrem quando o cliente é capaz de vivenciar um vínculo seguro com o terapeuta em que se sente acolhido, amado e compreendido. Ele acredita que este deve ser o clima proporcionado pelas mães aos seus filhos: de acolhimento, amor e compreensão. Ele afirma, em entrevista documentada por Kirchenbaum & Henderson (1989), que:

um ambiente em que a pessoa é valorizada – seja uma criança, seja um cliente em terapia – é provável que promova crescimento. Quando alguém percebe que seu mundo interior de significados é compreendido por alguém e reconhece que não vive existencialmente isolado, isso, também, o ajuda a crescer e a se desenvolver. (p. 140, tradução nossa)

A canção da mãe parece preencher esse anseio, contribuindo para a qualidade da relação. A compreensão e valorização que são transmitidas por meio de seu cantar promovem crescimento psicológico no bebê. A mãe que é capaz, minimamente, de demonstrar amor facilita a seu bebê o desenvolvimento da capacidade de expressar-se e de aprender a amar a si próprio e aos outros. O bebê que cresce num ambiente compreensivo pode desenvolver um relacionamento mais sadio com a mãe e tem condições de aprender a comunicar-se profundamente com outro ser humano e a explorar sua vida interior. A mãe, enquanto canta, ajuda a promover esse bom funcionamento por meio de uma comunicação genuína, por

meio de aceitação positiva incondicional e de compreensão empática em relação à criança.

Essa empatia materna, tema explorado também por Winnicott, (1965/2011), ao descrever a “preocupação materna primária”, parece ser natural para a mãe no início da relação entre ela e o bebê. Ela aprende a saber o que é melhor para ele, como ele se sente a cada instante, e fica imersa na experiência dele. Estando atenta ao bebê, tem, também, condições de adaptar constantemente suas canções às necessidades dele. Sua voz torna-se veículo desse cuidado empático, revelando a característica profundamente afetiva do mundo sonoro (Socha, 2010).

Moustakas (1995), ao aprofundar-se nos significados dos relacionamentos, descreve a sintonia rítmica (*rhythmic attunement*), um aspecto do que Rogers chamou de compreensão empática; dá-se valor “ao todo” da pessoa, incluindo seu corpo, o contexto, a situação e sua postura. Se não estamos em sintonia, é difícil desenvolvermos uma relação íntima com alguém, compreendê-lo e levar o relacionamento adiante.

Sintonia rítmica envolve estar receptivo, sentir o que está se passando com o outro, sintonizado ao seu estado de humor, sua situação, de forma que o outro sinta nossa presença, sinta o impacto do nosso rosto, da nossa postura, do nosso ser. Estando sintonizados, compreendemos melhor o que o outro experienciou e está experienciando.

É possível que essa compreensão profunda se dê, também, graças aos sons, por meio da “música” do outro (seja falada, seja cantada), auxiliando essa sintonia, a ponto de cada um se tornar “companheiro dessa pessoa em seu mundo interior” (Rogers & Rosenberg, 1977, p. 73).

As pessoas desejam estar em contato com outras, ser ouvidas e compreendidas, mas muitas vezes não sabem bem como, pois não foram ensinadas a cultivar, a desenvolver intimidade com outros. Cantar pode facilitar o caminho para desenvolver proximidade e afetivamente desde o berço.

Além disso, quando a mãe canta, o *bebê* a ouve sem julgamento nem avaliação. A mãe vivencia *ser ouvida* - e sabemos como é importante sermos ouvidos. A esse respeito, Rogers (1980) descreveu que ser ouvido sem ser julgado ajuda a relaxar, permite colocar para fora sentimentos que atemorizavam, culpas, angústia e confusões que faziam parte da experiência. Quando somos ouvidos, tornamo-nos capazes de rever nosso mundo e prosseguir mudados.

Podemos dizer que ser ouvido por um bebê é diferente; ele não ouve como um adulto, não processa o que a mãe expressa da mesma forma que um adulto o faria, e portanto a situação não é a mesma. Sim, é mesmo diferente, no entanto a mãe pode *sentir-se* ouvida sem julgamentos, *sentir-se* encorajada, e isso a encoraja a expressar-se ainda mais.

Isso deixa mais claro que o relacionamento entre a mãe e o bebê é uma via de mão dupla em que um influi sobre o outro, desenvolvendo o que a pesquisadora alemã Papousek (2007) chama de aprendizagem intersubjetiva. Ao cantar, a mãe comunica-se de forma expressiva, e o bebê percebe e responde (de acordo com suas capacidades atuais). Esse retorno, por sua vez, também irá influir na forma de ele expressar-se. Trehub, Ghazban & Corbeil (2014) apontam para essa influência mútua reforçando que a expressividade do cantar materno é inspirada pelo feedback dos bebês.

Nos momentos em que a mãe está incapacitada de dar o cuidado desejado ao filho, cantar possibilita que ela se sinta mais próximo, numa certa intimidade que

favorece o relacionamento mesmo na ausência de contato físico constante. Isso pode ocorrer quando ela tem dificuldade de estar em contato constante com ele por circunstâncias relativas ou à saúde dela, ou a de seu bebê. Também pode se dar em virtude de ela estar em situação de vulnerabilidade social.

3. Cantar também significa um modo de conhecer melhor o bebê à medida que ele se desenvolve. Cantando, a mãe tem informações sobre seu filho e dicas sobre seu estado atual, e isso a ajuda a cuidar dele.

Em cada situação, as mães, ao cantarem, “absorvem” como está o bebê a partir das reações que ele tem (ou deixa de ter). Escolhem uma canção e cantam observando como o bebê reage, atentas a seu feedback. Aprendem as preferências do filho e adaptam seu cantar a cada situação e a cada nova etapa.

O relacionamento mãe-bebê é um processo em andamento. Quando o bebê nasce, ambos vão se conhecendo à medida que interagem.

Quando a mulher se torna mãe pela primeira vez, vivencia algo novo, incertezas e dúvidas emergem. Cantar pode dar-lhe conforto e segurança, e ser uma forma de ela assegurar-se de que está tudo bem com o bebê.

Ao cantar, as mães parecem estar bem atentas ao que, de fato, ajudaria o bebê naquele instante, na fase específica em que se encontra. Alguns pesquisadores falam dessa adaptação. Nakata e Trehub (2011) descrevem como as mães procuram sintonizar seu canto de acordo com o estado do bebê. Delavenne, Gratier & Devouche (2013), pesquisadores da universidade de Paris, num estudo com mães e bebês de 3 e 6 meses, observaram que existe uma adaptação, por parte das mães, ao cantarem, de acordo com a idade e sexo do bebê. Há também uma escolha sobre o momento para essa comunicação.

Quando o bebê é pequeno, as mães escolhem as músicas que querem cantar, decidem quando e como intervir, tomam iniciativas, têm um papel proativo enquanto seu bebê dorme, come, chora - e cresce. À medida que ele cresce e deixa cada vez mais claros seus desejos e preferências, exige que as mães levem em consideração seus pedidos e preferências específicas. Essas mudanças ficam evidentes para a mãe, por exemplo, durante a alimentação, nas brincadeiras e ao vesti-lo, e se refletem no cantar. As mães acabam tendo de lidar com questões complexas, como limites e autonomia, que, segundo Moustakas (1995), fazem parte de um relacionamento, especialmente dos relacionamentos significativos.

4. Cantar para o bebê significa, para as mulheres, um reconhecimento de si mesmas como mães. Ao cantar, elas ouvem seus próprios sons e podem avaliar o que são capazes de fazer.

Quando são bem-sucedidas em suas funções maternas, as mães sentem-se satisfeitas, seguras acerca de sua própria capacidade e animadas. Segundo Carolan et al. (2012b), esses sentimentos são importantes para manterem-nas motivadas em relação ao desafio de desempenhar tarefas cotidianas enquanto mães.

Inicialmente, cantar pode trazer consigo dúvidas: Será que sou capaz? E se eu não me lembrar da letra? Ao cantar, estarei fazendo algo de bom para meu bebê? Aos poucos a mãe vai percebendo que o bebê não faz questão de que ela tenha uma voz “trabalhada”, profissional; pode simplesmente cantar, cantarolar e produzir os sons que seu corpo está habilitado a realizar mostrando amor e cuidado. Ao sentir-se confortável com sua voz, a mãe canta vivendo sua maternidade por esse meio. Quando fica envergonhada, é mais difícil presentificar sua experiência por meio do cantar. Não é tão “natural” e ela acaba usando menos esse recurso.

Mas há, sim, momentos em que uma mãe não *quer* cantar. Pode estar elaborando uma situação pela qual passou ou pode estar cansada ou triste. Seja qual for a razão, naquele momento não está disponível para se comunicar dessa forma com seu bebê, pois cantar requer que haja alguma disponibilidade emocional (e física). Há, naturalmente, momentos de disponibilidade maior ou menor.

As mães têm, também, diferentes capacidades de perceber e reagir às necessidades do bebê. Essas capacidades podem ser aprimoradas, conforme tem sido apontado por musicoterapeutas que se preocupam com o desenvolvimento de formas de “afinar” essa comunicação musical (Baker & Mackinlay, 2006; Creighton, 2011).

Ao cantar, a mãe é ouvida pelo bebê, mas também é sua própria ouvinte. Ouve sua voz e tem uma opinião sobre seu som. Tem oportunidade de entrar em contato consigo mesma, com seus sentimentos, perceber o que consegue (ou não) fazer com os sons ao cuidar do bebê. Dessa forma, para ela, cantar para o bebê é também cantar para si, cuidar de si mesma, comunicando, se expressando, conhecendo suas capacidades, dando “voz” às suas emoções e descobrindo-se no papel de cuidadora.

Antes da chegada do primeiro bebê, a música e o cantar faziam parte da vida dela em menor ou maior escala, imbuídos de significados próprios, pessoais: músicas que os pais cantaram, experiências anteriores em grupos (como cantar num coral ou com amigos, por exemplo), canções da infância e músicas preferidas. Nessas experiências, desenvolveram um conceito sobre a própria voz (Rinta & Welch, 2008). Ao se depararem com a maternidade e os cuidados com o primeiro filho, essas lembranças são resgatadas e surgem memórias de situações, pessoas,

relacionamentos e emoções que sentiu. Quando isso acontece, elas têm a oportunidade de reviver essas emoções, de visitar e reeditar sua própria história e de reavaliar e atualizar essas vivências no presente, no seu novo papel de cuidadora, inclusive por meio do seu cantar.

Em sua tese, Bonnár (2014) conta que, ao cantar para sua filha, vinham lembranças de sua infância misturadas a sensações de ser mãe no presente, criando uma “profundidade sem palavras” para o momento (p. 25). Acreditamos que as mães expressam e representam, por meio da letra e dos sons das canções, seus pensamentos, sentimentos e suas percepções - e/ou frustrações -, que ficam “coladas” à memória daquele lugar, às emoções, ao bebê e ao relacionamento deles. Isso pode criar uma “profundidade sem palavras”.

As participantes da presente pesquisa pareciam estar incertas quanto ao que deveriam incluir como “cantar”. Falar cantado também vale como cantar? Cantar e cantarolar são a mesma coisa? Se eu inventar uma melodia na hora da refeição, estarei cantando? Tem de ser comprida a música? Ou só uma frase já é cantar? Serve fazer sons melódiosos sem letra?

Quando era compreendido como canto “formal”, algumas mães *não* cantavam. No entanto, quando incluía também canções espontâneas do dia a dia, a reação era: “Ah, isso eu faço toda hora”. Custodero (2006) também observou que mães (e pais) cantavam muito mais do que imaginavam, e o conceito que tinham de cantar como algo “formal” desviava a atenção do uso do cantar no seu dia a dia. A diversidade de compreensões do que vem a ser “cantar” parece não ter sido ainda endereçada nem especificada na literatura.

5. Cantar é uma forma de as mães transmitirem valores pessoais e costumes familiares; revelar quem são e no que acreditam. Por meio da escolha de músicas e da forma como cantam, as mães compartilham sua vida, histórias pessoais, seus pensamentos, suas ideias, crenças, linguagem, cultura.

A mãe traz para o relacionamento com seu bebê memórias de situações que vivenciou, conhecimentos que acumulou e costumes locais (Winnicott, 1987). Ao cantar, “visita” a própria infância, brincadeiras e o relacionamento que teve com os pais. Ilari (2006) observou que o canto “traz consigo mensagens subliminares, que, em última análise, relatam histórias de nossas famílias, de nossa gente, de nossa cultura” (p. 295).

Suas próprias experiências irão moldar seu “jeito de ser mãe” e as decisões que toma na interação com o bebê, inclusive a escolha de músicas. Ela tem a oportunidade de resgatar suas experiências ao cantar (Stahlschmidt, 2002), mesmo que não esteja claro para ela o seu processo decisório.

No relacionamento com seu bebê, escolhe (conscientemente ou não) aquilo que é importante, o que deseja passar adiante, para a próxima geração. Independentemente de ter, ou não, um propósito específico de compartilhar certa experiência ou determinado valor, quando canta transmite uma mensagem (que está imbuída no ritmo, na letra da música e na sua “apresentação”).

Cantar determinada música repetidas vezes favorece que o bebê grave, aprenda e - quando conseguir - reproduza esses sons. Quando ouve o bebê cantando a “sua música”, participando, dessa forma, dos costumes da sua família, a mãe pode sentir que ele é, de fato, “um de nós”, e que faz parte da família.

À medida que a mãe repete uma canção, cria um tipo de ritual, uma atividade que tem um sabor único, mesmo na sua constância. Rituais criam um caminho para

desenvolver um vínculo especial entre as pessoas. Segundo Moustakas (1995), os rituais fazem parte dos relacionamentos (inclusive entre pais e filhos), como, por exemplo: contar histórias, pintar, ouvir música, preparar um alimento e usar apelidos especiais.

O ritual pode parecer estranho para alguém de fora, mas costuma dar continuidade à relação, mesmo depois de muitos anos, mantendo seu significado particular e dando um sabor especial para futuros encontros (Moustakas, 1995). Custodero (2006) afirma que rituais musicais são parte integral da vida familiar.

A experiência de compartilhar outra cultura – a da sua infância, dos seus pais/avós ou de um momento de sua vida – fica mais evidente ainda quando a mãe canta em outra língua, conforme algumas participantes norte-americanas disseram que fazem. Esforçam-se para incluir na rotina cotidiana essas canções, pois percebem a importância disso para seu bebê e desejam oferecer mais oportunidades a ele - acreditam que no mundo internacionalizado em que vivemos, isso poderá ser uma vantagem.

Elas usam seus recursos - conhecimento, o desejo de aprender outra língua, a experiência de ter morado em outro país - nessa iniciativa. Além disso, quando é possível uma mãe cantar canções de outros países, isso pode encorajá-la a aprender outra língua ou resgatar a história de sua família.

Há estudos que relacionam música e aprendizado de uma língua estrangeira (Bhatara, Yeung & Nazzi, 2015) e pesquisas sobre a neuroplasticidade em bilíngues e músicos (Schroeder, Marian, Shook & Bartolotti, 2016) que apontam para as vantagens (inclusive cognitivas) de ser bilíngue (e músico). O fato de essa aprendizagem acontecer num relacionamento significativo (com a própria mãe) e durante um período de aprendizagem intensa (nos primeiros 2 anos de vida) pode

impactar positivamente a vida do bebê. No entanto, esse aspecto precisa ainda ser investigado em relação ao cantar das mães.

Pontuamos aqui que as experiências das mães brasileiras e das norte-americanas apontaram para os mesmos significados, apesar das diferenças culturais existentes entre elas (língua, costumes, valores - em relação à maternidade, inclusive - e repertório de canções).

Há, sim, diversidade na formação musical das mães e na maneira de se expressarem musicalmente para o bebê, conforme já observaram Ilari (2006) e Ilari et al. (2013), em conversa com mães brasileiras e canadenses. A escolha de músicas se associa aos valores e à cultura ao redor delas e o canto expressa convenções culturais (Elmer, 2011).

No entanto, percebemos que os significados da experiência de cantar “tocam” a pessoa diretamente, como ser humano, independentemente de sua procedência. Apesar de diferenças culturais e singularidades, os elementos da experiência de cantar, na presente pesquisa, convergiram nas duas culturas, parecendo ultrapassar as fronteiras de nacionalidade.

Isso corrobora o que pesquisadores têm afirmado: que cantar para bebês, ao se cuidar deles, faz parte das atividades humanas pelo mundo todo (Weiss et al., 2012). A maneira como se canta, a escolha dos sons, o momento, tudo isso pode ser fruto do contexto cultural em que se vive, mas o sentido da vivência de cantar independe dessas circunstâncias.

Os últimos dois elementos da experiência das mães dizem respeito a um movimento em direção ao crescimento pessoal.

6. Cantar é um modo criativo de se expressar. Mães cantam sua própria versão de uma música, inventam uma letra, modificam uma melodia; criam canções originais, expressando, com sua voz única, com seu “toque pessoal”, aquilo que têm dentro de si.

Quando cantam, as mães percebem o que está acontecendo e criam sons que refletem a situação presente. Cantar para o bebê de forma única e representativa possibilita que elas expressem e desenvolvam sua criatividade; e isso lhes faz bem.

No seu dia a dia, as mães têm inúmeras oportunidades de desenvolver seu potencial usando recursos criativos, inclusive improvisando melodias ou colocando uma letra diferente numa canção conhecida, expressando-se de maneira singular. Podem fazer isso em momentos de alegria ou de preocupação, enfrentando desafios ou de maneira espontânea em momentos de descontração. Quando estão cansadas, cantar parecer ter o poder de ajudá-las a aguentar o estresse. Ao cantar, o que seria uma rotina repetitiva ou cansativa - ou um momento de conflito - pode tornar-se uma expressão benéfica, saudável.

O psicólogo norte-americano Abraham Maslow, expoente da psicologia humanista que se interessava profundamente por conhecer o ser humano, procurou compreender quais as condições que favoreciam o crescimento sadio e o desenvolvimento pleno (Maslow, 1971/1993). O que começou como uma simples observação de dois de seus professores, aos quais admirava muito, tornou-se uma investigação sobre pessoas autorrealizadas (aquelas que parecem ter todas as suas necessidades básicas atendidas), culminando numa lista de características. Dentre elas, a criatividade despontou, por se encontrar em *todas* as pessoas autorrealizadas, sem exceção (Maslow, 1956).

Mais tarde, ao analisar a criatividade humana, Maslow (1971/1993) afirmou que tinha a sensação de que o conceito de criatividade e o conceito de pessoa humana completa, sadia, autorrealizada se aproximavam mais e mais, e talvez fossem, afinal, a mesma coisa. Ele concebia a criatividade como um movimento em direção ao crescimento.

Rollo May, outro psicólogo humanista norte-americano, interessou-se pela criatividade, apontando-a como um elemento fundamental de saúde emocional (Serlin, 2011). May (1975) acreditava que:

o processo criativo deve ser estudado . . . como a representação do mais alto grau de saúde emocional, a expressão de pessoas normais, no ato de atingir a própria realidade. A criatividade está no trabalho do cientista e no do artista, do pensador e do esteta, sem esquecer os capitães da tecnologia moderna e *o relacionamento normal entre mãe e filho*. (p. 39, grifo nosso)

Compreendemos, assim, que May não só valorizava a criatividade como sinal de saúde emocional, como também nos convida a olhar para os atos criativos do dia a dia de pessoas normais, inclusive do cientista (nós!), do filósofo, arquiteto, engenheiro de *software* e, também, das mães que, no seu dia a dia, criam caminhos singulares para resolver tarefas relativas aos cuidados maternos. May não descreve exemplos do que consideraria criativo na relação mãe-bebê, mas, à medida que lemos seus textos, podemos imaginar que criar uma melodia ou letra seria um exemplo dessa expressão criativa, um meio de cultivar uma vida cheia de sentido e, portanto, um passo em direção à saúde emocional.

Uma expressão criativa traz satisfação, alívio, uma sensação de domínio e confiança, e desenvolve a autoestima (Moustakas, 1977). Ela é uma “oportunidade para crescimento e mudança de forma agradável” (Bilbao & Cury, 2006). Ou seja, a

criatividade nos faz bem, nos faz pessoas melhores, e todos temos esse potencial criativo, mas, por vezes, encontramos empecilhos na sua realização. Moustakas (1977) acredita que:

todo ser humano tem o potencial de viver criativamente, de relacionar-se de forma autêntica com outros, enquanto mantém sua individualidade distinta e original. Apesar dessa capacidade inerente, muitas vezes nos afastamos de nós mesmos e de outros. Vamos em direção a uma vida de ganhos materiais, comunicação superficial e relacionamentos previsíveis e convencionais. Muitos encontros tornam-se interações conformadas entres “fantasmas de pessoas”, em vez de serem diálogos humanos animados e fundamentais. (p. 105, tradução nossa)

Ao procuramos desenvolver nosso potencial, temos uma força que nos propulsiona nessa direção, mas facilmente nos distraímos ou nos confundimos na busca pelo padrão e não desenvolvemos a nossa singularidade; valorizamos o objetivo em detrimento do subjetivo.

As mães têm oportunidade de revisitar seu potencial criativo cantando. Num estudo anterior sobre a experiência de cantar, Brisola e Cury (2015) descrevem essa atividade como uma expressão criativa “que dá espaço para a espontaneidade e a criação de um som novo, individual” (p. 402), como uma atividade saudável que promove integração. Essa integração tem sido observada inclusive pela neurociência (Wan, Rüber, Hohman & Schlaug, 2010).

O assunto “cantar e criatividade” é um campo ainda em aberto e que demanda novas investigações. Na literatura contemporânea, há poucos trabalhos endereçados a esse tema (Cohen, 2012). A maioria costuma concentrar-se no canto criativo de crianças (Barret, 2006; de Vries, 2005; Tafuri, 2006) do ponto de vista da

percepção e da educação musical, e não da psicologia. Tais estudos sugerem que a habilidade de cantar criativamente fica dormente na maioria dos adultos. Talvez esses estudos não considerem o cantar de mães como um cantar criativo.

Cohen, professora, psicóloga e diretora de um laboratório de cognição musical no Canadá²⁹, liderou uma pesquisa sobre criatividade no cantar em diferentes fases da vida e em diversas culturas (Cohen, 2015, por intermédio da entidade AIRS (Advancing Interdisciplinary Research in Singing). Diferentemente dos estudos mencionados acima, ela acredita que a capacidade para a criatividade vocal permanece durante a vida toda e pode até aumentar na velhice, quando há uma redução da inibição e um aumento de motivação. Há, portanto, um caminho aberto para explorar o cantar como forma de expressão criativa.

Mas como investigar a criatividade do cantar das mães? Não se trata apenas de uma atividade subjetiva, desenvolvida na intimidade, mas é possível que as mães nem percebam que estão - em sua forma espontânea de cantar e inventar canções - sendo criativas.

7. Cantar é também uma possibilidade de crescimento pessoal. As mães têm oportunidade de entrar em contato consigo mesmas, de simbolizar e atualizar suas experiências, trazendo-as para a consciência, atualizando-a. É uma forma de desenvolverem seu potencial e caminharem na direção da maturidade.

Por meio do cantar, mães expressam o que estão vivendo no momento; e a escolha de determinado som/canção faz sentido naquele instante. Quando cantam, significados e emoções ficam atrelados àquela experiência, que fica gravada como uma lembrança viva (Brisola, 2000).

²⁹ Auditory Perception and Music Cognition Research and Training Laboratory.

Cantar vem de um movimento interno, de entrar em sintonia; e “fala” daquilo que está “dentro” das mães, incluindo sentimentos positivos e negativos, amor e raiva. Ao cantar, existe uma intencionalidade. Mesmo que cantem “sem pensar”, a experiência de cantar inicia-se antes mesmo de elas emitirem qualquer som. As mães decidem se vão cantar (Quero cantar? Estou com vontade? Devo?), e o que seria melhor para o bebê (Do que meu filho precisa? O que é melhor para ele?) a partir do que conhecem dele.

A canção, a escolha de melodia e da letra parecem surgir da percepção que têm do bebê e da situação específica atual, avaliando o que é necessário e qual é a sua disponibilidade naquele instante. Elas não cantam se não fizer sentido. O momento e a forma de cantar “combinam” com as pessoas ali e com a circunstância. As canções viram uma “trilha sonora” da vida, conforme aponta Stahlschmidt (2002).

Rogers deu grande valor ao potencial que existe no ser humano para a liberdade pessoal, a responsabilidade, a coragem e a intencionalidade (Barrett-Lennard, 1998). Para ele (Rogers, 1979), a criatividade é expressão de uma tendência atualizante, uma força natural do ser humano em direção ao crescimento, um movimento em direção à realização construtiva de seu potencial inerente, uma tendência natural em direção a um desenvolvimento mais complexo e completo.

A mãe acalmando seu bebê, por exemplo, com uma canção de ninar representa um movimento dessa tendência atualizante, uma forma de atualizar seu potencial, tornando-se mais congruente. Rogers (1978) pontua que há um ímpeto de transformar as situações de tensão (ou de prazer) rumo “ao desenvolvimento próprio e à independência” (p. 227); um movimento em direção ao mais complexo e mais socialmente orientado. A mãe, ao cantar, estaria atualizando-se como pessoa e,

dessa forma, tornando-se mais socialmente engajada; não apenas mais conectada a si mesma, mas também mais disponível ao outro, mais ligada e ativa no mundo ao seu redor (Serlin, 2011). Atualizar-se é uma experiência pessoal, mas não solitária; uma experiência de *ser*, pessoal, e de *estar* com o outro, ao mesmo tempo.

CODA

- considerações finais -

Partindo de uma visão humanista, esta pesquisa procurou, por meio de encontros dialógicos e narrativas compreensivas, descrever e compreender a experiência vivida por mães ao cantarem para seu bebê.

Cantar mostrou-se uma forma saudável de busca por crescimento e interação, um movimento da pessoa como um todo, do organismo (na concepção de Carl Rogers) em direção à atualização, à compreensão e ao pertencimento em meio aos diversos e numerosos desafios da maternidade. Nisso, apontou para um potencial preventivo.

Como psicólogas, ao examinarmos a experiência das mães que participaram do estudo e os significados que surgiram, vemos potencial para a preservação de saúde mental: mães comunicando afeto - de forma criativa - ao seu bebê; este bebê, buscando e encontrando, nesses sons maternos, o afeto que tanto deseja; e, como fruto dessa interação, o desenrolar de uma intimidade entre ambos. Pode-se dizer, portanto, que cantar é estabelecer contato psicológico, uma via de acesso ao mundo afetivo.

Considerando que o cantar materno é uma forma natural de cultivar proximidade e intimidade, de maneira simples, fácil e efetiva, parece-nos ainda mais

necessário promovê-lo, no contexto de uma sociedade que valoriza excessivamente o contrário, ou seja, rapidez e superficialidade (Turkle, 2011).

A preferência por cantores profissionais e pela “perfeição” da voz cantada (Ilari et al., 2013) é outro valor que tem se difundido na sociedade atual e que acaba contribuindo para o surgimento de sentimentos de vergonha e despreparo em mães que comparam a própria voz com a de profissionais e avaliam-se como não sendo “suficientemente boas”. Já sabemos que os bebês são atentos e capazes de ouvir, mas não a ponto de dar uma “nota” para o profissionalismo da voz; estão atentos à pessoa, à relação, voltados às intenções de quem canta. Portanto, um CD premiado não terá o mesmo impacto sobre o bebê, se comparado a ser embalado no colo por sua mãe ao som da voz dela. Mesmo que sejam criadas máquinas e robôs empáticos por meio de tecnologia avançada - e já há vários (Turkle, 2011) -, não há substituto para o contato de pessoa para pessoa, para a proximidade que isso cria.

Esse contato pode ser incentivado por médicos pediatras no seu dia a dia, bem como em situações de risco, quando mães (e pais) vivem impedimentos na interação com seus filhos recém-nascidos, ou em outras situações que impõem restrições no contato com o bebê. David, Styron & Davidson (2011) já apontaram para a necessidade de haver mais recursos disponíveis às mães com doença mental severa, inclusive. Cantar pode ser uma atividade prazerosa e/ou lúdica que contribui para sua saúde e recuperação (Davidson et al., 2006).

Na Psicologia, a ubiquidade e afeto gerados pela música fazem da atividade (e mesmo de suas lembranças) de cantar para bebês um excelente meio para se conhecer melhor e investigar a maternidade e o relacionamento mãe-bebê. O material divulgado a grávidas e recém-mães, bem como atividades musicais em grupo, pode incentivar a exploração de uma comunicação sonora. Aiello-Vaisberg

(2006) assim pontua: “certas atividades, habitualmente designadas como artísticas, carregam em seu bojo um potencial de transformação do viver que pode favorecer processos de amadurecimento e crescimento pessoal” (p. 21).

Esperamos que a compreensão sobre a experiência *subjetiva* de cantar das mães apresentada nesta pesquisa contribua para uma visão mais heurística do cantar materno, que inclua não apenas um conhecimento de seus aspectos físicos, neurológicos, acústicos e de seus benefícios, mas também incorpore os significados que o cantar tem enquanto experiência vivida.

Uma limitação que pode ser apontada em relação a este estudo é que todas as participantes tinham um nível educacional superior e pertenciam a classe socioeconômica média. Seria interessante, e necessário, investigar também mães de outras classes e níveis educacionais, bem como mães mais jovens.

Além disso, as mães com bebês de 1 ou 2 meses tinham dificuldade de conversar sobre a própria experiência. Nessa fase da maternidade, elas se encontram naturalmente identificadas com seu bebê, e estão concentradas naquilo de que ele necessita. Isso pareceu dificultar que se voltassem para - e descrevessem - a *própria* experiência.

Por outro lado, as participantes tiveram uma oportunidade para refletir, durante o encontro com a pesquisadora, sobre si mesmas na condição de mães – pela primeira vez – e compreenderem melhor essa experiência inédita. Cada uma das participantes decidiu por onde e como começar o encontro com a pesquisadora. Nesse aspecto, esta pesquisa pode ser considerada como uma intervenção psicológica, no sentido descrito por Szymanski e Cury (2004), segundo o qual uma escuta interessada é experienciada como ajuda, “trazendo transformações na vida da família” (p. 360).

O processo de desenvolvimento deste estudo trouxe à pesquisadora muitas descobertas pessoais novas e aprendizagens sobre a vida, a possibilidade de conhecer mais de perto o método fenomenológico e a narrativa como estratégia. Nesse caminho, o uso de narrativas compreensivas mostrou-se produtivo, uma forma valiosa de trabalhar, respeitando a pessoa do participante, sua experiência e indo além de suas palavras; não para longe dela, mas para perto do significado que a experiência tem para ela. Dessa forma, foi possível focar não em *o que* as participantes falavam, mas em *como* o que diziam fazia sentido para elas, atentando-se para o encontro, para o que ocorre “entre” pesquisador e participante (Weber, 1986).

Permanece o desejo de que, para a ciência, este trabalho possa produzir reflexões que contribuam para uma atenção psicológica apropriada às mães, favorecendo aspectos preventivos e interventivos no que concerne ao desenvolvimento humano saudável nessa fase tão significativa da vida da mãe e do bebê.

No início desta jornada, nosso desejo era desenvolver um estudo aprofundado que possibilitasse caminhar em direção à compreensão psicológica sobre o cantar para mães, como uma experiência subjetiva, pessoal. O interesse não era sobre mecanismos nem funcionamento, mas sobre significados para nós, seres humanos. Não imaginávamos que fosse uma atividade tão afetivamente agradável e repleta de significados e beleza – elementos tão necessários para uma vida mais plena.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aching, M. & Granato, T. (2016). The good enough mother under social vulnerability conditions. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 33(1), 15-24. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-02752016000100003>
- Afiyanti, Y. & Solberg, S. (2014). "It is my destiny as a woman": On becoming a new mother in Indonesia. *Journal of Transcultural Nursing*, 1-8. doi: 10.1177/1043659614526243
- Aiello-Vaisberg, T. M. J. (2006). Efeitos clínicos da arteterapia winnicottiana. In T. M. J. Aiello-Vaisberg & F. F. Ambrosio (Orgs.), *Cadernos ser e fazer: Imaginários coletivos como mundos transicionais* (pp. 21-31). São Paulo, SP: Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo.
- Ales Bello, A. (2004). *Fenomenologia e ciências humanas: Psicologia, história e religião*. Bauru, SP: Edusc.
- Álvares, T. S. (2009). A musicoterapia e o princípio feminino: Considerações sobre teoria, prática e formação profissional. In R.C. Ilari (Org.), *Mentes em música* (pp. 179-206). Curitiba, PR: Editora DeArtes.
- Amatuzzi, M. M. (2006). A subjetividade e sua pesquisa. *Memorandum*, 10, 93-97.
- Amatuzzi, M. M. (2007). Experiência: Um termo chave para a Psicologia. *Memorandum*, 13, 8-15.

- Amatuzzi, M. M. (2009). Psicologia fenomenológica: Uma aproximação teórica humanista. *Estudos de Psicologia*, 26(1), 93-100.
- Amatuzzi, M. M. (2010). *Por uma psicologia humana*. Campinas, SP: Editora Alínea.
- Amatuzzi, M.M. (2011). Pesquisa fenomenológica em Psicologia. In M. A. T. Bruns e A. F. Holanda (Orgs.), *Psicologia e fenomenologia: Reflexões e perspectivas*. Campinas, São Paulo, SP: Editora Alínea.
- Amatuzzi, M. M. (2012). *Rogers: ética humanista e psicoterapia*. (2ª ed.). Campinas, SP: Editora Alínea.
- Amatuzzi, M. M. & Carpes, M. (2010). Aspectos fenomenológicos do pensamento de Rogers. *Memorandum*, 19, 11-25.
- Anderson, M. (2009). *When singing becomes knowing: Developing self-knowledge through vocal pedagogy* (Tese de Doutorado). Queen's University, Canada. Retrieved from https://qspace.library.queensu.ca/bitstream/1974/1975/1/Anderson_Marie_L_200906_MEd.pdf
- Arabin, B. & Jahn, M. (2013). Need for interventional studies on the impact of music in the perinatal period: Results of a pilot study on women's preferences and review of the literature. *The Journal of Maternal-fetal & Neonatal Medicine*, 26(4), 357-362.
- Baker, F. & Makinlay, E. (2005). Nurturing herself, nurturing her baby: Creative positive experiences for first-time mothers through lullaby singing. *Women and Music: A Journal of Gender & Culture*, 9, 69-89.
- Baker, F. & Makinlay, E. (2006). Sing, soothe and sleep: A lullaby education programme for first-time mothers, *British Journal of Music Education*, 23(2), 147-160.

- Barret, M. (2006). Inventing songs, inventing worlds: The genesis of creative thought and activity in young children's lives. *International Journal of Early Years Education, 14*, 201-220.
- Barret-Lennard, G. T. (1998). *Carl Roger's helping system: Journey and substance*. Sage Publications, London.
- Bartlett, I. & Sarnaker, B. (1994). A cumulative list of dissertations from Britain and Ireland relevant to the psychology of music, 1915-1994. *Psychology of Music, 22*, 95-116.
- Bebê. (2001). In *Dicionário Houaiss da língua portuguesa. (1ª ed.)*. Rio de Janeiro, RJ: Editora objetiva.
- Bergeson, T. R. & Trehub, S. E. (2007). Signature tunes in mothers' speech to infants. *Infant Behavior & Development, 30*, 648-654. doi: 10.1016/j.infbeh.2007.03.003
- Bhatara, A., Yeung, H. H. & Nazzi, T. (2015). Foreign language learning in french speakers is associated with rhythm, perception, but not with melody perception. *Journal of Experimental Psychology, 41(2)*, 277-282. doi: 10.1037/a0038736
- Bilbao, G. G. L. & Cury, V. E. (2006). O artista e sua arte. *Paidéia, 16(33)*, 91-200.
- Birkenhead Medical Society (1899, December). Royal Academy of Medicine in Ireland, *The Lancet*, 1815.
- Birtwell, B., Hammond, L. & Puckering, C. (2015). "Me and my bump": An interpretative phenomenological analysis of the experiences of pregnancy for vulnerable women. *Clinical Child Psychology and Psychiatry, 20(2)*, 218-238. doi: 10.1177/1359104513506427
- Blumenfeld, H. & Eisenfeld, L. (2006). Does a mother singing to her premature baby affect feeding in the neonatal intensive care unit? *Clinical Pediatrics, 45*, 65-70.

- Bonnár, L. (2014). *Life and lullabies: Exploring the basis of meaningfulness in parents' lullaby singing*. (Tese de Doutorado). Norges Musikhogskole, Noruega.
- Bonnár, L. (2015). Lullaby singing and its human Bildung potential. *Nordic Research in Music Education Yearbook*, 16, 327-378.
- Bowlby, J. (1997). *Formação e rompimento de laços afetivos*. (3ª ed). São Paulo, SP: Martins Fontes.
- Brasil. (1983). Ministério da Saúde / Secretaria de Atenção à Saúde / *Programa de assistência integral à Saúde da Mulher (PAISM)*. Brasília, DF.
- Brasil. (2000). Ministério da Saúde / Gabinete do Ministro. *Programa de Humanização do Pré-Natal e Nascimento no âmbito do Sistema Único de Saúde (PHPN)*. Brasília DF.
- Brasil. (2012). Ministério da Saúde / Secretaria de Atenção à Saúde / Departamento de Atenção básica. *Saúde da Criança: Crescimento e desenvolvimento* (Cadernos de atenção básica 33), Brasília, DF.
- Brisola, E. B. V. (2000). *Quem canta os males espanta? Um estudo heurístico da vivência de cantar* (Dissertação de Mestrado). Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas.
- Brisola, E. B. V. & Cury, V. E. (2015). Singing your troubles away: The experience of singing from a psychological standpoint - Contributions from a heuristic research. *The Humanistic Psychologist*, 43(4), 395-408. doi: 10.1080/08873267.2015.1047934
- Brisola, E. B. V. & Cury, V. E. (2016). Researcher experience as an instrument of investigation of a phenomenon: An example of heuristic research. *Estudos de Psicologia* 133(1), 95-105. doi: org/10.1590/1982-02752016.0001000010

- Bryant, G., & Barrett, C. (2007). Recognizing intentions in infant-directed speech. *Psychological Science, 18*, 746-751.
- Carolan, M., Barry, M., Gamble, M., Turner, K., & Mascareñas, O. (2012a). Experiences of pregnant women attending a lullaby programme in Limerick, Ireland: A qualitative study. *Midwifery, 28*(3), 321-328.
- Carolan, M., Barry, M., Gamble, M., Turner, K., & Mascareñas, O. (2012b). The Limerick lullaby project: An intervention to relieve prenatal stress. *Midwifery, 28*(2), 173-180.
- Cevasco, A. (2008). The effects of mothers' singing on full-term and preterm infants and maternal emotional responses. *Journal of Music Therapy, 45*(3), 273-306.
- Clift, S. (2012). Singing, wellbeing, and health. In R. A. R MacDonald, G. Kreutz, & L. Mitchell (Eds.), *Music, health, and wellbeing* (pp. 113-124). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Clift, S. & Hancox, G. (2010). The significance of choral singing for sustaining psychological wellbeing: Findings from a survey of choristers in England, Australia and Germany. *Music Performance Research, 3*(1), 79-96.
- Cohen, A. J. (2011). Research on singing: Development, education and well-being – Introduction to the special volume on “singing and psychomusicology”. *Psychomusicology: Music, Mind and Brain, 21*(1-2), 1-5.
- Cohen, A. J. (2012). Creativity in singing: Universality and sensitive development periods? In D. Hargreaves, D. Miell & R. MacDonald (Eds.), *Musical imaginations: Multidisciplinary perspectives on creativity, performance and perception* (pp. 173-189). Oxford, UK: Oxford University Press. doi: 10.1093/acprof:oso/9780199568086.001.0001

- Cohen, A. J. (2015). The AIRS test battery of singing skills: Rationale, item types, and lifespan scope. *Musicae scientiae*, 19(3), 238-264.
- Condon, J. (2010). Women's mental health: A "wish-list" for the DSM V. *Archive of Women's Mental Health*. 13, 5-10.
- Conrad, N. J., Walsh, J., Allen, J. M. & Tsang, C. D. (2011). Examining infants' preferences for tempo in lullabies and playsongs. *Canadian Journal of Experimental Psychology*, 65(3), 168-172. doi: 10.1037/a0023296
- Creighton, A. (2011). Mother-infant musical interaction and emotional communication: A literature review. *The Australian Journal of Music Therapy*, 22, 37-58.
- Creighton, A., Atherton, M. & Kitamura, C. (2013). Singing play songs and lullabies: Investigating the subjective contributions to maternal attachment constructs. *Australian Journal of Music Therapy*, 24, 17-44.
- Crothers, J. E. & Dokecki, P. R. (2002). Human Science inquiry into the person: methodological issues and an illustration. In D. Cain (Ed.), *Classics in the person-centered approach* (pp. 305-316). Ross-on-Wye, UK: PCCS Books.
- Csibra, G. (2010). Recognizing communicative intentions in infancy. *Mind & Language*, 25(2), 141-168.
- Cury, V. E. (2007). Práticas psicológicas clínicas em instituições: Um estudo sobre a narrativa como estratégia de pesquisa. In *Primeiro Simpósio Internacional de Psicanálise e Fenomenologia*. I Jornada de Pesquisa em Psicanálise e Fenomenologia do Laboratório de Psicologia Clínica Social (pp. 20-30). Campinas: SBI, PUC-Campinas.

- Custodero, L. A. (2006). Singing practices in 10 families with young children. *Journal of Research in Music Education*, 54(1), 37-56. doi: 10.1177/002242940605400104
- Custodero, L. A., Britto, P. R., & Brooks-Gunn, J. (2003). Musical lives: A collective portrait of American parents and their young children. *Applied Developmental Psychology*, 24, 553-572.
- Custodero, L. A. & Johnson-Green, E. A. (2003). Passing the Cultural Torch: Musical experience and musical parenting of infants. *Journal of Research in Music Education*, 51(2), 102-114.
- Dahlberg, K. (2006). The essence of essences – the search for meaning structures in phenomenological analysis of lifeworld phenomena. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 1, 11-19. doi: 10.1080/17482620500478405
- Dahlen, H. G., Barclay, L. M. & Homer, C. S. E. (2010). Processing the first birth: Journeying into 'motherland'. *Journal of Clinical Nursing*, 19, 1977-1985. doi: 10.1111/j.1365-2702.2009.03089.x
- Darvill, R., Skirton, H. & Farrand, P. (2008). Psychological factors that impact on women's experiences of first-time motherhood: A qualitative study of the transition. *Midwifery*, 26(3), 357-366. doi: 10.1016/j.midw.2008.07.006
- Darwin, C. (1965). *The expression of the emotions in man and animals*. Chicago, IL: The University of Chicago Press.
- David, D. H., Styron, T. & Davidson, L. (2011). Supported parenting to meet the needs and concerns of mothers with severe mental illness. *American Journal of Psychiatric Rehabilitation*, 14(2), 137-153.

- Davidson, A. S. (2013). Phenomenological approaches in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 10*, 318-339. doi: 10.1080/1480887.2011.608466
- Davidson, J. (2008). *Singing for self-healing, health and well-being. Keynote address.* ArtsHealth Conference, Newcastle. October 2008. doi: 10.1.1.528.857
- Davidson, L. (2003). *Living outside mental illness: Qualitative studies of recovery in schizophrenia.* New York: New York University Press.
- Davidson, L. (2004). Phenomenology and contemporary clinical practice: Introduction to special issue. *Journal of Phenomenological Psychology, 35*(20), 149-162.
- Davidson, L., Shahar, G., Lawless, M. S., Sells, D. & Tondora, J. (2006). Play, pleasure, and other positive life events: "Non-specific" factors in recovery from mental illness? *Psychiatry, 69*(2), 151-163.
- DeCastro, T. G. & Gomes, W. B. (2011). Aplicações do método fenomenológico à pesquisa em psicologia: Tradições e tendências. *Estudos de Psicologia-Campinas, 28*(2), 153-161. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2011000200003>
- de l'Etoile, S. K. (2006). Infant behavioral responses to infant-directed singing and other maternal interactions. *Infant Behavior & Development, 29*, 456-470.
- de l'Etoile, S. K. (2012). Responses to infant-directed singing in infants of mothers with depressive symptoms. *The Arts in Psychotherapy, 39*, 353-366.
- de l'Etoile, S. K. & Leider, C. N. (2011). Acoustic parameters of infant-directed singing in mothers with depressive symptoms. *Infant Behavior & Development, 34*, 248-256. doi: 10.1016/j.infbeh.2010.12.013
- de Vries, P. (2005). Lessons from home: Scaffolding vocal improvisation and song acquisition with a 2-year-old. *Early Childhood Education Journal, 32*, 307-312.

- Delavenne, A., Gratier, M. & Devouche, E. (2013). Expressive timing in infant-directed singing between 3 and 6 months. *Infant Behavior & Development*, 36, 1-13. <http://dx.doi.org/10.1016/j.infbeh.2012.10.004>
- deMarrais, K. (2004). Qualitative interview studies: Learning through experience. In K. deMarrais & S. D. Lapan (Eds.), *Foundations for research methods of inquiry in education and the social sciences* (pp. 51-68). Mahwah, NJ: Laurence Erlbaum Associates publishers.
- Demecs, I. P., Fenwick, J. & Gamble, J. (2011). Women's experiences of attending a creative arts program during their pregnancy. *Women and Birth*, 24, 112-121. doi: 10.1016/j.wombi.2010.08.004
- Denzin, N. K. (1989). *Interpretative interactionism*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Dissanayake, E. (2008). If music is the food of love, what about survival and reproductive processes? *Music Scientiae*, Special Issue: Narrative in Music and Interaction, 169-195.
- Edwards, J. (2011). The use of music therapy to promote attachment between parents and infants. *The Arts in Psychotherapy*, 38, 190-195.
- Elmer, S. S. (2011). Human singing: Towards a developmental theory. *Psychomusicology: Music, Mind and Brain*, 21(1-2), 13-30. doi: 10.1037/h0094001
- Filipak, R. & Ilari, B. (2005). Mães e bebês: Vivência e linguagem musical. *Música Hodie*, 5(1), 85-100.
- Finlay, L. (2009). Debating phenomenological research methods. *Phenomenology & Practice*, 3(1), 6-25.

- Friedman, S. H., Kaplan, R. S., Rosenthal, M. B. & Console, P. (2010). Music therapy in perinatal psychiatry: Use of lullabies for pregnant and postpartum women with mental illness, *Music and Medicine*, 2(4), 219-225.
- Garunkstiene, R., Buinauskiene, J., Uloziene, I. & Markuniene, E. (2014). Controlled trial of live versus recorded lullabies in preterm infants. *Nordic Journal of Music Therapy*, 23(1), 71-88.
- Ghazban, N. (2013). *Emotion regulation in infants using maternal singing and speech*. (Tese de Doutorado). Programa de Psicologia da Ryerson University, Ontario, Canadá.
- Gick, M. (2011). Singing, health and well-being: A health psychologist's review. *Psychomusicology: Music, Mind and Brain*, 21(1-2), 176-207.
- Gilad, E. & Arnon, S. (2010). The role of live music and singing as a stress-reducing modality in the neonatal intensive care unit environment. *Music and Medicine*, 2(1), 18-22.
- Giorgi, A. (2008). Difficulties encountered in the application of the phenomenological method in the social sciences. *Indo-Pacific Journal of Phenomenology*, 8(1), 1-9. doi: 10.1080/20797222.2008.11433956
- Gomes, W. B. (2007). Distinção entre procedimentos técnico e lógico na análise fenomenológica. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 13(2), 228-240.
- Granato, T. M. M. & Aiello-Vaisberg, T. M. J. (2009). Maternidade e colapso. *Paideia*, 19(44), 395-401.
- Granato, T. M. M. & Aiello-Vaisberg, T. M. J. (2013). Narrativas interativas sobre o cuidado materno e seus sentidos afetivo-emocionais. *Psicologia Clínica, Rio de Janeiro*, 25(1), 17-35.

- Granato, T. M. M. & Aiello-Vaisberg, T. M. J. (2016). Interactive narratives in the investigation of the collective imaginary about motherhood. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 33(1), 25-35. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-02752016000100004>
- Granato, T. M. M., Corbett, E. & Aiello-Vaisberg, T. M. J. (2011). Narrativa interativa e psicanálise. *Psicologia em Estudo*, 16(1), 157-163.
- Granato, T. M. M., Tachibana, M. & Aiello-Vaisberg, T. M. J. (2011). Narrativas interativas na investigação do imaginário coletivo de enfermeiras obstétricas sobre o cuidado materno. *Psicologia e Sociedade*, 23, 81-89.
- Haslbeck, F. B. (2012). Music therapy for premature infants and their parentes: An integrative review. *Nordic Journal of Music Therapy* 21(3), 203-226. doi: 10.1080/08098131.2011.648653
- Herishanu-Gilutz, S., Shahar, G., Schattner, E., Kofman, O. & Holcberg, G. (2009). On becoming a first-time mother after an emergency Caesarean section: A journey from alienation to symbolic adoption. *Journal of Health Psychology*, 14(7), 967-981. doi: 10.1177/1359105309341205
- Holloway, I. & Todres, L. (2003). The status of method: Flexibility, consistency and coherence. *Qualitative Research*, 3(3), 345-357.
- Holloway, I. & Todres, L. (2007). Thinking differently: Challenges in qualitative research. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 2, 12-18.
- Husserl, E. (1931/2012). *Ideas: General introduction to pure phenomenology*. New York, NY: Routledge Classics.

- Husserl, E. (1954/1970). *The crisis of european sciences and transcendental phenomenology: An introduction to phenomenological philosophy*. Evanston, IL: Northwestern University Press.
- Ilari, B. (2002). Music and babies: A review of research with implications for music educators. *Update: Applications of Research in Music Education*, 21(17). doi: 10.1177/87551233020601
- Ilari, B. (2005). On musical parenting of young children: Musical beliefs and behaviors of mothers and infants. *Early child development & care*. 175(7/8), 647-660. doi: 10.1080/0300443042000302573
- Ilari, B. (2006). Desenvolvimento cognitivo-musical no primeiro ano de vida. In B. S. Ilari (Org.), *Em busca da mente musical: Ensaio sobre os processos cognitivos em música – da percepção à produção* (pp. 271-302). Curitiba, PR: Ed da UFPR.
- Ilari, B., Chen-Hafteck, L. & Crawford, L. (2013). Singing and cultural understanding: A music education perspective. *International Journal of Music Education*, 31(2), 202-216. doi: 10.1177/0255761413487281
- Ilari, B., Moura, A. & Bourscheidta, L. (2011). Between interactions and commodities: Musical parenting of infants and toddlers in Brazil. *Music Education Research*, 13(1), 51-67.
- Imogen, C. (2012). Psychosocial outcomes of active singing interventions for therapeutic purposes: A systematic review of the literature. *Nordic Journal of Music Therapy*, 21(1), 80-98.
- Juslin, P. N. (2005). Communicating emotion in music performance: A review and theoretical framework. In P. Juslin & J. Sloboda (Eds.), *Music and Emotion: theory and research* (pp. 309-337). New York, NY: Oxford University Press.

- Kirschenbaum, H. & Henderson, V. L. (Ed.). (1989). *Carl Rogers: Dialogues*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Kramp, M. K. (2004). Exploring life and experience through narrative inquiry. In K. deMarrais & S. D. Lapan (Eds.), *Foundations for research: Methods of inquiry in education and the social sciences* (pp. 103-121). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Larsson, S. & Sjöblom, Y. (2010). Perspectives on narrative methods in social work research. *International Journal of Social Welfare*, 19, 272-280.
- Leach, P. (1986). *The first six months: Getting together with your baby*. London, UK: Fontana Press.
- Lehmann, A. C., Sloboda, J. A. & Woody, R. H. (2007). *Psychology for musicians: Understanding and acquiring the skills*. New York, NY: Oxford University Press.
- Levitin, D. J. (2009). *The world in six songs*. New York, NY: Plume printing.
- Loewy, J. V. (2011). Music therapy for hospitalized infants and their parents. In J. Edwards, *Music therapy and parent-infant bonding* (pp. 179-190). New York, NY: Oxford University Press.
- Machado, S. A. P. (2012). *Canção de ninar brasileira: Aproximações*. (Tese de Doutorado), Universidade de São Paulo: São Paulo.
- Mackinlay, E. (2009). Singing maternity through autoethnography: Making visible the musical world of myself as a mother. *Early Child Development and Care*, 179 (6), 717-731.
- Maslow, A. H. (1956). Self-actualizing people: A study of psychological health. In Moustakas, C. (Ed.), *The self: Explorations in personal growth*. New York, NY: Harper & Row publishers, 160-194.

- Maslow, A. H. (1971/1993). *The farther reaches of human nature*. New York, NY: Penguin Group.
- May, R. (1975). *A coragem de criar*. (11^a ed.). Rio de Janeiro, RJ: Edição Nova Fronteira.
- Mello, E. L., Maia, S. M. & Andrada e Silva, M. A. (2009). Voz cantada e a constituição da relação mãe-bebê. *Revista CEFAC*, 11(1), 127-133.
- Menuhin, Y. & Davis, C. W. (1990). *A música do homem*. São Paulo, SP: Martins Fontes.
- Merker, B., Morley, I. & Zuidema, W. (2015). Five fundamental constraints on theories of the origins of music. *Philosophical Transactions, the Royal Society B*, 370. doi: 10.1098/rstb.2014.0095
- Milligan, K., Atkinson, L., Trehub, S. E., Benoit, D. & Poulton, L. (2003). Maternal attachment and the communication of emotion through song. *Infant Behavior & Development*, 26, 1-13.
- Mithen, S. (2009). The music instinct: The evolutionary basis of musicality. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1169. (pp. 3-12). doi: 10.1111/j.1749-6632.2009.04590.x
- Moss, Robson & Pedersen (1969). Determinants of maternal stimulation of infants and consequences of treatment for later reactions to strangers. *Developmental Psychology*, 1(3), 239-246.
- Moustakas, C. (1977). *Creative life*. New York, NY: Ban Nostrand Reinhold Company.
- Moustakas, C. (1990a). Heuristic research: Design and methodology, *Person-Centered Review*, 5(2), 170-190.

- Moustakas, C. (1990b). *Heuristic research: Design, methodology, and applications*, California: Sage.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research Methods*. California: Sage.
- Moustakas, C. (1995). *Being-in, being-for, being-with*. Maryland: Rowman & Littlefield.
- Mozena, H. & Cury, V. E. (2010). Plantão Psicológico em um Serviço de Assistência Judiciária. *Memorandum*, Belo Horizonte, 19, 65-78.
- Nakata, T. & Trehub, S. E. (2004). Infants' responsiveness to maternal speech and singing. *Infant Behavior & Development*, 27, 455-464.
- Nakata, T. & Trehub, S. E. (2011). Expressive timing and dynamics in infant-directed and non-infant-directed singing. *Psychomusicology: Music, Mind & Brain*, 21, 130-138. doi: 10.1037/h0094003
- Nocker-Ribuspiere, M. (2004). The mother's voice – a bridge between two worlds: Short and long term effects of auditive stimulation on premature infants and their mother. In M. Nocker-Ribuspiere, (Ed.), *Music therapy for premature infants* (pp. 97-111). Gilsum, NH: Barcelona Publishers.
- Nolan, S. (2008). 'The experiencing of experience': A pragmatic reassessment of Rogerian phenomenology. *European Journal of Psychotherapy & Counseling* 10(4), 323-339.
- O'Callaghan, C. (2008). Lullament: Lullaby and lament therapeutic qualities actualized through music therapy. *American Journal of Hospice and Palliative Medicine*. 25(2), 93-99. doi: 10.1177/1049909107310139
- O'Gorman, S. (2006). Theoretical interfaces in the acute paediatric context: A psychotherapeutic understanding of the application of infant-directed singing. *American Journal of Psychotherapy*, 69(3), 271-283.

- O'Hara, M. & Wood, J. K. (2004). Transforming communities: Person-centered encounters and the creation of integral conscious groups. In B. A. Banathy & J. P. Jenlink (Eds.), *Dialogue as a means of collective communication* (pp. 95-126). New York, NY: Kluwer Academic Plenum.
- Orlansky, H. (1949). Infant care and personality. *Psychological Bulletin*, 46(1), 1-48.
- Pagès, M. (1976). *Orientação não diretiva em psicoterapia e psicologia social*. São Paulo, SP: Editora Universidade de São Paulo.
- Papousek, M. (2007). Communication in early infancy: An arena of intersubjective learning. *Infant Behavior & Development*, 30, 258-266.
- Parncutt, R. (2009). Prenatal and infant conditioning, the mother schema, and the origins of music and religion, *Musicae Scientiae*, 13, 119-150. doi: 10.1177/1029864909013002071
- Pedro, K. L. H., Santos, A. R. & Pereira, V. M. (2016). Efeito do canto materno na adaptação de prematuros à vida extrauterina. *Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba* 18(2), 103-109. doi: 10.5327/Z1984-4840201625842
- Perches, T. H. P. & Cury, V. E. (2013). Plantão Psicológico em Hospital Geral e o processo de mudança psicológica. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 29(3), 313-320.
- Persson, R. S., & Robson, C. (1995). The limits of experimentation: On researching music and musical settings. *Psychology of Music*, 23, 39-47.
- Puyvelde, M. Van, Vanfleteren, P., Loots, G., Deschuyffeleer, D., Vinck, B., Jacquet, W. & Verhelst, W. (2010). Tonal synchrony in mother-infant interaction based on harmonic and penatonic series. *Infant Behavior and Development*, 33, 387-400.

- Reyna, B. A. & Pickler, R. H. (2009). Mother-infant synchrony. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 38, 470-477. doi: 10.1111/j.1552-6909.2009.01044.x
- Rinta, T. & Welch, G. F. (2008). Should singing activities be included in speech and voice therapy for prepubertal children? *Journal of Voice*, 22(1), 100-112.
- Rogers, C. R. (1955/1995). Pessoa ou ciência? Uma questão filosófica. In J. Wood et al. (Orgs.), *Abordagem centrada na pessoa* (2ª ed.), (pp. 125-155). Vitória, ES: Editora Fundação Ceciliano Abel de Almeida.
- Rogers, C. R. (1957/1989). A therapist's view of the good life: The fully functioning person. In H. Kirschenbaum & V. L. Henderson (Eds.), *The Carl Rogers reader* (pp. 409-420). New York, NY: Houghton Mifflin Company.
- Rogers, C. R. (1961). *Tornar-se pessoa* (M. J. C. Ferreira, Trad.). São Paulo, SP: Martins Fontes.
- Rogers, C. R. (1963/1995). Conceito de pessoa em funcionamento pleno. In J. Wood et al. (Orgs.), *Abordagem centrada na pessoa* (2ª ed.), (pp. 69-93). Vitória, ES: Editora Fundação Ceciliano Abel de Almeida.
- Rogers, C. R. (Ed.). (1967/1976). *The therapeutic relationship and its impact: A study of psychotherapy with schizophrenics*. Westport, CT: Greenwood Press Publishers.
- Rogers, C. R. (1973). Some new challenges. *American Psychologist*, 28(5), 379-387.
- Rogers, C. R. (1975). Empathic: An unappreciated way of being. *The Counseling Psychologist*, 29(2), 115-123.
- Rogers, C. R. (1978). *Sobre o poder pessoal* (W. M. A. Penteadó, Trad.). São Paulo, SP: Martins Fontes.

- Rogers, C. R. (1979). The foundations of the person-centered approach. *Education*, 100(2), 98-107.
- Rogers, C. R. (1980). *A way of being*, Boston, MA: Houghton Mifflin Company.
- Rogers, C. R. (1951/2003). *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory*. London, UK: Constable.
- Rogers, C. R. & Dymond, R. F. (Eds.). (1954). *Psychotherapy and Personality change, coordinated research studies in the client-centered approach*. Chicago, IL: The University of Chicago Press.
- Rogers, C. R. & Kinget, G. M. (1975). *Psicoterapia e Relações Humanas* (livro 1), (M. L. Bizzotto, Trad.). Belo Horizonte, MG: Interlivros.
- Rogers, C. R. & Rosenberg, R. L. (1977). *A pessoa como centro*, São Paulo, SP: E.P.U.
- Sacks, O. (2008, December). Wired for sound. *The Oprah Magazine*. Retrieved from <http://www.oprah.com/omagazine/Oliver-Sacks-Finds-the-Bond-Between-Music-and-Our-Brains>
- Santos, A. M., Rogers, C. R. & Bowen, M. C. V. (2004). *Quando fala o coração: A essência da psicoterapia centrada na pessoa*. São Paulo, SP: Vetor.
- Schroeder, S. R., Marian, V., Shook, A. & Bartolotti, J. (2016). Bilingualism and musicianship enhance cognitive control. *Neural Plasticity*, 2016. doi: 10.1155/2016/4058620
- Searle, S. L. (2010). *Natural caregiving practices and mothers' decisions*. (Dissertação de Mestrado). Utah University, Utah.
- Serlin, I. (2011). The history and future of humanistic psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 51(4), 428-431.

- Serruya, S. J., Cecatti, J. G. & Lago, T. G. (2004). O programa de humanização no pré-natal e nascimento do ministério da saúde no Brasil: resultados iniciais. *Cadernos de Saúde Pública*, 20(5), 1281-1289. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2004000500022>
- Shoemark, H. (2011). Translating 'infant-directed singing' into a strategy for the hospitalized family. In J. Edwards (Ed.), *Music therapy and parent-infant bonding* (pp. 161-178). New York, NY: Oxford University Press.
- Shoemark, H. (2013). Working with full-term hospitalized infants. In J. Bradt, (Ed.), *Guidelines for music therapy practice: Pediatric care* (pp. 116-151). Gilsum, NH: Barcelona Publishers.
- Shoemark, H. & Arnup, S. (2015). A survey of how mothers think about and use voice with their hospitalized newborn infant. *Journal of Neonatal Nursing*, 20, 115-121. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jnn.2013.09.007>
- Sloboda, J. A. (1986). Cognition and real music: The psychology of music comes to age, *Psychologica Belgica*, XXVI-2, 30-36.
- Sloboda, J. (2005). *Exploring the Musical Mind: Cognition, emotion, ability, function*. New York, NY: Oxford University Press.
- Socha, A. (2010). A sonoridade vocal e seus efeitos no interior da transicionalidade. *Jornal de Psicanálise*, 43(78), 43-56.
- Sociedade Brasileira de Pediatria (2016). *Conversando com o Pediatra*. Recuperado em 16 de julho. <http://www.conversandocomopediatra.com.br>
- Souza, G. G. & Cury, V. E. (2015). A experiência de estudantes sobre a atenção psicológica disponibilizada na universidade: Um estudo fenomenológico. *Memorandum*, 28, 221-239.

- Stacy, R., Brittain, K., Kerr, S. (2002). Singing for Health: An exploration of the issues. *Health Education*, 102(4), 156-162.
- Stahlschmidt, A. P. M. (2002). *A canção do desejo: Da voz maternal ao brincar com os sons, a função da música na estruturação psíquica do bebê e sua constituição como sujeito* (Tese de Doutorado). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre.
- Stahlschmidt, A. P. M. (2015). Music in the Early Stages of Life: Considerations from Working with Groups of Mothers and Babies. *International Scholarly and Scientific Research and Innovation, Paris*, 9(1), 1780-1786.
scholar.waset.org/1999.10/10000150
- Standley, J. M. (2012). Music therapy research in the NICU: An updated meta-analysis. *Neonatal Network*, 5, 311-316. doi: 10.1891/0730-0832.31.5.311
- Street, A., Young, S., Tafuri, J. & Ilari, B. (2003). Mothers' attitudes to singing to their infants. In R. Kopiez, A. C. Lehmann, I. Wolther & C. Wolf (Eds.), *Proceedings of the 5th ESCOM Conference* (pp. 628-631). Hanover University of Music and Drama, Germany.
- Szymanski, H. & Cury, V. E. (2004). A pesquisa intervenção em psicologia da educação e clínica: Pesquisa e prática psicológica. *Estudos de Psicologia*, 9(2), 355-364.
- Tafuri, J. (2006). Processes and teaching strategies in musical improvisation in children. In I. Deliège & G.A. Wiggins (Eds.), *Musical creativity: Multidisciplinary research in theory and practice* (pp. 135-157). Hove, UK: Psychology Press.
- Thompson, W. F. (2009). *Music, thought, and feeling: Understanding the psychology of music*. New York, NY: Oxford University Press.

- Trehub, S. E. (1999). Singing as a parenting tool. *Early Childhood Connections*, 5(2), 8-14.
- Trehub, S. E. (2003). Musical Predispositions in infancy: An update. In I. Peretz and R. Zatorre (Eds.), *The cognitive Neuroscience of Music* (pp. 3-20). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Trehub, S. E., Ghazban, N. & Corbeil, M. (2015). Musical affect regulation in infancy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1337, 186-192.
- Trehub, S. E. & Gudmundsdottir, H. R. (2015). Mothers as singing mentors for infants. In G. Welch, D. M. Howard & J. Nix, (Eds.), *Oxford Handbook of singing* (pp. 1-20). Oxford, UK; Oxford University Press. doi: 10.1093/oxfordhb/9780199660773.001.0001
- Trehub, S. E., & Prince, R. (2010). Lullabies and other women's songs in the trukish village of Akçaenis. *Unesco Observatory*, Faculty of Architecture, Building and Planning, the University of Melbourne, refereed e-journal, 2(1).
- Tsang, C. D., Friendly, R. H. & Trainor, L. J. (2011). Singing development as a sensorimotor interaction problem. *Psychomusicology: Music, Mind & Brain*, 21(1-2), 31-44. doi: 10.1037/h0094002
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. New York, NY: Basic Books.
- Veiga, A. A. A. (2009). *O meu chapéu tem três pontas: Educação infantil, o cantar e a psicanálise – um estudo de caso*. (Dissertação de Mestrado). Universidade de Brasília, Brasília.
- Vlismas, W., Malloch, S. & Burnham, D. (2013). The effects of music and movement on mother-infant interactions. *Early Child Development and Care*, 183(11), 1669-1688.

- Volkova, A., Trehub, S. E. & Schellenberg, E. G. (2006). Infants' memory for musical performances. *Developmental Science*, 9(6), 583-589.
- Vosoughi, S., Roy, B., Frank, M. C. & Roy, D. (2010). Effect of caregiver prosody on child language acquisition. In *Proceedings of the 5th International Conference on Speech Prosody, Speech Prosody*, Chicago, May 11-14. <http://speechprosody2010.illinois.edu/papers/100429.pdf>
- Vouloumanos, A. & Werker, J. F. (2007). Listening to language at birth: Evidence for a bias for speech in neonates. *Developmental Science*, 10, 159-171.
- Wade, K., Black, A., & Ward-Smith, P. (2005). How mothers respond to their crying infant. *Journal Of Pediatric Health Care: Official Publication Of National Association Of Pediatric Nurse Associates & Practitioners*, 19(6), 347-353.
- Wan, C. Y., Rüber, T., Hohmann, A. & Schlaug, G. (2010). The therapeutic effects of singing in neurological disorders. *Music Perception*, 27(4), 287-295. doi: 10.1525/mp.2010.27.4.287
- Weber, S. J. (1986). The nature of interviewing. *Phenomenology and Pedagogy*, 4(2), 65-72.
- Weiss, M. W., Trehub, S. E. & Schellenberg, E. G. (2012). Something in the way she sings: Enhanced memory for vocal melodies. *Psychological Science*, 23(10), 1074-1078. doi:10.1177/0956797612442552
- Welch, G. F. (2005). Singing as communication. In M. Miel, R. MacDonald & D. J. Hargreaves (Eds.), *Musical Communication* (pp. 239-259). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Welch, G. F., Howard, D. M., Himonides, E. & Brereton, J. (2005). Real-time feedback in the singing studio: An innovatory action-research project using new voice technology. *Music Education Research*, 7(2), 225-249.

- Welch, G. F. & Sundberg, J. (2002). Solo Voice. In R. Parncutt, & G. E. McPherson (Eds.), *The Science & Psychology of Music Performance: Creative strategies for teaching and learning* (pp. 253-268). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Willig, C. (2013). *Introduction to qualitative research in Psychology*, Berkshire, UK: Open University Press.
- Winnicott, D. (1965/2011). *A família e o desenvolvimento individual*. São Paulo, SP: Martins Fontes.
- Winnicott, D. (1987). *Babies and their mothers*. Massachusetts: Addison-Wesley Publishing company.
- Winnicott, D. (1990). *Home is where we start from: Essays by a psychoanalyst*. New York, NY: Norton & Co.
- Wood, J. K. (2008). *Carl Rogers' Person-Centered Approach: Toward an understanding of its implications*. Herefordshire, UK: PCCS Books.
- Wood, J. K., Doxsey, J. R., Assumpção, L. M., Tassinari, M. A., Japur, M., Seera, M. A. . . . Cury, V. E. (Orgs.). (1995). *Abordagem centrada na pessoa* pp. 69-93 (2^a ed.). Vitória, ES: Editora Fundação Ceciliano Abel de Almeida.
- Woodhouse, S. S. (2010). Dyadic interaction as precursors to attachment security: Implications for intervention and research. *Attachment & Human Development*, 12(1-2), 151-157. doi: 10.1080/14616730903381514
- Yalom, I. D. & Leszcz. M. (2005). *The theory and practice of group psychotherapy* (5^a ed.). New York, NY: Basic Books.
- Young, S. (2008). Lullaby light shows: Everyday musical experience among under-two-year-olds. *International Journal of Music Education*, 26(1), 33-46.

Young, S., Street, A. & Davies, E. (2007). The music one-to-one project: Developing approaches to music with parents and under-two-year-olds. *European Early Childhood Education Research Journal*, 15(2), 254-267.

Zelkowitz, P. & Papageorgiou, A. (2012). Easing maternal anxiety: An update. *Women's Health*, 8(2), 205-213. doi: 10.1080/14616730903381514

ANEXOS

Anexo A



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Cantando para seu bebê: um estudo fenomenológico sobre a experiência das mães

Pesquisador: Elizabeth Brown Vallim Brisola

Área Temática:

Versão: 3

CAAE: 30867314.9.0000.5481

Instituição Proponente: Pontifícia Universidade Católica de Campinas - PUC/ CAMPINAS

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 734.620

Data da Relatoria: 04/08/2014

Apresentação do Projeto:

Pesquisa qualitativa exploratória de inspiração fenomenológica que busca apreender a experiência de mães sobre cantar para seus bebês, a partir de encontros dialógicos com mulheres que tiveram um filho durante os últimos dezoito meses. Amostra com cerca de 15 mães com filhos de até um ano e meio de idade. A metodologia consiste em encontros dialógicos da pesquisadora com cada uma das participantes no qual serão estimuladas a contar sobre sua própria experiência ao cantar para seu bebês. Depois de cada encontro a pesquisadora redigirá uma narrativa em primeira pessoa.

Objetivo da Pesquisa:

Apreender os elementos essenciais da experiência vivida por mães ao cantar para seus bebês de forma a compreender e interpretar seus significados à luz da psicologia humanista.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

A pesquisadora aborda que a pesquisa apresenta riscos mínimos, uma vez que o tema em questão, cantar para os filhos, é uma atividade socialmente sancionada, não implicando em julgamento moral negativo. Caso a mãe, sujeito de pesquisa, demonstrar algum desconforto emocional a pesquisadora assumirá responsabilidade por encaminhar à clínica escola da universidade. Dentre os benefícios relatados destaca-se o aumento da auto estima e oportunidade

Endereço: Rodovia Dom Pedro I, Km 136
Bairro: Parque das Universidades **CEP:** 13.086-900
UF: SP **Município:** CAMPINAS
Telefone: (19)3343-6777 **Fax:** (19)3343-6777 **E-mail:** comitedeetica@puc-campinas.edu.br



Continuação do Parecer: 734.620

Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:

A pesquisa explora a vivência pessoal das mães sobre cantar para seus bebês. O projeto busca desvendar, descrever e compreender o benefício do canto nestas experiências mãe e bebê.

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Os documentos foram apresentados.

Recomendações:

Não há recomendações.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Não há pendências.

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

Considerações Finais a critério do CEP:

Dessa forma, e considerando a Resolução no. 466/12, e, ainda que a documentação apresentada atende ao solicitado, emitiu-se o parecer para o presente projeto: Aprovado. Conforme a Resolução 466/12, é atribuição do CEP: acompanhar o desenvolvimento dos projetos, por meio de relatórios semestrais dos pesquisadores e de outras estratégias de monitoramento, de acordo com o risco inerente à pesquisa. Por isso o/a pesquisador/a responsável deverá encaminhar para o CEP PUC-Campinas os Relatórios Parciais a cada seis meses e o Relatório Final de seu projeto, até 30 dias após o seu término.

CAMPINAS, 31 de Julho de 2014

**Assinado por:
David Bianchini
(Coordenador)**

Endereço: Rodovia Dom Pedro I, Km 136
Bairro: Parque das Universidades **CEP:** 13.086-900
UF: SP **Município:** CAMPINAS
Telefone: (19)3343-6777 **Fax:** (19)3343-6777 **E-mail:** comitedeetica@puc-campinas.edu.br

Página 02 de 02

Anexo B

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

A pesquisa a que você está sendo convidada a participar está sob a responsabilidade da psicóloga Elizabeth Brown Vallim Brisola, doutoranda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da PUC-Campinas. Trata-se de uma pesquisa intitulada "Cantando para seu bebê: um estudo fenomenológico sobre a experiência das mães" que tem como objetivo apreender a experiência de cantar para bebês, a partir do relato de mães de bebês até 18 meses de idade. A pesquisadora fará 1 (um) encontro individual com cada uma das participantes numa data e local escolhido pela própria participante e que garanta privacidade e construirá uma narrativa por escrito sobre como compreendeu a experiência delas. Neste texto serão omitidos todos os dados que possam identificar a participante. Assim, o convite é para que você participe de um encontro previamente agendado com a pesquisadora e conte a ela sobre sua própria experiência em relação ao tema em questão e, também, que a autorize a utilizar fragmentos da conversa ocorrida entre vocês na narrativa.

Todos os dados que você fornecer serão tratados com a máxima confidencialidade pela pesquisadora. Em nenhum momento seu nome será divulgado. Sua participação nesta pesquisa é totalmente voluntária, não estando prevista nenhuma remuneração por ela. Se aceitar participar, você poderá desistir a qualquer momento sem nenhum prejuízo a sua pessoa. Além disto, poderá solicitar que se retire dela qualquer informação que julgar prejudicial a você.

Em princípio, este estudo traz um risco mínimo aos participantes. No entanto, se os temas abordados no encontro com a pesquisadora trouxerem recordações ou emoções pessoais não agradáveis e você se sentir desconfortável ou com qualquer mal-estar psicológico devido à sua participação na pesquisa, receberá atendimento psicológico ou encaminhamento a clínica de psicologia da Universidade por parte da psicóloga/pesquisadora sem qualquer custo financeiro.

Se concordar em participar deste estudo, deverá assinar e datar este Termo de Consentimento, mantendo uma cópia do mesmo devidamente assinada e datada pela pesquisadora em seu poder.

Se tiver dúvidas durante sua participação, ou mesmo depois dela ter se encerrado, poderá entrar em contato para esclarecê-las com a psicóloga Elizabeth Brown Vallim Brisola por meio do telefone: (19) 98183-2700. Questões de ordem ética podem ser esclarecidas junto ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da PUC- Campinas, que aprovou esta pesquisa. Endereço: Rod. Dom Pedro I, Km 136 – Pq. das Universidades-Campinas–SP – CEP: 13.086-900; telefone/fax: (19) 3343-6777; e-mail: comitedeetica@puc-campinas.edu.br.

Psicóloga doutoranda: Elizabeth Brown Vallim Brisola
CRP: 06/43751 – RA: 13501283

Eu declaro ter sido informada e compreendido a natureza e objetivo da pesquisa e livremente concordo em participar. Declaro ainda ser maior de 18 anos.

Nome: _____

RG: _____

Tel: _____

Assinatura: _____

Data: _____

INFORMED CONSENT FORM

You are invited to participate in a research study that is under the responsibility of Elizabeth Brown Vallim Brisola, doctoral student at the Graduate Program of Psychology at Pontifical Catholic University in Campinas, Brazil.

The research is entitled "*The experience of singing to infants: A phenomenological investigation with mothers*" and aims to understand the experience of singing to babies based on conversations with first time mothers with babies up to 18 months old. The researcher will have one individual conversation with you at a time, day, and place most convenient for you. During this conversation you will be invited to share with the researcher your memories of singing to your child. The researcher will write a narrative about your time together and in it she will not include any personal information that would identify you. You authorize the researcher to use fragments of this conversation in her narrative.

All your information will be treated with utmost confidentiality. Your name will not be revealed. Your participation in this research is completely voluntary and there is no payment involved. If you choose to participate, you can give up at any moment with no hard feelings toward you. You may also request not to include certain information.

There are no physical risks associated with this study. Nonetheless, the themes you talk about with the researcher eventually may bring you disagreeable memories and emotions, and you may feel uncomfortable due to your participation in this research. Although this study will not necessarily benefit you personally, we hope that the conversation will add to your understanding of yourself, your relationship to your child, and your singing interaction with him/her.

If you agree to participate in this study, you must sign and date this Term of Consent, and keep a copy for yourself.

If you have any questions during or at the end of the conversation, you may ask the researcher, or contact her later through the telephone number 561 501 8702. Ethical issues can be addressed with the Research Ethics Committee with Human Beings at PUC-Campinas that approved this research. Address: Rod. Dom Pedro I, Km 136 – Pq. das Universidades-Campinas-SP –13.086-900; telephone/fax: (19) 3343-6777; e-mail: comitedeetica@puc-campinas.edu.br.

Elizabeth Brown Vallim Brisola
Researcher, doctoral student

I declare I was informed and understand the nature and objective of the research, and willingly agree to participate. I also declare to be older than 18 years old.

Name: _____
Signature: _____
Date: _____