MÚSICA PARA A ALMA: a alma canta o que o corpo cala

Brenda Soares de Camargo Azevedo[1]

Fabrine Marques Carvalho Da Silva[2]

Lislane Vieira de Mattos Hiat[3]

Soffia Freitas Mendes Fé[4]

Victor Hugo Gomes dos Santos[5]

Profa. Dra. Lorena Fleury de Moura[6]

RESUMO

O projeto de extensão com o tema "Música para a alma", desenvolvido por discentes do curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia, teve como objetivo promover o bem-estar emocional e a reflexão social de adultos por meio da música como ferramenta de diálogo e autoconhecimento. A ação foi realizada no Centro de Cidadania Negra do Estado de Goiás (CENEG-Goiás) e adotou uma metodologia qualitativa por meio da participação dos integrantes em uma roda de conversa. Inicialmente, a proposta foi apresentada ao grupo, seguida pela audição atenta da canção "Minha Alma", da banda O Rappa. Na sequência, conduziu-se uma conversa norteada por perguntas sobre a letra da música, espaço em que os participantes puderam expressar livremente sentimentos, interpretações e vivências. Por fim, solicitou-se o registro escrito de frases marcantes sobre a dinâmica. Como resultados, observou-se uma postura altamente receptiva do público, que compartilhou experiências profundas e estabeleceu um espaço de escuta ativa, acolhimento mútuo e fortalecimento de vínculos comunitários. Conclui-se que a arte musical atuou como um potente elemento facilitador da comunicação e da expressão individual, reafirmando a relevância de intervenções psicossociais que integram cultura e cuidado com a saúde mental no âmbito comunitário.

Palavras chaves: Música; Alma; Psicologia; Conversa; Reflexão.

---

[1] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

[2] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

[3] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

[4] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

[5] Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia.

[6] Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Universo Goiânia e Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás.