



CATÓLICA

FACULDADE DE EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA

PORTO

*CONSTRUIR CAPITAL SOCIAL ATRAVÉS DA CRIAÇÃO MUSICAL
PARTICIPATIVA:
UM ESTUDO DE CASO DE UMA ORQUESTRA COMUNITÁRIA*

Dissertação à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de
Mestre em Ciências da Educação

Especialização em Pedagogia Social

Angeline Leow Hwee Ching

Porto, Janeiro 2024



CATÓLICA

FACULDADE DE EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA

PORTO

*CONSTRUIR CAPITAL SOCIAL ATRAVÉS DA CRIAÇÃO MUSICAL
PARTICIPATIVA:
UM ESTUDO DE CASO DE UMA ORQUESTRA COMUNITÁRIA*

Dissertação à Universidade Católica Portuguesa para obtenção do grau de
Mestre em Ciências da Educação

Especialização em Pedagogia Social

Angeline Leow Hwee Ching

Trabalho efetuado sob a orientação de

Professor Doutor Filipe Martins

Porto, Janeiro 2024

Agradecimentos

Esta dissertação foi possível graças aos valiosos contributos de muitas pessoas. A orientação do meu orientador Professor Doutor Filipe Martins foi tecida ao longo desta dissertação: aberta e generosa, recorrendo a um vasto repertório de disciplinas e experiências que me ajudaram a traçar áreas de descoberta na minha investigação. Muito obrigada à maravilhosa equipa de professores, liderada pela Professora Doutora Isabel Baptista, pelo conhecimento perspicaz que proporcionaram nas suas aulas envolventes, e aos meus colegas pelas muitas discussões interessantes. Este projeto não teria sido possível sem a ajuda da Eunice Macedo e dos adoráveis membros da Orquestra Comunitária do Mundo - Ricardo, Duarte, Mila, Manuel, Né, Eduardo e Jo. Sinto-me verdadeiramente abençoada por ter sido recebida com tantos abraços e beijos na vossa comunidade. Obrigada por me terem dado tanto do vosso precioso tempo, assegurando que o meu projeto está no bom caminho e iluminando o caminho com o vosso calor, paixão e amizade.

Resumo

O presente trabalho corresponde a uma dissertação apresentada à Universidade Católica Portuguesa, Faculdade de Educação e Psicologia, para obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação - especialização em Pedagogia Social e intitula-se "Construindo capital social através do fazer musical participativo: Um estudo de caso de uma orquestra comunitária".

O estudo pretendeu compreender quais os benefícios percebidos da participação no fazer musical participativo numa orquestra comunitária, tal como são vivenciados pelos participantes, e em que medida o capital social foi gerado com base nos 5 indicadores de proximidade identificados por Robert Putnam. O objetivo global era investigar em que medida o capital social gerado contribuía para os benefícios percebidos e, por extensão, para o sentimento geral de bem-estar dos participantes.

Em termos empíricos, foi desenvolvido um estudo de caso etnográfico, enquadrado por uma abordagem qualitativa, com o objetivo de identificar os benefícios e indicadores de capital social através de observações e entrevistas com os participantes.

A análise dos resultados do estudo aponta para uma riqueza considerável de capital social gerado na orquestra comunitária que contribuiu significativamente para os benefícios percebidos da participação e para o sentimento geral de bem-estar dos participantes.

Palavras-chave: capital social, música comunitária, criação musical participativa, bem-estar

Abstract

The present work corresponds to a dissertation presented to the Catholic University of Portugal, Faculty of Education and Psychology to obtain the degree of Master in Educational Sciences – specialization in Social Pedagogy and is entitled "Building social capital through participatory music making: A case study of a community orchestra".

The study aimed to understand what the perceived benefits of participation in participatory music making in a community orchestra are, as experienced by the participants, and to what extent social capital was generated based on the 5 proximity indicators identified by Robert Putnam. The overarching objective was to investigate the extent to which the social capital generated contributed to the perceived benefits and the general sense of well-being of the participants.

In empirical terms, an ethnographic case study was developed, framed by a qualitative approach, with the aim of identifying the benefits and indicators of social capital through observations and interviews with the participants.

The analysis of the results of the study point to a considerable wealth of social capital generated in the community orchestra which has contributed significantly to the perceived benefits of participation and the general sense of well-being of the participants.

Keywords: Social capital, community music, participatory music making, well-being

Índice

Agradecimentos	ii
Resumo	iii
Abstract	iv
Capítulo 1. Introdução Geral	1
Capítulo 2. Enquadramento teórico	3
2.1 Pedagogia social, aprendizagem ao longo da vida e música comunitária	4
2.1.1 <i>Aprender ao longo da vida na e com a vida</i>	4
2.1.2 <i>Música comunitária e aprendizagem inclusiva</i>	5
2.1.3 <i>Benefícios das actividades musicais comunitárias</i>	6
2.2. Música comunitária e capital social	8
2.2.1 <i>Teoria do capital social e música comunitária</i>	8
2.2.2 <i>Indicadores de capital social</i>	11
Capítulo 3. Estudo empírico	15
3.1. Justificação da Opção Metodológica	16
3.1.1 <i>Questões e objetivos de investigação</i>	16
3.1.2 <i>Abordagem da investigação</i>	16
3.1.3 <i>Desenho da pesquisa</i>	17
3.1.2 <i>Métodos de recolha de dados</i>	17
Capítulo 4. Contextualização do estudo	20
4.1. O caso de estudo	20
4.2. Participants	23
Capítulo 5. Análise de dados	25
5.1. A percepção dos benefícios atribuídos à participação na orquestra	25
5.1.1 <i>Benefícios pessoais</i>	25
5.1.2 <i>Benefícios sociais</i>	28
5.1.3 <i>Benefícios musicais</i>	30

5.2. Geração de capital social	32
5.2.1 <i>Participação voluntária</i>	32
5.2.2 <i>Redes e conexões</i>	33
5.2.3 <i>Reciprocidade</i>	33
5.2.4 <i>Confiança</i>	34
5.2.3 <i>Normas e valores sociais</i>	35
Capítulo 6. Discussão dos resultados	38
6.1. Benefícios pessoais	39
6.2. Benefícios sociais	43
6.3. Benefícios musicais	47
Capítulo 7. Conclusões	48
Considerações finais	50
Referências bibliográficas	52
Anexos	65

Capítulo 1. Introdução geral

Numa altura em que atravessamos uma crise social atrás de outra - alterações climáticas, aceleração do fosso digital, sociedades cada vez mais diversificadas e em rápido envelhecimento - a abordagem da Pedagogia Social em contextos comunitários pode desempenhar um papel significativo na promoção da coesão social e do bem-estar através do desenvolvimento holístico e da capacitação dos indivíduos, criando sociedades mais inclusivas e solidárias. Ao fomentar as relações e os laços sociais, as intervenções socioeducativas podem reforçar as comunidades, gerando capital social, que constitui um recurso importante tanto para o indivíduo como para a comunidade nas nossas sociedades cada vez mais polarizadas.

O capital social refere-se ao valor inerente às redes sociais, às relações, bem como à confiança e à cooperação que existem numa comunidade ou sociedade (Lin, 2001). Em termos mais gerais, engloba tanto os recursos, como a informação e o apoio que os indivíduos obtêm através das suas ligações sociais, ou ainda o bem-estar coletivo que resulta de um forte sentido de comunidade e coesão social. A natureza multidimensional do capital social baseia-se na noção de que o envolvimento cívico, ou seja, a interação social entre as pessoas, acrescenta valor e melhora a qualidade de vida dessas pessoas.

As organizações artísticas, as empresas sociais e os governos locais estão cada vez mais a iniciar programas de música comunitária e a investigação tem demonstrado que a participação em atividades musicais comunitárias proporciona benefícios de bem-estar em vários domínios, incluindo físico, cognitivo, emocional, social e psicológico (Yi & Kim, 2023). Além disso, os resultados destes estudos implicaram que uma característica central das atividades musicais comunitárias que facilitam o bem-estar é o ato de "fazer música socialmente empenhada" (Yi & Kim, 2023). Os seres humanos estão imbuídos de uma musicalidade comunicativa inata (Malloch & Trevarthen, 2018). Os programas musicais comunitários podem ser uma poderosa intervenção socioeducativa, oferecendo um ambiente rico para o desenvolvimento pessoal e a aprendizagem - abordando várias necessidades sociais e emocionais, transmitindo competências musicais e de vida que contribuem para o crescimento holístico dos participantes e para a construção de

comunidades mais fortes e coesas. A investigação também demonstrou que a natureza social inerente à música ajuda as pessoas a desenvolverem os tipos de capital social que podem construir redes sociais fortes (Coffman 2006; Dabback 2010).

No contexto das intervenções socioeducativas, as atividades musicais na comunidade são temas interessantes para a investigação, uma vez que representam frequentemente grupos cultural e socio-economicamente diversos, com diferenças individuais que vão para além da proficiência musical e incluem a educação e a cultura de origem. A motivação que deu origem a este estudo de caso de uma orquestra comunitária na cidade do Porto deriva de uma procura de conhecimento académico, bem como de uma curiosidade pessoal para descobrir como é que uma completa novata, sem competências musicais e de língua portuguesa, seria capaz de participar não só no processo de fazer música, mas também no de construir uma comunidade musical. Como fisioterapeuta, também estou interessada, numa perspetiva de saúde e bem-estar, em compreender melhor como as artes participativas podem oferecer recursos comunitários importantes, como o capital social, e ajudar a ligar pessoas que partilham uma identidade ou interesses comuns, contribuindo para melhorar a saúde e o bem-estar. É particularmente relevante no contexto das recentes tendências para a prescrição social e abordagens baseadas em ativos na comunidade para a saúde e o bem-estar, onde os movimentos sociais são vistos como ativos que podem ser aproveitados para desenvolver soluções partilhadas para desafios comuns. As questões que se colocam são, antes de mais, quais são os benefícios percebidos da participação em atividades musicais comunitárias? Sendo inteiramente voluntário, o que motiva os participantes a continuarem a participar nessas atividades? De que forma é que a criação musical em grupo constrói capital social? Como se pode tornar visível a presença de capital social?

Este estudo procurará responder a estas questões através de um estudo de caso etnográfico com um enquadramento baseado na teoria do capital social de Robert Putnam, tal como será apresentado na primeira parte deste trabalho. Segue-se a apresentação do estudo empírico com base no enquadramento teórico e a justificação da opção metodológica no terceiro capítulo. Os dados serão apresentados e analisados no quarto capítulo, seguindo-se a discussão dos resultados e as conclusões retiradas, terminando com as considerações finais.

Capítulo 2. Enquadramento teórico

Apresenta-se neste capítulo o quadro teórico que esteve subjacente à realização deste estudo. O foco do estudo foi colocado na relação entre a música comunitária e o capital social, e como essa relação pode ser um contributo relevante para a intervenção socioeducativa em contextos comunitários. À luz deste contexto, emergem conceitos como "fazer música participativa", "aprendizagem inclusiva", "indicadores proximais", "comunidade", que formam uma rede conceptual que interliga a música comunitária, a pedagogia social e o capital social. Partindo de uma análise das atividades musicais comunitárias sob a lente da pedagogia social, o conceito de capital social será então abordado na sua relação com a pedagogia social, seguindo-se uma exploração dos modos como tem sido aplicado às atividades musicais comunitárias. Os cinco indicadores proximais associados a ele - como sugerido por Putnam (1995) - serão então descritos.

2.1 Pedagogia social, aprendizagem ao longo da vida e música comunitária

2.1.1 Aprender ao longo da vida na e com a vida

A educação é um bem público precioso e um instrumento indispensável para a construção de sociedades justas e inclusivas, onde as diferenças de opinião podem ser livremente expressas e onde um vasto leque de vozes pode ser ouvido, em prol da coesão social e da celebração da diversidade. O nosso mundo em rápida mutação enfrenta desafios educativos cada vez mais assustadores, que aumentam ainda mais as desigualdades e exacerbam a exclusão social. John Dewey (1897), o proeminente filósofo americano e reformador da educação, defendeu que o objetivo da educação não é apenas a aquisição de conhecimentos, mas também aprender a viver, realizar todo o potencial de cada um e utilizar as capacidades para um bem maior. A educação, enquanto oportunidade com potencial para transformar vidas, é a forma fundamental de combater estas desigualdades (ONU, 2015). Ao colocar a educação no centro da vida das pessoas e das suas comunidades, a pedagogia social - enquanto filosofia de ação - é uma cultura de trabalho que garante o acesso de todos a oportunidades de aprendizagem ao longo da vida orientadas para a promoção de laços sociais significativos, numa perspetiva de solidariedade social (Baptista, 2008).

A inclusão na educação consiste em garantir que todos os aprendentes se sintam valorizados e respeitados, e possam desfrutar de um claro sentimento de pertença. De facto, o local de aprendizagem social deve ser um local hospitaleiro de relação, contacto, diálogo e sensibilidade. A hospitalidade é definida como um modo privilegiado de encontro interpessoal, marcado pela abertura à alteridade, especialmente aquela que nos é trazida por outra pessoa (Baptista, 2002). Além disso, a aprendizagem inclusiva ao longo da vida depende da acessibilidade de oportunidades iguais de aprendizagem para além do sistema de educação formal, que aborda o direito de cada indivíduo a envolver-se numa aprendizagem significativa e gratificante em domínios tão diversos como a literacia, as competências profissionais e as competências de cidadania, em contextos tão variados como centros de aprendizagem comunitários, bibliotecas e centros de lazer (UIL, 2019). Para qualquer sociedade contemporânea com populações cada vez mais diversificadas

demograficamente - com todos os cidadãos a prosperar individualmente, contribuindo para uma vida e identidade partilhadas - as oportunidades de aprendizagem têm de ser numerosas, direcionadas e concebidas para satisfazer as necessidades dos diversos aprendentes. Além disso, o principal objetivo dessas comunidades de aprendizagem não é apenas incentivar a aquisição de conhecimentos, mas também o desenvolvimento de competências, a aquisição de novas atitudes, novos comportamentos, novas formas de viver em conjunto (Azevedo, 2007).

2.1.2 Música comunitária e aprendizagem inclusiva

Com a sua ênfase na aprendizagem inclusiva, no acesso aberto e nas interações sociais, as atividades musicais na comunidade apresentam excelentes oportunidades para a aprendizagem social. A investigação realizada nas últimas décadas sobre as funções sociais da música tem-se centrado no poder da música nas sociedades e na vida das pessoas, chamando a atenção para os inúmeros benefícios da atividade musical no desenvolvimento humano a nível psicológico, educacional e terapêutico, entre outros (Hallam & MacDonald, 2014). Não só a música passou a estar ao alcance de todos, como a crescente acessibilidade da prática musical e a sua ampla divulgação através das redes sociais levaram a uma maior consciencialização da sociedade, bem como das instituições culturais e educativas, para o potencial da música no desenvolvimento emocional, cognitivo e social dos indivíduos (Yi & Kim, 2023).

A nível social, a música é poderosa, pois não só facilita a comunicação que vai para além das palavras, como também induz reações emocionais comuns e promove o desenvolvimento de uma identidade partilhada (Hallam & MacDonald, 2014). Fazer música em grupo, sob a forma de música comunitária, é benéfico para o desenvolvimento de competências sociais através da promoção da inclusão e da interação social, contribuindo para o bem-estar ao longo da vida e para a coesão da comunidade, proporcionando benefícios para a sociedade como um todo (Hallam, 2010). A comunidade tem sido definida como o espaço de vida onde os problemas, as necessidades, os projetos e as esperanças de um grupo de pessoas com características diversas e perspetivas comuns são concretizados através de uma ação conjunta em locais ou contextos geográficos (Caride Gómez et al., 2007; MacQueen et al., 2001). Embora a

música comunitária englobe um vasto leque de variações e abordagens na sua formação e prática, com ênfase nas perspetivas e valores partilhados, bem como nas experiências musicais, é consensual que o aspeto central é o ato de se envolver e participar ativamente na criação musical partilhada com interesses comuns (Hardcastle & Southcott, 2022).

Formam-se assim comunidades musicais, podendo estas assumir muitas formas. A criação musical participativa, tal como descrita por Turino (2008), refere-se especificamente a atividades em que as pessoas se envolvem ativamente numa interação musical, em que a ligação social tem prioridade sobre a qualidade do resultado musical. Este envolvimento pode ser entendido como a criação musical comum, como tocar um instrumento ou cantar, bem como manifestações físicas como dançar ou fazer movimentos com as mãos. Com a maior ênfase na realização de interações sociais através da espectáculos musical coletiva, o fazer musical participativo pode ser visto como uma prática fundamentalmente centrada nas relações humanas e em que as noções de qualidade dos resultados musicais estão intrinsecamente ligadas ao contexto social da participação (Camlin, 2015). Em contextos participativos, a música torna-se "uma praxis social que nasce das ações musicais, compreensões e valores partilhados pelas pessoas" (Silverman et al. 2013, p. 4). O que torna o fazer musical participativo único é o facto de o indivíduo poder participar de diferentes formas, passando por uma variedade de papéis, desde observador, a participante, a criador e modelador. Através deste processo gera-se um sentido de responsabilidade individual para com o grupo e um sentido recíproco de responsabilidade do grupo para com o indivíduo. Implícito está o reconhecimento de que o crescimento social e pessoal dos participantes é tão importante quanto o seu crescimento musical (Silverman et al. 2013).

2.1.3 Benefícios das actividades musicais comunitárias

A investigação demonstrou que um aspeto central das atividades musicais comunitárias que facilitam o bem-estar é o ato de fazer música socialmente empenhada (Yi & Kim, 2023). Ao proporcionar um espaço inclusivo onde pessoas de diversas origens, idades e capacidades se podem reunir para aprender e colaborar na criação de música

harmoniosa, uma comunidade musical que pratica a criação musical participativa pode ser uma poderosa intervenção socioeducativa, na medida em que promove competências e atributos que vão para além da música, ao mesmo tempo que constrói solidariedade social. No Reino Unido, o *Music for Life Project* (Varvarigou, Creech, Hallam & McQueen 2012) foi iniciado com o objetivo específico de explorar a forma como a criação musical enriquece a vida das pessoas mais velhas. Os benefícios identificados pelos participantes com mais de 50 anos incluem a melhoria da saúde, interações sociais, apoio emocional e aprendizagem contínua. De facto, estes espaços relacionais que proporcionam oportunidades para interações interpessoais variadas baseadas numa dinâmica de preocupação mútua são ainda mais necessários para a construção de uma identidade partilhada nas sociedades contemporâneas, onde o aumento da interação com as máquinas em detrimento da interação com as pessoas levou tanto à ausência do outro como à perda do sentido do eu (Baptista, 2021). Uma comunidade musical também oferece um ambiente propício ao desenvolvimento pessoal, alimentando o gosto pela aprendizagem, promovendo uma mentalidade de crescimento através da vontade de aprender com os erros, contribuindo para o crescimento holístico dos participantes (Perkins et al., 2020).

2.2. Música comunitária e capital social

2.2.1 Teoria do capital social e música comunitária

O crescente corpo de literatura onde têm sido exploradas ligações teóricas entre a teoria do capital social e os contextos da música comunitária e da criação musical participativa sugere que um quadro de capital social pode ser uma lente construtiva para investigar e compreender os resultados sociais da participação musical comunitária. A investigação empírica demonstrou como o capital social se manifesta entre os membros das comunidades musicais (Prest, 2016). O capital social incorpora o processo pelo qual os indivíduos acedem a relações com membros da comunidade musical e as consequências destas interações sociais, tais como o seu empenho, perceções de confiança e responsabilidade coletiva. De acordo com a abordagem baseada nos ativos da comunidade, este estudo irá investigar e compreender como uma orquestra comunitária pode desenvolver capital social, um importante recurso individual e comunitário. A natureza do grupo, as suas atividades e o seu objetivo determinarão os aspetos do capital social que são importantes e, por conseguinte, o quadro teórico e os dados relevantes (Prest, 2016).

O capital social é um conceito complexo e multidimensional com efeitos diferenciais que são sensíveis ao contexto (Shiell et al., 2020). A definição formal mais antiga foi atribuída a Lyda Hanifan (Farr 2004), um supervisor de educação estatal de escolas rurais em Virgínia Ocidental, que promoveu as escolas como locais para centros sociais que facilitavam o envolvimento da comunidade através de atividades partilhadas, tais como clubes dramáticos, musicais e de debate. Centrando-se nos benefícios para as comunidades, Hanifan (1916) propôs que o capital social pode ser cultivado intencionalmente com o objetivo de melhorar o bem-estar geral da comunidade. Definiu o capital social como "substâncias tangíveis [que] são mais importantes na vida quotidiana de um povo, nomeadamente a boa vontade, o companheirismo, a simpatia mútua e as relações sociais" (130).

No que se refere especificamente à música, Hanifan (1920) afirmou que "o poder do canto comunitário na vida da comunidade e os seus efeitos salutareos nos indivíduos são bem conhecidos. Se uma comunidade cantar em conjunto, é mais provável que

trabalhe em conjunto em qualquer plano de melhoramento da comunidade" (165). Refere-se ainda ao capital social que facilita este processo, salientando que a execução hábil destes programas musicais não só servirá o seu objetivo de entretenimento recreativo, como também ajudará a "estabelecer um espírito de vida social comunitária e de vizinhança" (181). Empregando a conceção de capital social de Hanifan, estudos sobre coros comunitários descobriram que o companheirismo desempenha um papel na geração de capital social e que os coros comunitários podem promover o capital social que beneficia comunidades inteiras (Langston, 2011; Langston & Barrett, 2008).

Bourdieu, um dos pensadores sociais mais influentes do século XX, descreve o capital social como a quantidade de recursos ligados a uma rede que são adquiridos por indivíduos e mobilizados para benefício pessoal (Bourdieu & Wacquant 1992). Com um enfoque nos benefícios para os indivíduos, Bourdieu utilizou o capital social para concetualizar as dinâmicas de troca social no seio das classes dominantes em França e também como um meio de descrever as desigualdades sociais que assolam todas as nações. De acordo com Bourdieu, a quantidade de capital social que se possui depende do tamanho das redes e dos recursos possuídos por aqueles a quem se está ligado (Bourdieu, 1986). Os estudos sobre programas de música comunitária que se baseiam na conceção de capital social de Bourdieu referem-se a este como um recurso que se acumula para os indivíduos e em relação ao capital económico e cultural nas redes (Hampshire & Matthijsse, 2010; Lu, 2013).

Em divergência com as convicções de Bourdieu, Coleman vê o capital social como um bem público e como um benefício individual. Partindo da perspectiva do indivíduo, Coleman define o capital social como recursos disponíveis que são herdados da estrutura das relações entre atores. Diferenciando entre capital social individual e coletivo, Coleman (1990) sugeriu que o capital social coletivo pode representar um ambiente vantajoso para o capital social individual, afirmando que o capital social beneficia, por vezes, grupos maiores, especialmente quando a norma social de associabilidade leva os indivíduos a sacrificar o interesse próprio para trabalharem em prol do bem coletivo. Empregando a conceção de capital social de Coleman, Eastis (1998) postulou que as estruturas dos conjuntos musicais influenciam a quantidade, a qualidade e as formas de capital social que são fomentadas pelas interações de grupo.

Contrariamente ao ponto de vista de Coleman, segundo o qual o capital social é produzido entre instituições formalizadas, como as famílias e as igrejas, Putnam afirma que o capital social tem mais valor quando provém de associações voluntárias, como os coros, que têm mais hipóteses de fomentar a confiança e a participação (Putnam, 2000). Embora Putnam seja da mesma opinião que Bourdieu de que as redes sociais têm valor, Bourdieu aponta para os recursos simbólicos e materiais através delas herdados, enquanto Putnam se centra no potencial de confiança e reciprocidade das redes em benefício dos seus membros. Segundo Putnam, o capital social são "as ligações entre os indivíduos - as redes sociais e as normas de reciprocidade e confiança que delas decorrem" (Putnam, 2000, p. 19). Por outras palavras, o capital social reforça o empenhamento cívico, como o envolvimento em comunidades de voluntariado ou organizações sociais, e as normas e a confiança desenvolvidas pelas redes produzem-no. Putnam (2000) distinguiu também o capital social de "ligação" e o capital social de "ponte": o capital social de "ligação" refere-se às alianças criadas entre pessoas que são mais parecidas do que diferentes, enquanto o capital social de "ponte" se refere às ligações entre pessoas que são diferentes ao longo de alguma dimensão importante, como a raça, o género ou a classe socioeconómica.

Assim, para Putnam (2000), tal como para o supervisor da escola pública Hanifan (1916, 1920), os grupos e outros centros comunitários são locais de criação de capital social, quer através da confiança e da reciprocidade (Putnam), quer através da boa vontade e do companheirismo (Hanifan). Os estudos que fazem referência a Putnam e/ou Hanifan investigaram a forma como os grupos musicais fomentaram a confiança e/ou o companheirismo entre os membros, apontando o aumento do capital social como um resultado importante da participação musical para os membros individuais de coros comunitários (Langston, 2011; Langston & Barrett 2008) e bandas comunitárias (Jones, 2010). Como o modelo de Putnam está mais alinhado com a conceção, as atividades e os objetivos da orquestra comunitária objeto deste estudo - inteiramente voluntário, inclusivo e acolhedor - o enquadramento deste estudo será baseado na teoria do capital social de Putnam.

2.2.2 Indicadores de capital social

As pessoas que fazem música juntas foram identificadas por Putnam (2000) como um fator notável que contribui para a geração de capital social num grupo específico, caracterizando essas comunidades musicais como uma necessidade num mundo onde a mudança é uma constante. A confiança, as normas e os valores sociais, bem como a reciprocidade no seio destas comunidades voluntárias, são os recursos sociais fundamentais que condicionam o desenvolvimento do capital social, permitindo a cooperação entre dois ou mais indivíduos e estabelecendo uma relação baseada em valores que fomentam "a honestidade, a honra, a empatia e a fiabilidade" (Jones, 2010, p. 294). Putnam (1995) identificou cinco indicadores proximais, relacionados com os seus componentes principais de redes, confiança e reciprocidade, para mostrar que o capital social está a ser gerado. O capital social proximal refere-se ao capital social através de laços sociais próximos do indivíduo. Estes incluem a participação voluntária; redes e ligações; reciprocidade; confiança; e normas e valores sociais partilhados.

Participação voluntária na comunidade

Putnam (2000) considera que a participação voluntária numa atividade comunitária é um indicador-chave do capital social, o que se tem mantido na literatura (Langston, 2011; Langston & Barrett, 2008; Veblen, 2007). Langston e Barrett (2008) acrescentam ainda que o capital social facilita a participação voluntária, o que, por sua vez, gera ainda mais capital social, também conhecido como um ciclo de *feedback* positivo. Putnam utilizou a participação dos membros de um coro como exemplo para defender o seu ponto de vista de que os cantores se juntam a um coro porque gostam de cantar, e não porque são levados a reforçar o capital social da organização (1993). O resultado, porém, é que o capital social é inegavelmente gerado. Neste sentido, pode considerar-se que a participação voluntária fornece a plataforma sobre a qual o capital social ou as redes podem ser desenvolvidos, mais do que devido a um interesse nas redes em si. Neste estudo, serão exploradas as razões individuais que levam os membros a quererem juntar-se a uma orquestra comunitária numa base voluntária.

Redes e ligações

De acordo com Putnam (2000, p. 19), a ideia central da teoria do capital social é que "as redes sociais têm valor", uma vez que grande parte do benefício decorre da aplicação dessas redes. As redes e ligações sociais são componentes cruciais do capital social (Coleman, 1988; Jones, 2010; Langston & Barrett, 2008; Langston, 2011; Putnam, 2000; Woolcock & Narayan, 2000). As redes permitem que os indivíduos compartilhem recursos, conhecimentos e informações, criando um ambiente propício ao cultivo de benefícios mútuos que podem ser vitais para a formação de capital social numa comunidade. Embora um indivíduo possa beneficiar do capital social no âmbito de uma rede, este continua a ser um fenómeno coletivo que exige uma interação social (Langston & Barrett, 2008). O valor individual atribuído à participação em grupos e organizações comunitários fora da orquestra comunitária e dentro da orquestra comunitária é um interesse fundamental deste estudo.

Reciprocidade

Outro indicador importante do capital social é a reciprocidade e é esta expectativa de que os outros retribuirão que permite aos indivíduos dependerem mais uns dos outros. A reciprocidade é o processo de troca numa relação social em que os "bens e serviços" dados por uma parte são reembolsados a essa parte pela parte que recebeu os "bens e serviços" originais. As relações recíprocas são regidas por normas, de modo a que as partes envolvidas na troca compreendam o contrato social que celebraram. Uma sociedade ou comunidade rica em capital social é indicada pela riqueza da reciprocidade entre os seus membros (Coleman 1988; Jones 2010; Langston & Barrett 2008; Putnam 2000).

A pergunta sobre as motivações e os benefícios da participação permite-nos compreender se a participação nas redes sociais se deve a uma norma de reciprocidade, como o sentimento de obrigação de retribuir ou a motivação para agir em prol do bem comum, que podem assim ser utilizados como indicadores de uma norma de reciprocidade. Quando são utilizados indicadores comportamentais da norma de

reciprocidade, estes devem igualmente refletir os diferentes tipos de trocas suscetíveis de ocorrer em diferentes tipos de redes. Determinar se as normas de reciprocidade generalizada estão a ser cultivadas entre os membros da orquestra comunitária é um interesse significativo deste estudo.

Confiança

A norma da confiança é uma componente crítica do capital social e foi identificada como um indicador de capital social. A teoria do capital social sublinha a importância da confiança para o bom funcionamento da sociedade civil e para o avanço de uma série de resultados, incluindo o empenhamento cívico e a democracia (Putnam, 1993). A confiança, sob a forma de confiança mútua geral que uma pessoa pode ter em relação a outra, ou a confiança de que as pessoas se comportarão de determinadas formas previsíveis, é uma componente fundamental da maioria das definições de capital social (Dietz, 2000; Jones, 2010; Langston & Barrett, 2008). A confiança é uma condição prévia do capital social, independentemente da organização específica, e sem ela as comunidades não podem funcionar de forma eficiente. Cohen e Prusak sublinharam que a confiança é um "lubrificante essencial" que é uma necessidade em todas as sociedades, permitindo que as pessoas "trabalhem e vivam em conjunto sem gerar uma enxurrada constante e inútil de conflitos e negociações" (2001, p. 28).

Segundo Fukuyama (1995, p. 26), a confiança é "a expectativa que surge no seio de uma comunidade de um comportamento regular, honesto e cooperativo, baseado em normas comumente partilhadas, por parte de outros membros dessa comunidade". Os benefícios da confiança no seio das comunidades e entre indivíduos são muitos. Se as pessoas confiam umas nas outras e partilham valores comuns, estarão mais dispostas a formar parcerias ou grupos para atingir os mesmos objetivos para um fim comum. Langston e Barrett consideram que a confiança tem de ser uma norma - não só o produto do capital social, mas também uma condição prévia para o mesmo (2008, p. 122). Neste estudo, será explorada a norma da confiança e os seus resultados numa orquestra comunitária.

Normas e valores sociais

As normas e os valores são considerados indicadores importantes do capital social. Para que o capital social se desenvolva dentro de uma comunidade, é essencial que os indivíduos tenham alguma compreensão partilhada de comportamentos e atitudes aceitáveis, bem como a partilha e aceitação de normas comuns de ações e valores (Langston & Barrett, 2008). As normas e os valores sociais também proporcionam um controlo social informal (Coleman, 1988; Jones, 2010; Putnam 2000). De acordo com Paldam e Svendsen (1999), as comunidades ricas em capital social experimentam um sentimento de segurança porque a autoaplicação das normas decorre da confiança mútua. Outro subproduto da aceitação de normas comuns de ação e valores pelos indivíduos de uma comunidade é um sentimento de pertença, que por sua vez acelera o desenvolvimento de um entendimento comum (Langston & Barrett 2008). Este estudo irá explorar os valores e crenças comuns partilhados entre os elementos da orquestra comunitária.

Em suma, estes 5 indicadores proximais são considerados essenciais para determinar se o capital social se está a desenvolver numa comunidade ou organização (Baggetta 2009; Langston & Barrett 2008: 119). Todos estes indicadores são encontrados nos trabalhos de Robert Putnam (1993, 1995, 2000). A análise da literatura revela claramente que não existe consenso quanto à definição de capital social. Embora existam muitas definições e enquadramentos para a medição deste capital, o que parece ser um consenso geral é que o envolvimento cívico sob a forma de ação coletiva é um recurso do capital social e que uma abundância de capital social resulta num ambiente de grande confiança, ou seja, um ambiente em que a comunidade e os indivíduos que a compõem podem prosperar. Sendo inteiramente voluntário, é também crucial compreender as motivações para a participação e os valores percebidos associados à pertença a uma orquestra comunitária, tal como são vividos pelos indivíduos, uma vez que estes parecem atribuir determinados valores à sua participação.

Capítulo 3. Estudo empírico

Este capítulo descreve a abordagem, concepção e procedimentos da investigação, bem como a contextualização do estudo empírico realizado. Este consistiu num estudo de caso etnográfico de uma orquestra comunitária voluntária, procurando identificar e analisar as perceções dos seus elementos sobre os benefícios que retiram da participação neste coletivo à luz do conceito de capital social - especificamente através da identificação dos seus cinco indicadores proximais. Serão também apresentadas as considerações éticas adotadas para este estudo qualitativo. Além disso, os métodos de análise de dados serão explicados.

Optou-se por uma abordagem de pesquisa qualitativa, considerando-se o estudo de caso etnográfico o método mais adequado para este problema de pesquisa específico (Creswell 2013). Uma estratégia de amostragem propositada (Creswell 2013) foi utilizada selecionando como participantes os elementos mais centrais e regulares da orquestra comunitária. Neste estudo, a triangulação metodológica envolveu vários métodos de recolha de dados, incluindo observação participante e entrevistas. Foram realizadas entrevistas individuais, aliadas a extensas observações, que formaram a base da coleta de dados. Foram feitas transcrições detalhadas de todas as entrevistas e dos dados de observação, permitindo a análise dos dados (Creswell 2013).

3.1 Justificação da Opção Metodológica

3.1.1 Questões e objetivos de investigação

A questão de partida adotada para este estudo foi a seguinte:

"Em que medida a participação na orquestra comunitária contribui para o bem-estar dos elementos?"

Os objetivos fundamentais do estudo foram os seguintes:

- a) Identificar e analisar as perceções dos elementos sobre os benefícios da participação na orquestra comunitária;
- b) Identificar e analisar em que medida os cinco indicadores proximais do capital social estão presentes nos discursos dos participantes.

3.1.2 Abordagem da investigação

Este estudo adotou uma abordagem qualitativa utilizando técnicas etnográficas para determinar o benefício da participação numa orquestra comunitária voluntária. O uso de métodos qualitativos como meio para verificar a existência de capital social dentro de uma comunidade é bem apoiado na literatura (Bartolome 2018; Bucura, 2023; Langston 2011; Narayan & Cassidy 2001; Putnam, 2000; Woolcock & Narayan 2000; Wright, 2012). A pesquisa qualitativa proporciona uma compreensão do significado dos fenómenos culturais e de todas as suas complexidades, através da interpretação, enquanto ocorre em seu ambiente natural (Leedy & Ormrod, 2015). Uma abordagem qualitativa fornece um paradigma apropriado para determinar os benefícios da participação em atividades voluntárias de música comunitária e para determinar até que ponto o capital social está a ser gerado num contexto de orquestra comunitária como aquele que foi objeto desse estudo.

3.1.3 Desenho da pesquisa

O primeiro aspeto do desenho da pesquisa envolveu a definição do contexto específico a ser estudado, neste caso o de uma orquestra comunitária; por conseguinte, um estudo de caso foi considerado o mais adequado. Um estudo de caso envolve a investigação de um sistema delimitado – um caso – dentro de um cenário da vida real (Yin, 2009) e é útil quando é necessária uma compreensão aprofundada de um único caso (Creswell 2013). Ambos os aspetos se enquadram estreitamente na investigação conduzida. Creswell (2013) e Leedy e Ormrod (2010) também apontaram que o estudo de caso ocorre ao longo de um período de tempo e requer a coleta de informações de múltiplas fontes. No presente estudo o caso selecionado foi a Orquestra Comunitária do Mundo (O.C. M.), na cidade do Porto.

Quando a pesquisa que está sendo conduzida envolve interação direta e observação de um grupo de pessoas em seu ambiente natural, a fim de obter informações sobre as crenças, comportamentos e motivações compartilhadas do grupo, as etnografias são adequadas ao propósito (Creswell 2013; Leedy & Ormrod 2010). Estando o investigador diretamente envolvido com a orquestra e interagindo de perto com seus elementos regularmente, um estudo de caso etnográfico foi, portanto, um desenho de pesquisa qualitativa adotado neste estudo. Langston e Barrett (2008) e Langston (2011) utilizaram estudos de caso qualitativos para determinar o valor do capital social dentro de coros comunitários, enquanto Bucura (2023) e Bartolome (2018) realizaram estudos etnográficos para determinar o valor percebido de indivíduos envolvidos nas atividades musicais comunitárias. Inspirada nestas investigações, a pesquisa atual seguiu também um desenho de estudo de caso etnográfico, pois o foco da pesquisa foi um caso único – a O.C.M. – que exigiu interação e envolvimento direto da investigadora (Creswell 2013).

3.1.4 Métodos de recolha de dados

A recolha de dados de uma variedade de fontes é imperativa para um estudo de caso etnográfico. Para esta pesquisa entrevistas semi-estruturadas, bem como observações participantes de ensaios e espectáculos da O.C.M. fizeram parte das

estratégias para a coleta desses dados, que são descritas detalhadamente nas seções a seguir. Todos os dados foram recolhidos ao longo de um período de seis meses de trabalho de campo, entre abril e outubro de 2023.

Entrevistas presenciais semi-estruturadas

Os dados recolhidos a partir de entrevistas individuais são particularmente importantes, uma vez que são a forma mais eficaz de determinar se o capital social está a ser gerado dentro de uma comunidade (Dudwick et al., 2006). Para este estudo foram realizadas entrevistas semi-estruturadas, baseadas num guião de entrevista aberto (anexo n.º 1). As perguntas para o guião de entrevistas foram informadas pela literatura e foram desenhadas para explorar os benefícios percebidos da participação dentro da orquestra que podem levar especificamente à geração de capital social.

Observações

De acordo com Creswell (2013), a observação é uma das principais ferramentas para a coleta de dados em pesquisas qualitativas. Neste estudo a investigadora atuou como observadora participante, tomando nota de aspetos específicos relacionados com as questões de pesquisa (Creswell, 2013). As observações para o estudo envolveram os ensaios semanais da O.C.M., que aconteciam aos sábados à tarde e, por vezes, às quartas-feiras à noite, bem como vários concertos ou espetáculos que tiveram lugar no período de duração da pesquisa. Além disso, também foram feitas observações das interações entre os membros da orquestra no respetivo grupo de conversação *online* na aplicação *WhatsApp*. Imediatamente após cada ensaio e espectáculo, foram registadas em diário de campo todas as informações descritivas observadas e foram elaboradas anotações reflexivas, permitindo formar uma perspetiva abrangente sobre as experiências dos elementos da orquestra. Foi prestada especial atenção aos aspetos relativos às questões de pesquisa e foram incluídas reflexões pessoais e perceções das observações feitas.

Análise dos dados

Para compreender e interpretar os dados recolhidos, foi adotada uma abordagem indutiva e interpretativa da análise de dados (Srivastava & Hopwood 2009). Todos os dados recolhidos através das entrevistas e observações foram codificadas – ou seja, classificados em categorias (Creswell 2013). Como ponto de partida, cada entrevista foi codificada destacando comentários, ideias e opiniões recorrentes nas transcrições. Ao organizar e coligar os dados transcritos, procurou-se encontrar códigos que indicassem os benefícios que a participação na orquestra traz para a vida dos elementos e até que ponto o capital social é gerado. Este processo permitiu a identificação de temas gerais articulados com o enquadramento teórico, bem como de sub-temas adicionais dentro de cada tema. Todos os temas e subtemas criados foram fundamentados e verificados por citações literais dos participantes no estudo. A análise dos dados baseou-se em dois focos principais: em primeiro lugar, os benefícios que os elementos atribuem à participação em uma orquestra comunitária; e, em segundo lugar, a medida em que o capital social é gerado dentro de tal orquestra comunitária.

Considerações éticas

Todos os métodos de recolha de dados, incluindo observações e entrevistas, foram realizados com pleno conhecimento e consentimento voluntário de todos os participantes. A natureza da pesquisa foi discutida antes do início das entrevistas e observações. Foi elaborado um formulário de consentimento informado (anexo n.º 2) que foi entregue a todos os participantes, incluindo a garantia da confidencialidade de todos os participantes. Os participantes foram ainda informados do seu direito de se retirarem da pesquisa a qualquer momento sem qualquer consequência.

Capítulo 4. Contextualização do Estudo

4.1 O caso do estudo

A Orquestra Comunitária do Mundo (O.C.M.) é uma comunidade ativa e voluntária de criação musical na cidade do Porto. De acordo com os dinamizadores, a orquestra comunitária nasceu em 2012 como um projeto social na sequência de Oficinas "T(r)ocas e Transformas", implementado entre 2012 e 2015 no Bairro do Lagarteiro, em Campanhã. O projeto enquadrou-se no Programa Escolhas 5G, um programa governamental nacional atualmente tutelado pela Secretária de Estado da Igualdade e das Migrações e integrado no Alto Comissariado para as Migrações (ACM, I.P.), que tem como missão promover a integração social, a igualdade de oportunidades na educação e no emprego, o combate à discriminação social, a participação cívica e o reforço da coesão social e que se destina particularmente a crianças e jovens provenientes de meios socioeconomicamente vulneráveis. Os participantes tiveram oportunidade de aprender a construir instrumentos musicais a partir de materiais reutilizados e de aprender a tocá-los, de forma a constituir a orquestra. A orquestra foi dirigida por uma equipa multidisciplinar que integrou competências artísticas e de intervenção social para a inclusão através da música. Denominado então "Orquestra Comunitária Mundo em Campanhã", o projeto foi aberto a todos os membros da comunidade local, moradores do Cerco e do Lagarteiro, que inclui pessoas de diferentes contextos de vulnerabilidade social, bem como não locais que quisessem usufruir da experiência de criação musical participativa, com o objetivo de incentivar novas formas de participação comunitária e de cidadania através do diálogo musical. A orquestra ensaiava aos sábados com a comunidade local e visitantes de diferentes nacionalidades, realizando concertos no norte de Portugal em diversos contextos, desde escolas a lares de idosos e associações culturais.

A orquestra mudou-se de Campanhã no final de abril de 2023 para a sua atual localização nas instalações de uma associação cultural no centro da cidade. Como uma pequena comunidade musical muito unida que se reúne para ensaiar quase semanalmente aos sábados e atua em locais que vão desde um restaurante a um parque

público no distrito do Porto, a O.C.M. fornece o contexto e o cenário ideais para explorar os benefícios da participação e o desenvolvimento do capital social da participação. Atualmente é constituída por um pequeno núcleo de 7 elementos, todos portugueses, que inclui dois dinamizadores - um dos quais é músico profissional (e que está na orquestra desde o seu início) e o outro, uma professora universitária da área das Ciências da Educação.

Os dinamizadores salientam que, independentemente da origem cultural ou da capacidade musical, a orquestra procura oferecer aos seus elementos a oportunidade de participarem em experiências musicais significativas num ambiente social diversificado. O objetivo do grupo é utilizar a exploração musical através dos seus ensaios e espectáculos participativos, principalmente para "reinventar" a música tradicional portuguesa, num processo de (re)criação das canções, actualizando as letras e a interpretação, de modo a produzir uma visão do mundo mais solidária e justa.

O repertório atual da orquestra inclui cerca de 25 canções, a maioria delas de tradição portuguesa. As suas letras foram discutidos e reinventados pelo grupo ao longo dos anos para eliminar formas de discriminação, incluindo o sexismo na linguagem e traços de subordinação. O repertório inclui ainda uma canção brasileira, uma canção latino- americana cuja letras foram compostas pelo grupo, bem como uma canção italiana de resistência partilhada por um elemento anterior que regressou à Sardenha para iniciar projetos artísticos participativos semelhantes. O grupo também criou uma peça de teatro musical sobre as alterações climáticas, após discussões com dois jovens ativistas do clima, que entrelaça música, narração e expressão dramática para provocar uma reflexão crítica sobre as questões em causa de uma forma estimulante e esperançosa.

O ensaio de sábado começa informalmente com alguns dos elementos a reunirem-se num café próximo antes da hora de início para tomar um café e conversar. O ensaio começa com todos a ajudarem a retirar os instrumentos e o equipamento do armazém e a colocarem as cadeiras e os cajons em círculo. Antes do aquecimento conduzido pelos dinamizadores, há normalmente anúncios ou discussões sobre as atuações. O aquecimento consiste em exercícios respiratórios, posturais e vocais. Se não houver um repertório fixo para praticar e aperfeiçoar para os próximas espectáculos, o grupo escolhe algumas canções para trabalhar, por exemplo, para afinar o ritmo ou a sincronização dos

diferentes instrumentos. Depois do ensaio, que dura cerca de duas horas, todos se empenham em arrumar os instrumentos e o equipamento e em limpar o espaço. Esta é também a altura para os elementos confraternizarem, por vezes partilhando petiscos. Os ensaios terminam sempre numa nota positiva, com os elementos a despedirem-se alegremente com abraços e beijos, como é costume em Portugal.

Quanto aos espectáculos, os elementos reúnem-se normalmente no local de ensaio para ajudar a arrumar os instrumentos e o equipamento no(s) carro(s) de um dos dinamizadores e de outro elemento, antes de partilharem os carros para o local do espetáculo. Depois, os elementos voltam a ajudar a embalar e a transportar os instrumentos e o equipamento de volta ao local de ensaio para serem guardados.

4.2 Participantes

Todos os elementos da O.C.M. foram convidados a participar de forma voluntária para serem observados e entrevistados. No início do estudo foram realizadas entrevistas exploratórias iniciais com os dois dinamizadores para recolher informação sobre a história, objetivos e funcionamento da O.C.M. Estes não foram incluídos como participantes nas entrevistas semi-estruturadas que se centraram nos benefícios da participação numa orquestra comunitária. A amostragem intencional ajuda os investigadores a centrarem-se em casos específicos que podem melhorar a compreensão dos fatores contextuais e recolher informações mais aprofundadas (Creswell 2013), neste caso, sobre a razão pela qual alguém, mesmo sem grande aptidão musical, estaria motivado em participar voluntariamente numa orquestra comunitária. Como um dos elementos tinha uma assiduidade muito menos regular e esporádica durante o período do estudo, apenas foi possível entrevistar individualmente 4 elementos da O.C.M. A caracterização do perfil sociodemográfico dos participantes, tendo em conta o seu género, idade, formação académica, profissão, quanto tempo está na orquestra e funções que desempenham, é apresentada a seguir.

Quadro 1 – Caracterização dos participantes

Participante	Genero	Idade	Formação académica	Profissão	Tempo na orquestra	Funções que desempenha
1	Masculino	59 anos	9º anos	Responsável de armazenagem	5 anos	Percussão (caixa)
2	Feminino	74 anos	Superior	Instrutora de Yoga	9 anos	Percussão (tambor)
3	Masculino	79 anos	10º anos	Reformado (era um empresário)	3 anos	Voz
4	Feminino	58 anos	11º anos	Técnica de recuperação	2 anos	Flauta

Pode observar-se no quadro 1 que se trata de um grupo etário de adultos mais velhos, uma vez que todos os participantes tinham mais de 55 anos, com o mais novo a

ter 58 anos e o mais velho a ter 79 anos. Em termos de formação académica e profissão, observa-se que existe uma diversidade de perfis entre os participantes em estudo.

Verificou-se também durante as entrevistas que apenas um participante (P4) tinha formação musical anterior e estava envolvido noutros grupos musicais.

Relativamente à forma como chegaram à orquestra, dois participantes entraram para a orquestra depois de assistir a um espetáculo público (P1) e de participar nos workshops (P2). Um participante (P3) começou a participar para acompanhar a sua esposa (P2) e outro (P4) foi convidado pela sua colega, uma das dinamizadoras. Pode ainda observar-se que existe uma grande variedade de tempo de participação na orquestra.

Em suma, de acordo com esta caracterização, o perfil dos nossos participantes é diversificado em termos de formação académica e de profissão, bem como em termos de tempo de participação na orquestra.

Capítulo 5. Análise de dados

5.1 A percepção dos benefícios atribuídos à participação na orquestra

Através da análise dos dados recolhidos, a informação respeitante ao primeiro objetivo relacionado com os "benefícios atribuídos à participação" foi organizada em três grandes categorias, recorrendo a um processo de "codificação aberta" (Creswell, 2013). Após uma extensa revisão dos dados, os três temas que emergiram foram os aspetos pessoais, sociais e musicais, todos eles atribuindo os benefícios percebidos pelos elementos decorrentes da sua participação na O.C.M.

5.1.1 Benefícios pessoais

As inferências feitas para os benefícios pessoais percebidos que os elementos experimentam ao participar da orquestra foram consideráveis. Os subtemas que recorrem aos benefícios pessoais incluem oportunidades de aprendizagem, compromisso e bem-estar.

Oportunidades de aprendizagem

Os participantes percebem a O.C.M. como um contexto de aprendizagem, reconhecendo que aí se geram oportunidades de aprendizagem significativas que também contribuem para o seu desenvolvimento pessoal. Quando inquiridos sobre as suas razões para querer participar na orquestra, alguns participantes referem aspetos como a aquisição de novos conhecimentos:

“Posso aprender coisas novas com quem sabe mais.” (P1)

“Que podemos aprender coisas novas independentemente de sua falta inicial de habilidades musicais, como ser capaz de desenvolver uma noção de tempo de ritmo” (P1)

As experiências de participação na orquestra são também identificadas como oportunidades de aprendizagem com os outros. A consciência da necessidade de aprender mais sobre diferentes temas além da música leva as pessoas a reconhecerem que têm muito a aprender com os outros, considerando que têm conhecimentos, experiências e visões de mundo diferentes das suas:

“Ouvir outro tipos de música e experiências abre-se mais capacidade de compreender.” (P1)

“Gosto de partilhar com todos, gosto de perceber mais.” (P2)

“Há paciência que têm em em em dar ouvidos às pessoas para que elas também possam aprender um bocadinho mais. E realmente não o mais importante não é o que elas sabem de música não é, é o que cada um pode dar dentro das suas limitações.” (P4)

“Eu aprendi a ser mais condescendente, mais paciente, com com aquilo que as pessoas ou pouco como muito sabem.” (P4)

“Faz-nos umas pessoas melhores, mais compreensivas, mais solidárias e pá.” (P4)

Durante as observações feitas antes, durante e depois dos ensaios e espectáculos de orquestra, foi possível perceber uma forte vontade de aprender, como evidenciado pelo foco e receptividade quando os dinamizadores ou outros elementos explicavam como certas partes de uma música podem ser tocadas de forma diferente. Foi muito interessante observar a satisfação e a sensação de dever cumprido nos rostos dos elementos depois de terem implementado as mudanças individualmente para alcançar um desempenho harmonioso entre todos.

Compromisso

A existência de objetivos comuns entre os elementos é um fator pertinente de mobilização, reforçando o compromisso entre os elementos do grupo. Participar na orquestra exige um grande empenho por parte dos participantes, uma vez que os ensaios acontecem aos sábados de manhã e os espectáculos aos fins de semana, o que muitas vezes exigem viagens de longa distância e o trabalho manual de embalagem, carga, descarga e montagem de instrumentos e equipamentos musicais. Sendo uma atividade totalmente voluntária, observou-se que a dedicação e o empenho são as competências mais importantes desenvolvidas por ser um membro da orquestra. Estas duas palavras foram frequentemente citadas pelos participantes e dinamizadores como sendo uma parte crucial de ser um membro. A orquestra é uma atividade que lembra aos seus elementos que sê-lo é "um compromisso" (P3).

Foi possível observar, especialmente durante os ensaios extra durante as noites da semana antes dos espectáculos do fim de semana, que o forte empenho e dedicação de tempo e esforço dos elementos para praticar, afinar e simplesmente estar lá uns para os outros ajudou a fortalecer o sentido de comunidade e o sentido de pertença ao grupo.

Bem-estar

Os dados recolhidos fornecem provas substanciais de que os elementos vêem a sua participação na orquestra como benéfica para o seu bem-estar. Os temas relacionados com o bem-estar incluem a orquestra como uma atividade que os "mantém ativos" (P3).

Como mencionado anteriormente, participar de uma orquestra envolve muito trabalho pesado, literalmente, antes e depois dos ensaios e apresentações, dos instrumentos e equipamentos musicais. Durante o aquecimento antes dos ensaios e espectáculos, os membros também trabalham os aspetos da respiração, postura, mobilidade articular e técnica de canto que também contribuem para o seu bem-estar físico.

Por fim, os elementos da orquestra também partilharam durante as conversas após os ensaios e antes das apresentações que fazer parte da experiência de fazer música participativa e a interação social dentro de uma atmosfera enérgica e vibrante contribuem para que eles se sintam melhor em geral.

5.1.2. Benefícios sociais

Como uma atividade coletiva, a análise dos dados revelou que os benefícios percebidos da participação na O.C.M., expressos pelos seus elementos, são em grande parte de natureza social. Todos os participantes reconheceram que fazer parte de um grupo lhes proporcionou oportunidades para socializar e conhecer novas pessoas. Através da criação musical colaborativa, os participantes desenvolveram um profundo sentimento de estarem conectados com outros elementos do grupo. Os subtemas identificados na análise dos dados recolhidos a este respeito incluem orquestra como integração de pessoas e um ambiente seguro e respeitoso.

Integração de pessoas

Os participantes reconhecem a orquestra como um ambiente aberto, “não fechado” (P3), proporcionando uma plataforma para “conhecer novas pessoas” (P3) e a integração social, no qual a comunicação entre grupos étnicos e culturas é ativamente incentivada. Para atingir objetivos comuns, esta mobilização passa necessariamente por gerir expectativas diferentes, ceder e respeitar as opiniões dos outros e valorizar a diversidade trazida pelos vários elementos que compõem o grupo. Quando lhes foi perguntado se a O.C.M. reúne e ajuda a integrar pessoas de diferentes origens, “convivência” foi uma palavra surgiu nas respostas de todos os participantes.

“Porque a orquestra é mesmo isso é é um palco aberto a toda gente...É o objetivo que a orquestra tem em angariar pessoas. Seja elas de onde vêm - estrangeiras, portuguesas, da aldeia, da cidade - não importa de onde vêm...que são pessoas

boas, são pessoas solidárias, são pessoas amigas e isso é uma grande vantagem da orquestra.” (P4)

“As pessoas integram-se bem, ajudam essa integração e é isso é bom. Faz com que as pessoas sejam mais felizes.” (P4)

“O maior benefício acho é a relação entre as pessoas. As pessoas gostam-se umas das outras, Isso acho que é o que faz mover a orquestra.” (P4)

Durante as observações feitas antes e depois dos ensaios de orquestra, bem como dos espectáculos, foi sempre possível notar que ninguém estava realmente sozinho por muito tempo. Havia sempre uma boa conversa da qual fazer parte.

Um ambiente favorável e respeitoso

Um outro resultado decorrente da análise de dados foi a constatação de que a O.C.M. oferece um espaço favorável e respeitoso para que os seus elementos interajam e participem livremente na criação musical. A percepção dominante entre os participantes no estudo é a de que a orquestra é um lugar onde as pessoas se importam umas com as outras e que é preenchido com respeito e aceitação, um ambiente onde as pessoas estão dispostas a ajudar-se umas às outras.

“E quem vem saiba muito ou não saiba nada, é sempre bem-vindo, portanto, isso é...Estão lá para se divertirem, para conviverem.” (P4)

“Porque o bem coletivo está acima do bem individual, correu bem para todos.” (P1)

Foi possível observar durante os ensaios da orquestra comunitária que os elementos paravam sempre para ouvir as sugestões de melhoria ou de fazer algo diferente de quem se manifestava e que as suas ideias eram sempre postas em prática antes de todos chegarem a um acordo coletivo sobre a implementação da ideia ou sugestão. Quando os elementos cometiam erros ou se esqueciam das suas falas ou das

os espectáculos, todos eram sempre rápidos a ajudar e também a oferecer palavras de conforto ou encorajamento após o final do espectáculo.

5.1.3 Benefícios musicais

Os benefícios associados à música, tal como percebidos pelos elementos, relacionam-se com a sua paixão pela música e o valor intrínseco do prazer experimentado pelos elementos enquanto fazem música de forma colaborativa.

"Gosto de fazer musica com outros, com boa conversas." (P2)

"Tenho a oportunidade de cantar fado." (P3)

"Primeiro foi a paixão pela música que eu gosto, aquele liberdade que as pessoas têm de tocar, o que lhes apetece sem ter aquele rigor; o ambiente que acho que é excelente." (P4)

Durante as observações feitas antes, durante e depois dos ensaios de orquestra, foi sempre evidente uma atmosfera alegre. Elementos que abraçam, conversam, riem e, por vezes, partilham petiscos são a norma nos ensaios. Os elementos claramente gostam da companhia uns dos outros, torna-se prazeroso tocar e criar música em conjunto. Mesmo quando os ensaios aconteciam nas noites dos dias úteis e duram mais de duas horas, os elementos ainda estavam animados após os ensaios. Logo após as espectáculos participativas, era perceptível uma "energia" pós-espectáculo quando os elementos exibiam claramente uma sensação de alegria e realização enquanto falavam com os membros muitas vezes apreciadores do público.

Os participantes explicaram a sua necessidade de participar numa orquestra, quer como continuação da experiência anterior noutros grupos musicais, quer devido ao amor e entusiasmo intrínsecos pela própria música, e que isso os motivou a fazerem parte da orquestra. Isso foi corroborado durante observações feitas em ensaios e espectáculos, onde os elementos eram visivelmente animados pela música. Um maior apreço pela

música e melhores habilidades musicais foram outros fatores intrínsecos citados pelos participantes.

Em suma, os dados recolhidos demonstraram que os elementos têm uma série de razões para a participação em atividades musicais. Os três temas principais que emergiram, nomeadamente os benefícios pessoais, sociais e musicais da participação de orquestras comunitárias, são semelhantes aos resultados de dois estudos anteriores sobre a criação musical participativa (Kokotsaki & Hallam, 2011) e o canto comunitário (Joseph & Southcott, 2014a). As respostas mais expressivas remetem para oportunidades de aprendizagem e para o prazer de participar. A partir dos resultados, fica evidente que a maioria dos elementos da O.C.M. participa na orquestra principalmente devido ao seu forte desejo de aprender e ao prazer de fazer música. A sua paixão profundamente enraizada pela música e pela aprendizagem é um motivador intrínseco que é uma razão bem documentada para os participantes continuarem com a participação num conjunto musical. Estudos recentes demonstraram que o ato de tocar pela música trouxe felicidade e grande prazer e prazer ao conjunto musical (Joseph, 2021; Hallam & Creech, 2016). O mesmo se verifica neste estudo, cujos resultados ilustram uma experiência multifacetada e muito positiva de ser um elemento da O.C.M., tal como percebida pelos próprios elementos.

5.2 Geração de capital social

Nesta secção apresentam-se os resultados da análise dos dados que se referem à medida em que capital social é gerado entre os elementos da O.C.M. Os cinco indicadores proximais do referencial teórico de Putnam (1995) serviram como códigos pré-existentes, que orientaram o processo de codificação para este tema. Os cinco temas que emergem dos dados de acordo com os indicadores de Putnam são: participação voluntária; redes e conexões; reciprocidade; confiança; e normas e valores sociais partilhados. Todos esses temas foram identificados a partir dos dados recolhidos.

5.2.1 Participação voluntária

O capital social envolve a participação voluntária de participantes dentro de uma comunidade ou organização. Os resultados deste estudo revelaram que a participação voluntária é uma das principais características da O.C.M. Durante as entrevistas, os elementos partilharam como começaram a participar na orquestra e, desde então, todos têm participado fielmente nos ensaios semanais e reservado tempo extra para espectáculos ocasionais nos fins de semana.

Embora os participantes não sejam voluntários ou participem em qualquer outra organização para além da orquestra comunitária, todos manifestaram a sua vontade de participar em quaisquer actividades na comunidade como parte da orquestra, tais como visitar lares para espectáculos. Quando confrontados com uma situação hipotética em que a sua ajuda é necessária para distribuir folhetos promocionais num domingo de manhã, todos os participantes responderam na afirmação da sua disponibilidade para se voluntariarem para a tarefa.

“Sim, a pessoa vai distribuir, quem conhece o deixar em alguns sítios, alguns locais onde a atividade se vai desenvolver, às vezes até no café, num restaurante e tal para as pessoas que andam a beber e comer.” (P3)

“Eu estaria disponível, claro. Em relação a essa, a essa forma de publicitar.” (P4)

Como não existem recompensas tangíveis associadas à participação na orquestra, uma vez que nenhum elemento da orquestra é remunerado de forma alguma, isto significa que os elementos estão dispostos a participar voluntariamente na orquestra e nas suas atividades relacionadas por razões intrínsecas, porque traz benefícios intangíveis para as suas vidas.

5.2.2 Redes e conexões

Através de interações sociais, antes, durante e depois dos ensaios e espectáculos, bem como no grupo de conversação *online* na aplicação *WhatsApp*, os elementos formam conexões e redes uns com os outros. Isto permite-lhes partilhar recursos e informação, uma ideia central da teoria do capital social. Durante as entrevistas, os participantes explicaram que poderiam contar com outros elementos da orquestra para obterem ajuda quando necessário, por exemplo, aqueles que têm carros para ajudá-los com o transporte.

“Isso é uma coisa que eu admiro imenso na orquestra. Existe algum problema? Há sempre alguém que tem uma ideia para resolver.. são as pessoas estão muito predispostas a ajudar.” (P4)

A partilha de recursos e informações através do estabelecimento de ligações e da construção de redes com outro é um aspeto central do capital social, que permite a cooperação e colaboração entre indivíduos para benefício mútuo (Putnam, 1993, 2000; Langston, 2011).

5.2.3 Reciprocidade

O ato de "dar" sem a expectativa de um "retorno" está no cerne do capital social. Uma sociedade rica em capital social está inclinada a abrigar redes de indivíduos que promovem a reciprocidade dentro de sua comunidade ou organização (Putnam 2000). Os participantes na O.C.M. partilharam sua crença durante as entrevistas de que todos os

elementos da orquestra estão lá para cuidar uns dos outros e que eles podem contar com esse apoio de forma recíproca.

Durante o período de recolha de dados, foi possível observar e documentar as relações de trabalho entre os elementos da orquestra. Em várias ocasiões, foi possível observar os elementos enquanto se ajudavam mutuamente, muitas vezes por iniciativa própria sem serem solicitados, no cumprimento das suas funções em benefício da orquestra. A existência de reciprocidade entre os elementos é um forte indicador de que o capital social está a ser gerado dentro da orquestra.

Na sua entrevista, um elemento comentou que a orquestra proporciona um ambiente confiável onde as pessoas podem confiar umas nas outras e que "essa confiança é recíproca" (P1). Embora todos os participantes partilhassem a sua convicção geral de que podem contar com o apoio recíproco de outros elementos, os participantes expressaram alguma dúvida se alguns dos elementos com vidas ocupadas estariam prontamente disponíveis.

"Não acho que toda a gente, de uma forma geral, se calhar uns um bocadinho mais disponíveis do que outros. Mas de uma forma geral, as pessoas estão disponíveis para para nos ouvir." (P4)

5.2.4 Confiança

Os dados recolhidos indicam que a confiança pessoal vivida entre os elementos da orquestra é multifacetada. Os elementos reconheceram que confiam inequivocamente em elementos da orquestra. Como os elementos estão todos "a trabalhar para o mesmo objetivo" e, são bem-informadas e bem-intencionadas, como resultado, isso "contribui para a confiança" (P1).

"Sim, existe um elevado sentimento de confiança. É uma associação comunitária."
(P2)

“Sim, não há razões para para desconfiança. Também não há motivos para desconfiar nada as nossas atividades... e não vamos desconfiar de ninguém.” (P3)

“Aquele é um grupo pequeno e muito homogéneo. Somos todos muito conhecidos.” (P3)

“Sim, existe confiança as pessoas, as pessoas estão bem, as pessoas gostam, se não é e portanto, confiam. Já se conhecem bem, existe essa confiança.” (P4)

“Sinto que as pessoas são transparentes...não são pessoas maldosas, não têm maldade nas coisas. Parte logo de um princípio que são honestas.” (P4)

A confiança é um aspeto integrante do capital social e é evidente pelos resultados que a orquestra gera uma riqueza ou confiança entre os seus elementos. De facto, os elementos das orquestras amadoras aprendem a confiar uns nos outros através da sua participação, mesmo que não seja esse o objetivo da sua filiação (Putnam, 1993). Uma motivação importante para que a confiança se desenvolva dentro de uma comunidade unida como a orquestra comunitária é um interesse comum ou partilhado, que neste caso é fazer música, e é amplamente fundamentado na literatura (Narayan & Cassidy 2001; Langston & Barrett 2008).

5.2.5 Normas e valores sociais

Um ambiente favorável e respeitoso já foi discutido anteriormente, podendo ser considerado como uma norma social. Um sentimento de pertença e um ambiente favorável aos seus elementos, são normas e valores que são cultivados dentro da orquestra e partilhados pelos elementos. Um estudo realizado com a Milton Community Orchestra (Langston & Barrett, 2008) descobriu que cuidar uns dos outros era uma norma generalizada entre os participantes, um aspeto que também é evidente dentro da O.C.M.

A partir das entrevistas realizadas, o respeito e a honestidade surgiram como dois atributos fundamentais vivenciados pelos participantes. Estes expressaram as suas convicções em relação ao respeito às diferenças uns dos outros, demonstrando um

grande "respeito pelas culturas, origens e tradições uns dos outros" (P1) e afirmando que os elementos se consideram iguais independentemente da sua origem.

"Acho que existe muito respeito e por toda a gente isso não é um valor extremamente importante? Na vida das pessoas e muito mais quando se socializam em grupo, não é? É muito importante as pessoas respeitarem se. (P4)

As normas e valores partilhados são um fator significativo na coesão do grupo. Os membros da orquestra atribuem a sua paixão e interesse comuns por lhes permitir fazer amigos e fazer a ponte entre as suas diferenças.

"O maior sentimento que eu tive disso é a amizade. Criou laços de amizade...Isso ajuda-nos a crescer, ajuda-nos a ser pessoas melhores, que são pessoas com outra forma de estar na vida." (P4)

"Venha conhecer pessoas fantásticas. As pessoas não são tão exigentes na orquestra. A orquestra é mais predisposta, mais solidária. Essa relação de amizade que uma pessoa acaba por ganhar e solidificar e torná-la mais forte." (P4)

"Um amor comum pela música permite que pessoas de origens diferentes trabalhem juntas" (P1), é um forte indicador de capital social de ponte. De acordo com a perspetiva de um elemento, a orquestra "une as pessoas" porque estão todas "a trabalhar para o mesmo objetivo" (P2). Já a prossecução de um interesse comum é um indicador de capital social de ligação. Ambos os tipos de capital social identificados entre os membros da O.C.M. são valiosos e podem ser usados para criar oportunidades de benefício mútuo.

A partilha de normas e valores sociais é considerada uma pedra angular do capital social, uma vez que fortalece os laços e as ligações dos indivíduos dentro de uma comunidade (Langston & Barrett 2008; Putnam 1993). Esses autores descobriram que o capital social só pode se desenvolver dentro de uma comunidade ou organização se houver algum grau de entendimento, aceitação e partilha de normas comuns. Isto é corroborado pelos resultados dos dados recolhidos neste estudo, que demonstram que os valores e normas de respeito e honestidade são partilhados pelos elementos da

orquestra, o que leva ao entendimento comum de que todos são bem-vindos e aceites por quem são, independentemente da sua origem, cultura ou falta de capacidade musical.

Em suma, os resultados mostram que a orquestra pode ser vista como i) uma atividade voluntária; ii) uma atividade que constrói conexões e redes entre seus elementos; iii) uma atividade que permita a reciprocidade; iv) uma atividade que gera uma riqueza de confiança entre os seus elementos; e v) uma atividade que produza normas e valores sociais compartilhados, particularmente de respeito e honestidade, entre os participantes como resultado de seu envolvimento.

Capítulo 6. Discussão dos resultados

Os resultados apresentados no Capítulo 5 ilustram a experiência multifacetada de ser um elemento da Orquestra Comunitária do Mundo, tal como é percebida pelos próprios elementos. O objetivo do estudo era investigar dois focos: quais são os benefícios percebidos da participação na orquestra, tal como são vividos pelos elementos; e, em segundo lugar, a possibilidade de ser gerado capital social como resultado da participação na orquestra. Durante a análise dos dados surgiram três temas principais, tal como descrito no Capítulo 5, nomeadamente os benefícios pessoais, sociais e musicais da participação na orquestra comunitária. Kokotsaki e Hallam (2011) e Joseph e Southcott (2014) derivaram os mesmos três temas das suas investigações sobre a criação musical participativa e um conjunto coral comunitário, respetivamente.

O quadro teórico que orienta este estudo é o de Putnam (1995), que identificou cinco indicadores proximais para verificar se o capital social está a ser gerado numa organização. Os dados analisados foram comparados com estes cinco indicadores proximais, podendo concluir-se que a O.C.M. pode ser vista como i) uma atividade completamente voluntária; ii) uma atividade que constrói laços entre os seus elementos; iii) uma atividade que permite a reciprocidade; iv) uma atividade que gera uma abundância de confiança entre os seus elementos; e v) uma atividade que produz normas e valores sociais partilhados entre os seus elementos como resultado da sua participação.

Sendo o principal objetivo deste estudo compreender de que forma a participação numa orquestra comunitária contribui para o bem-estar dos seus elementos, a discussão dos resultados será informada pela forma como o capital social, tornado visível com os cinco indicadores proximais, contribui para os benefícios percebidos da participação na orquestra comunitária. Procura-se, assim, realizar uma análise mais ampla no sentido de compreender os mecanismos subjacentes que sustentam os resultados positivos das intervenções sociais, em vez de simplesmente identificar ou medir os seus efeitos (Fancourt et al., 2014).

6.1 Benefícios pessoais

Os benefícios pessoais de ser um elemento da orquestra, tal como vividos pelos participantes, revelaram três temas principais: oportunidades de aprendizagem, compromisso e bem-estar.

Oportunidades de aprendizagem

O desenvolvimento do capital social tem sido destacado como um benefício da participação em contextos de aprendizagem (Boulton-Lewis, 2010). A facilitação do acesso à informação e aos recursos é frequentemente citada como um processo fundamental de ligação do capital social que apoia o bem-estar, aumentando o seu sentido de autoeficácia. A autoeficácia refere-se às crenças que uma pessoa tem sobre as suas capacidades para aprender ou realizar uma tarefa numa determinada situação (MacRitchie & Garrido, 2019). Há estudos que demonstram que os participantes aumentaram o seu conhecimento, consciência e desejo de aprendizagem e desenvolvimento profissional na sequência de projectos artísticos (Dunphy et al., 2014). A realização como um benefício pessoal da participação numa atividade musical, como a orquestra comunitária, está bem fundamentada na literatura (Bartolome, 2018; Joseph, 2021; Kokotsaki & Hallam, 2011). O simples facto de ser capaz de cantar e tocar em sincronia com outros elementos é considerado pelos participantes como uma conquista agradável. A análise dos dados do presente estudo permite estabelecer uma conexão semelhante, pois revela que os ensaios e os espectáculos da O.C.M. oferecem amplas oportunidades para os participantes desenvolverem o desejo de lutar pelo sucesso e também de o experimentarem, o que contribui para o seu bem-estar. O conhecimento é aprendido, fomentado e aumentado sempre que existe um contexto favorável, um ambiente estimulante e um esforço pessoal consistente (Resnick, 2001), tal como acontece nesta orquestra comunitária.

Com efeito, os participantes da O.C.M. encorajam-se e motivam-se mutuamente, de forma recíproca, durante os ensaios e as atuações, o que não só enriquece as suas experiências de aprendizagem, como também melhora a sua autoeficácia (MacRitchie &

Garrido, 2019). No contexto da pedagogia social, a ideia de que a aprendizagem e o desenvolvimento pessoal não são actividades isoladas, mas estão profundamente interligados com o ambiente social de cada um aponta para a centralidade do capital social, destacando a importância da proximidade social e dos laços sociais como condição para o desenvolvimento humano sustentável e também o poder inspirador da hospitalidade, que está atenta ao acolhimento dos outros (Azevedo & Batista, 2014). Um ambiente de apoio e respeito, como o desta orquestra comunitária, onde existe um elevado nível de confiança com normas e valores partilhados entre os seus elementos, facilita a aprendizagem inclusiva e garante que todos os alunos se sintam valorizados e respeitados (Baptista, 2000).

Compromisso

A maioria dos participantes no estudo mencionou a orquestra como envolvendo um compromisso significativo. Os participantes da O.C.M. vêem o seu compromisso para com a orquestra como positivo porque estão a passar tempo a fazer algo de que gostam e com pessoas que respeitam e em quem confiam. As relações sociais entre os elementos da orquestra foram construídas ao longo de um compromisso de longo prazo com o grupo, como afirmam MacRitchie e Garrido (2019). Este compromisso observado como um benefício associado à pertença a um grupo musical é também fundamentado pela literatura existente relativa a estudos semelhantes (Bartolome 2018, Joseph, 2021; Joseph & Southcott 2014; Kokotsaki & Hallam 2011).

Os adultos mais velhos que procuram a aprendizagem ao longo da vida para o crescimento pessoal têm sido associados ao que é conhecido como lazer sério, onde as pessoas ganham um sentido de autorrealização, autoenriquecimento, autoexpressão, sentimentos de realização e um sentido de pertença (Brown, McGuire & Voelkl, 2008). As actividades de lazer sérias envolvem esforço, empenho e persistência (Cheng, Stebbins e Packer 2017). Por outras palavras, a participação voluntária significativa em lazeres sérios, como aquela que foi observada na O.C.M., que envolve esforço e compromisso, pode ser positivamente gratificante, contribuindo para o seu sentimento de bem-estar geral.

Além disso, estudos demonstraram que quanto mais tempo o conjunto musical está junto, mais fortes são os laços, sugerindo o fortalecimento do capital social ao longo do tempo devido a compromissos de longo prazo com valores e normas semelhantes, confiança estabelecida e companheirismo (Bartolome, 2018; Lamont et al., 2017), como é evidente nos dados recolhidos na O.C.M.

Bem-estar

No que diz respeito aos benefícios pessoais, um dos resultados mais significativos deste estudo é que os elementos acreditam que a sua participação na orquestra comunitária é benéfica para a sua saúde, uma vez que os mantém ativos. Tal como foi afirmado por muitos estudos sobre adultos mais velhos, a maioria declarou que as actividades musicais são de grande importância para a qualidade das suas vidas (Coffman, 2002; Hays & Minichiello, 2005). Em particular, a participação em grupos de música comunitários tem demonstrado beneficiar a coesão social, proporcionar saídas expressivas, bem como aumentar os benefícios para a saúde e o bem-estar Davidson et al., 2013; Joseph & Southcott, 2014b; Lamont et al., 2017). Isto também é consistente com um vasto corpo de literatura científica em geral que indica que o canto em particular, tanto individual como coletivamente, está amplamente ligado à saúde e ao bem-estar (Yi & Kim, 2023). Com efeito, verificou-se que cantar em grupo conduz a níveis mais baixos de depressão e melhora o bem-estar geral dos cantores, tanto física como emocionalmente (Livesey et al., 2012).

Durante os ensaios da O.C.M., observou-se que cantar e tocar os instrumentos exigia muito trabalho de memória para acompanhar as partes a solo e instrumentais, bem como coordenação óculo-manual para ler as letras e tocar o instrumento em sincronia com todos. Uma investigação recente demonstrou também que tocar um instrumento musical estava associado a um desempenho significativamente melhor na memória de trabalho e na função executiva, salientando o valor potencial da educação e da participação ativa em actividades musicais ao longo da vida como um meio eficaz de aproveitar a reserva cognitiva como parte de um estilo de vida protetor para a saúde do cérebro (Vetere et al., 2024).

Os estudos também sublinharam que a participação ativa numa atividade musical reforça o sistema imunitário (Kreutz et al., 2004; Kuhn 2002). Os participantes da O.C.M. acreditam que os exercícios de respiração, vocais e posturais que fazem parte do aquecimento da orquestra têm um efeito positivo na sua saúde física, o que confirma os resultados de Acquah (2017), que concluíram que o canto é bom para o exercício físico, uma vez que envolve uma respiração profunda e controlada.

As relações são fundamentais para a prática musical comunitária, uma vez que tocar em conjunto cria um forte sentido de confiança e companheirismo, criando uma ligação entre os elementos e o conjunto como um todo (Langston & Barrett, 2008). Os participantes deste estudo acreditam que a orquestra é um lugar para fazer amigos e consideram essas amizades importantes para as suas vidas. Também expressaram que se sentem capacitados e aceites na orquestra. Os dados das observações feitas antes, durante e depois dos espectáculos também apontam para o facto de o planeamento, a prática e a atuação para a comunidade serem uma forma feliz e significativa de os elementos retribuírem e partilharem o seu tempo com os outros. Com bases nestes dados é possível concluir que a interação grupal e as atuações para a comunidade contribuem claramente para o sentimento de bem-estar dos elementos.

6.2 Benefícios sociais

A criação musical participativa numa orquestra comunitária é uma atividade coletiva e não é surpreendente que os participantes tenham dado ênfase aos benefícios sociais da participação na O.C.M.. A análise dos dados revelou dois subtemas, nomeadamente a integração das pessoas e um ambiente favorável e respeitoso.

Integração de pessoas

Uma vez que a criação musical participativa é a atividade central da orquestra, desempenha um papel significativo em todos os aspectos, incluindo a integração social. Os participantes na orquestra acreditam que a comunicação entre elementos de diferentes faixas etárias, formações académicas e culturas se faz através da música e da interação social. A análise dos dados fornece provas claras de amizades que se formaram entre elementos de diferentes faixas etárias e formações académicas como resultado da orquestra, algo que muitos participantes acreditam que não teria acontecido se não fosse o trabalho colaborativo e a integração social no seio da orquestra. Os participantes deste estudo partilharam a sua convicção de que a música é um meio poderoso para integrar e unir os elementos, uma vez que partilham um objetivo comum e a paixão pela música. Este objetivo comum é também uma forma de capital social de ligação, uma vez que aumenta a solidariedade de um grupo com um interesse específico (Langston & Barrett 2008).

Foi demonstrado que a atividade musical em grupo permite uma ligação social mais rápida do que outras actividades criativas (Pearce et al., 2015). Atuar como um grupo com valores e normas partilhados e trabalhar em colaboração com pessoas de confiança cria um sentimento de pertença, desenvolvendo assim uma identidade musical, uma identidade de conjunto e uma identidade social (Lamont, 2012), tal como afirmado pelas observações feitas a esta orquestra comunitária. A noção de querer tocar e trabalhar com pessoas diferentes, mas que pensam da mesma forma, também promove uma sensação de bem-estar entre os músicos (Ford e Davidson, 2003). É ainda apoiado pelos resultados de um estudo de pequenos e grandes coros comunitários mostraram que

cantar em conjunto promove a proximidade social, independentemente do tamanho do grupo, e que os sentimentos de inclusão, conectividade, afeto positivo e medidas de libertação de endorfinas aumentaram ao longo dos ensaios de canto e que a influência do canto em grupo foi comparável para os limiares de dor no contexto de grupos grandes e pequenos (Weinstein et al., 2016).

Quando os grupos são formados com base na sua cultura ou língua, o capital social de ligação tem lugar, uma vez que um interesse comum é partilhado entre estes grupos unidos. No entanto, isto pode levar à exclusão daqueles que não se enquadram na dinâmica do grupo ou nos costumes sociais, outra característica do capital social de ligação (Putnam 2000). Por outras palavras, o capital social de ligação, sob a forma de pertença e identidade partilhada, pode levar à exclusão de identidades de fora do grupo e marginalizar ainda mais os indivíduos que têm dificuldade em integrar-se em grupos altamente coesos (Villalonga- Olives & Kawachi, 2017). O capital social de ponte pode ultrapassar algumas destas limitações, alargando as redes e partilhando recursos entre diferentes grupos socioeconómicos ou culturais (Villalonga-Olives & Kawachi, 2017), como se observou durante os espectáculos públicas da orquestra comunitária. Durante os espectáculos participativas em vários contextos, como um restaurante, um campus universitário e um parque comunitário, observou-se que os participantes estavam abertos a estabelecer contactos e a conhecer membros do público de diferentes faixas etárias e origens após os espectáculos. Os projectos comunitários podem encorajar os participantes a aceder a novos espaços e a experimentar sentimentos de segurança por estarem entre o grupo em espaços desconhecidos (Southcott & Joseph, 2015). Neste caso, o forte capital social de ligação permite que os elementos construam capital social de ponte em novos ambientes e com pessoas fora da orquestra, o que ajuda a alargar os seus horizontes, expô-los a novas experiências e aumentar a sua confiança. Além disso, os espectáculos participativas, muitas vezes intergeracionais, constituíram uma oportunidade para as diferentes gerações socializarem, mostrarem respeito umas pelas outras e desfrutarem da sua companhia.

Um ambiente favorável e respeitoso

O capital social envolve a confiança e a cooperação entre os indivíduos, sublinhando a importância da inclusão e da participação de todos os membros de uma comunidade para a criação de uma rede social coesa e resiliente onde pessoas de várias origens colaboram e se apoiam mutuamente (Lin, 2001). Esta perspetiva alinha-se com uma visão de educação que desenvolve as capacidades dos indivíduos de trabalharem em conjunto para se transformarem a si próprios e ao mundo, onde a cooperação e a colaboração são características definidoras das comunidades de aprendizagem (Carney, 2022). No contexto da intervenção socioeducativa, a confiança e a cooperação são essenciais para a criação de espaços relacionais num ambiente inclusivo e de apoio à aprendizagem e ao crescimento pessoal, onde os indivíduos se sentem confortáveis, confiantes e motivados para colaborar com os seus pares e mentores (Azevedo & Batista, 2014).

As normas e valores partilhados de respeito, honestidade e abertura, tal como identificados pelos participantes neste estudo, ajudam a criar um ambiente de apoio e respeito que é um fator significativo na promoção da coesão do grupo (Bartolomeu, 2018). Os participantes da O.C.M. atribuem a importância atribuída a estes valores partilhados ao facto de lhes permitir um melhor envolvimento, conhecerem-se melhor uns aos outros e ultrapassarem as suas diferenças, lutando por um objetivo comum. As ligações sociais e um objetivo partilhado foram os principais mecanismos que conduziram a uma sensação geral de bem-estar melhorado nos participantes no canto em grupo (McNaughton et al., 2017).

Além disso, todos os participantes da O.C.M. concordaram que a orquestra oferece um ambiente fiável e inclusivo que cria confiança e permite que os participantes de diferentes origens se integrem a nível social, sabendo que podem recorrer uns aos outros para obter apoio. Esta noção de apoio mútuo e reciprocidade está no cerne do capital social, em que os indivíduos e os grupos dependem uns dos outros para obter ajuda, recursos e apoio. É também a mesma perspetiva contida na intervenção socioeducativa, que envolve frequentemente a disponibilização aos indivíduos do apoio e dos recursos de que necessitam para tirar partido das oportunidades e ultrapassar desafios e barreiras ao desenvolvimento pessoal, envolvendo muitas vezes a criação de uma rede de apoio de

pares e mentores em comunidades de aprendizagem (Azevedo, 2007). A partir da sua investigação sobre coros amadores na Islândia, Einarsdottir e Gudmundsdottir (2016) sugeriram que os benefícios percebidos de satisfação e otimismo estão ligados a uma atmosfera social positiva.

De facto, a investigação mostrou que o sucesso na criação musical participativa inclui o envolvimento e a fluidez no momento, a afirmação social através do dar e receber, oportunidades de colaboração e alegria na experiência e evidência de aprendizagem (Higgins e Willingham 2017), o que implica que estar num ambiente social de apoio e respeito é fundamental para alcançar este sucesso. Como ficou evidente nos resultados deste estudo, foi num ambiente de aprendizagem tão positivo que os participantes e os dinamizadores puderam co-criar em conjunto as experiências bem sucedidas e satisfatórias de construção de conhecimentos e competências.

6.3 Benefícios musicais

Qualquer pessoa é elegível para participar voluntariamente na O.C.M., independentemente da sua idade, formação ou capacidade musical. Isto significa que aqueles que participam o fazem por razões mais intrínsecas, como evidenciado pelos dados de observação e entrevistas em que os participantes expressaram claramente paixão e prazer no processo de fazer música em conjunto e exibiram um melhor estado de espírito após os ensaios e espectáculos. Muitos participantes também atribuíram benefícios positivos às qualidades criativas e expressivas da música. Foi demonstrado que a perceção do valor instrínseco do envolvimento dos participantes promove um ambiente em que podem ser criadas redes e ligações mais fortes (Langston, 2011).

Estas ligações mais fortes foram evidentes nos dados de observação recolhidos durante os ensaios e espectáculos, onde os elementos estavam sempre mais interessados no progresso musical feito como um todo. Foi demonstrado que tocar em conjunto e cuidar uns dos outros - assegurando que todos estão a acompanhar e que ninguém é deixado para trás - ajuda a trazer sentimentos de felicidade ao grupo (Schueller & Seligman, 2010). Os elementos da orquestra também expressaram que confiam uns nos outros para darem sempre o seu melhor para que os ensaios e espectáculos sejam bem sucedidos. A luta pelo objetivo comum de alcançar progressos musicais em conjunto foi frequentemente citada pelos participantes como um fator de motivação para confiarem uns nos outros musicalmente durante os ensaios e os espectáculos.

Um estudo sobre aprendentes de música mais velhos concluiu que aprender música pode aumentar o bem-estar subjetivo através de mecanismos que incluem experiências subjectivas de prazer, melhores interações sociais, capacidade de fazer música e autossatisfação através do progresso musical (Perkins & Williamon, 2013). O sentimento de realização e de uma nova identidade enquanto elemento de um grupo musical foram também mecanismos revelados em vários estudos que contribuem para uma sensação de maior bem-estar (Perkins et al., 2018; Williams et al., 2019).

Capítulo 7. Conclusões

Em suma, neste estudo, foi possível verificar que o capital social gerado pela participação numa orquestra comunitária contribuiu consideravelmente para os benefícios percebidos e identificados pelos seus elementos. Os dados recolhidos no estudo de caso realizado evidenciam a centralidade dos processos de construção do capital social, através da disponibilização e acesso a oportunidades e recursos participativos, da interação social, do usufruto de interesses, experiências e atividades partilhadas, e do enriquecimento de experiências diversas - o que contribui para os benefícios pessoais, sociais e musicais percebidos pelos participantes. Este estudo demonstra, assim, que a orquestra comunitária pode oferecer benefícios importantes em termos de autorrealização, melhorando competências e expandindo redes de relações interpessoais - o que leva à promoção do bem-estar dos participantes.

Estas conclusões permitem-nos afirmar que uma atividade musical de grupo, como a criação musical participativa numa orquestra comunitária, pode ser uma poderosa experiência de educação social através da criação de espaços relacionais que facilitam as ligações com outras pessoas, proporcionando oportunidades de contribuir para a sociedade através de actuações públicas, de sentir união e solidariedade e de experimentar apoio social e melhores relações sociais. Da mesma forma, envolve hospitalidade, ou seja, acolher e acomodar os outros, criando um sentimento de pertença que é um elemento-chave na construção de confiança e de laços sociais mais fortes - componentes essenciais que formam a base da coesão social e da cooperação numa comunidade. Isto alinha-se com os princípios da educação inclusiva e com a ideia de que todos os indivíduos, independentemente da sua origem, devem ter a oportunidade de participar e envolver-se em actividades sociais e de aprendizagem. É também uma oportunidade, ou um contexto, através do qual os indivíduos podem ser encorajados a envolver-se, independentemente das suas capacidades musicais, a tomar a iniciativa de participar em novas atividades e a descobrir novos horizontes para si próprios, tanto musical como socialmente. Como tal, a sua importância vai para além das meras atividades musicais. A criação musical participativa numa orquestra comunitária é também

um meio de promover o bem-estar e melhorar a qualidade de vida; ao desenvolver competências, ajuda as pessoas a ligarem-se melhor, a cooperarem e a cuidarem umas das outras, construindo relações sociais mais significativas que as ajudam a prosperar num mundo cada vez mais complexo e fragmentado.

Considerações finais

Como afirmava Paulo Freire (1979) "Não é possível refletir sobre o que é a educação sem refletir sobre o próprio homem". Na aprendizagem ao longo da vida, é, portanto, importante concentrarmo-nos não só no desenvolvimento intelectual, mas também no crescimento pessoal e social. Os resultados deste estudo de caso mostraram que a criação musical participativa numa orquestra comunitária pode trazer benefícios para a vida dos participantes, não só em termos de aquisição de competências musicais, mas também, e igualmente importante, no desenvolvimento de capital social que conduz a uma comunidade socialmente mais coesa e a uma melhor sensação de bem-estar.

Embora este estudo não seja generalizável devido à sua natureza etnográfica e particularista, e ao pequeno número de participantes, os resultados fornecem provas adicionais relativamente aos benefícios da participação e à natureza do capital social e à forma como este se manifesta numa comunidade musical como uma orquestra comunitária. Outra limitação do estudo é a barreira linguística, embora parcialmente atenuada pelos dois dinamizadores que falam inglês, pode ter levado a alguns momentos "perdidos na tradução" que terão resultado numa representação menos precisa das experiências dos participantes. Embora neste estudo, na perspetiva de um participante, a extraordinária capacidade da música para transcender fronteiras, ultrapassando a barreira linguística para ligar pessoas muito diferentes com base em experiências musicais partilhadas, tenha sido certamente mais apreciada.

As conclusões deste estudo contribuem para um conjunto crescente de investigação relacionada com o valor das artes participativas e com as formas como estes programas podem servir para cultivar o capital social em sociedades cada vez mais fragmentadas e polarizadas. Uma maior compreensão dos mecanismos de desenvolvimento do capital social e dos benefícios para os criadores e aprendentes de música permitiria, assim, uma melhor forma de abordar a questão mais vasta de como os agentes socioeducativos podem ajudar a reforçar as comunidades através da promoção do capital social.

A investigação futura poderia incluir um estudo mais aprofundado das estratégias utilizadas pelos dinamizadores, ou uma investigação quantitativa utilizando questionários e escalas para medir as diferentes dimensões do capital social e do bem-estar. A utilização de uma conceção pré-pós ou um exame do impacto longitudinal da criação musical participativa no capital social e no bem-estar também seria de interesse.

Referências bibliográficas

- Acquah, E. O. (2017). Choral singing and wellbeing: Findings from a survey of the mixed-chorus experience from music students of the University of Education Winneba, Ghana. *Legon Journal of the Humanities*, 27(2), 1. <https://doi.org/10.4314/ljh.v27i2.1>
- Azevedo, J. (2007). Aprendizagem ao longo da vida e regulação sociocomunitária da educação. Em *Cadernos de Pedagogia Social*. pp. 7-40. Universidade Católica Editora.
- Azevedo, J., & Baptista, I. (2014). Educação e hospitalidade, interpelações de pedagogia social. In Santos, M. C. ; Baptista, I. (org.). *Laços sociais: por uma epistemologia da hospitalidade* (pp 143-147). Caxias do Sul: EducS.
- Baggetta, M. (2009). Civic opportunities in associations: Interpersonal interaction, governance experience and institutional relationships. *Social Forces*, 88(1), 175–199. <https://doi.org/10.1353/sof.0.0231>
- Baptista, I. (2002). Lugares de Hospitalidade. In DIAS, Célia Maria de Moraes. Retrieved from <http://hdl.handle.net/10400.14/13499>.
- Baptista, I. (2008). Pedagogia Social: uma ciência, um saber profissional, uma filosofia de acção. Em *Cadernos de Pedagogia Social*. Universidade Católica Editora.
- Baptista, I. (2021). Inovação, Pedagogia Social e Desenvolvimento Humano. In Vieira, A. M.; Vieira, R. & Marques, J. C. (orgs.). *Temas e Contextos de Pedagogia-Educação Social* (pp.59-86). Edições Afrontamento.

- Bartolome, S. J. (2018). Lithuanian folk ensembles as bonding social capital: Perspectives on participatory music-making in Vilnius. *International Journal of Community Music*, 11(1), 109–121. https://doi.org/10.1386/ijcm.11.1.109_1
- Boulton-Lewis, G. M. (2010). Education and learning for the elderly: Why, how, what. *Educational Gerontology*, 36(3), 213–228. <https://doi.org/10.1080/03601270903182877>
- Bourdieu, P. (1986). The Forms of Capital. In J. Richardson (Ed.), *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (pp. 241-258). Greenwood.
- Bourdieu, P., & Wacziarg, R. (1992). *An invitation to reflexive sociology*. University of Chicago Press.
- Brown, C. A., McGuire, F. A., & Voelkl, J. (2008). The link between successful aging and serious leisure. *The International Journal of Aging and Human Development*, 66(1), 73–95. <https://doi.org/10.2190/ag.66.1.d>
- Bucura, E. (2023). Bonding and bridging: Perceptions of social capital in Community Music. *Athens Journal of Humanities & Arts*, 10(2), 149–176. <https://doi.org/10.30958/ajha.10-2-5>
- Camlin, D. A. (2015). ‘This is my truth, now tell me yours’: Emphasizing dialogue within participatory music. *International Journal of Community Music*, 8(3), 233–257. https://doi.org/10.1386/ijcm.8.3.233_1
- Caride J. A; Freitas, O.M & Vargas, G. C. (2007). *Educação e desenvolvimento comunitário local. Perspectivas pedagógicas e sociais de sustentabilidade*. Profedições, Lda.

- Carney, S. (2022). Reimagining our futures together: A new social contract for education. *Comparative Education*, 58(4), 568–569. <https://doi.org/10.1080/03050068.2022.2102326>
- Cheng, E. (Hui-P., Stebbins, R., & Packer, J. (2016). Serious leisure among older gardeners in Australia. *Leisure Studies*, 36(4), 505–518. <https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1188137>
- Coffman, D. D. (2002). Music and quality of life in older adults. *Psychomusicology: A Journal of Research in Music Cognition*, 18(1–2), 76–88. <https://doi.org/10.1037/h0094050>
- Coffman, D. (2006). Voices of experience: Interviews of adult community band members in Launceston, Tasmania, Australia. *International Journal of Community Music*, 23(1), 37-47.
- Cohen, D., & Prusak, L. (2001). *In good company: How social capital makes organizations work*. Harvard Business School.
- Coleman, J. S. (1988). Social Capital in the creation of human capital. *American Journal of Sociology*, 94, S95-S120. <https://doi.org/10.1086/228943>
- Coleman, J. S. (1990). *Foundations of Social Theory*. Belknap Press of Harvard University Press.
- Cote, S. & Healy, T. (2001). *The Well-being of Nations. The role of human and social capital*. Organization for Economic Co-operation and Development (OECD) Publishing.

- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage.
- Dabback, W. M. (2010). Exploring communities of Music in Virginia's shenandoah valley. *International Journal of Community Music*, 3(2), 213-227. https://doi.org/10.1386/ijcm.3.2.213_1
- Davidson, J. W., McNamara, B., Rosenwax, L., Lange, A., Jenkins, S., & Lewin, G. (2013). Evaluating the potential of group singing to enhance the well-being of older people. *Australasian Journal on Ageing*, 33(2), 99–104. <https://doi.org/10.1111/j.1741-6612.2012.00645.x>
- Dietz, J. S. (2000). Building a social capital model of research development: The case of the experimental program to stimulate competitive research. *Science and Public Policy*, 27(2), 137–145. <https://doi.org/10.3152/147154300781782093>
- Dewey, J. (1897). My pedagogic creed. *Journal of Education*, 54(3), 77–80.
- Dudwick, N., Kuehnast, K., Jones, V. & Woolcock, M. (2006). *Analyzing Social Capital in Context: A Guide to Using Qualitative Methods and Data*. The International Bank for Reconstruction and Development/The World Bank. Retrieved from: https://www.case.de.org/CapitalSocial/World_Bank_Analyzing_Social_Capital_in_Context.pdf
- Dunphy, K., Elton, M., & Jordan, A. (2014). Exploring dance/movement therapy in post-conflict timor-leste. *American Journal of Dance Therapy*, 36(2), 189–208. <https://doi.org/10.1007/s10465-014-9175-4>

- Eastis, C. M. (1998). Organizational diversity and the production of social capital. *American Behavioral Scientist*, 42(1), 66–77. <https://doi.org/10.1177/0002764298042001006>
- Einarsdottir, S. L., & Gudmundsdottir, H. R. (2015). The role of choral singing in the lives of amateur choral singers in Iceland. *Music Education Research*, 18(1), 39–56. <https://doi.org/10.1080/14613808.2015.1049258>
- Fancourt, D., Ockelford, A., & Belai, A. (2014). The psychoneuroimmunological effects of music: A systematic review and a new model. *Brain, Behavior, and Immunity*, 36, 15–26. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2013.10.014>
- Farr, J. (2004). Social Capital. *Political Theory*, 32(1), 6–33. <https://doi.org/10.1177/0090591703254978>
- Ford, L., & Davidson, J. W. (2003). An investigation of members' roles in Wind Quintets. *Psychology of Music*, 31(1), 53–74. <https://doi.org/10.1177/0305735603031001323>
- Fukuyama, F. (1995). *Trust: The social virtues and the creation of prosperity*. Free Press Paperbacks.
- Hallam, S. (2010). The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *International Journal of Music Education*, 28(3), 269–289. <https://doi.org/10.1177/0255761410370658>
- Hallam, S., & Creech, A. (2016). Can active music making promote health and well-being in older citizens? findings of the music for Life Project. *London Journal of Primary Care*, 8(2), 21–25. <https://doi.org/10.1080/17571472.2016.1152099>

- Hallam, S., & MacDonald, R. (2014). *The effects of music in community and educational settings*. Oxford Handbooks Online. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198722946.013.46>
- Hanifan, L. J. (1916). The Rural School Community Center. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 67(1), 130–138. <https://doi.org/10.1177/000271621606700118>
- Hanifan, L. J. (1920). *The Community Center*. Silver, Burdett & Company.
- Hampshire, K. R., & Matthijsse, M. (2010). Can Arts Projects Improve Young People's wellbeing? A social capital approach. *Social Science & Medicine*, 71(4), 708–716. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2010.05.015>
- Hardcastle, A., & Southcott, J. (2022). A new typology of community music groups. *International Journal of Community Music*, 15(1), 49–63. https://doi.org/10.1386/ijcm_00051_1
- Hays, T., & Minichiello, V. (2005). The meaning of music in the lives of older people: A qualitative study. *Psychology of Music*, 33(4), 437–451. <https://doi.org/10.1177/0305735605056160>
- Jones, P. M. (2010). Developing social capital: A role for music education and Community Music in fostering civic engagement and intercultural understanding. *International Journal of Community Music*, 3(2), 291–302. https://doi.org/10.1386/ijcm.3.2.291_1
- Joseph, D. (2021). 'the potted palms is bigger than each of us individually': Older musicians playing as community and for community. *Creative Industries Journal*, 15(1), 40–57. <https://doi.org/10.1080/17510694.2021.1890378>

- Joseph, D., & Southcott, J. (2014a). Personal, musical and social benefits of singing in a community ensemble: Three case studies in Melbourne (Australia). *The Journal for Transdisciplinary Research in Southern Africa*, 10(2). <https://doi.org/10.4102/td.v10i2.103>
- Joseph, D., & Southcott, J. (2014b). Singing and companionship in the Hawthorn University of the third-age choir, Australia. *International Journal of Lifelong Education*, 34(3), 334–347. <https://doi.org/10.1080/02601370.2014.991951>
- Kokotsaki, D., & Hallam, S. (2011). The perceived benefits of participative music making for non-music University Students: A comparison with music students. *Music Education Research*, 13(2), 149–172. <https://doi.org/10.1080/14613808.2011.577768>
- Kreutz, G., Bongard, S., Rohrmann, S., Hodapp, V., & Grebe, D. (2004). Effects of choir singing or listening on secretory immunoglobulin a, cortisol, and emotional state. *Journal of Behavioral Medicine*, 27(6), 623–635. <https://doi.org/10.1007/s10865-004-0006-9>
- Kuhn, D. (2002). The effects of active and passive participation in musical activity on the immune system as measured by salivary immunoglobulin A (SLGA). *Journal of Music Therapy*, 39(1), 30–39. <https://doi.org/10.1093/jmt/39.1.30>
- Lamont, A. (2012). Emotion, engagement and meaning in strong experiences of music espectáculo. *Psychology of Music*, 40(5), 574–594. <https://doi.org/10.1177/0305735612448510>

- Lamont, A., Murray, M., Hale, R., & Wright-Bevans, K. (2017). Singing in later life: The anatomy of a community choir. *Psychology of Music, 46*(3), 424–439. <https://doi.org/10.1177/0305735617715514>
- Langston, T. (2011). It is a life support, isn't it? Social Capital in a community choir. *International Journal of Community Music, 4*(2), 163–184. https://doi.org/10.1386/ijcm.4.2.163_1
- Langston, T. W., & Barrett, M. S. (2008). Capitalizing on community music: A case study of the manifestation of social capital in a community choir. *Research Studies in Music Education, 30*(2), 118–138. <https://doi.org/10.1177/1321103x08097503>
- Leedy, P. E., & Ormrod, J. E. (2015). *Practical research: Planning and design*. Pearson.
- Lin, N. (2001). Building a network theory of social capital. In N. Lin, K. S. Cook, & R. S. Burt (Eds.), *Social capital: Theory and research* (pp. 3-30). Transaction Publishers.
- Livesey, L., Morrison, I., Clift, S., & Camic, P. (2012). Benefits of choral singing for social and mental wellbeing: Qualitative findings from a cross-national survey of choir members. *Journal of Public Mental Health, 11*(1), 10–26. <https://doi.org/10.1108/17465721211207275>
- Lu, W.-T. (2013). Confucius or Mozart? community cultural wealth and upward mobility among children of Chinese immigrants. *Qualitative Sociology, 36*(3), 303–321. <https://doi.org/10.1007/s11133-013-9251-y>
- MacQueen, K. M., McLellan, E., Metzger, D. S., Kegeles, S., Strauss, R. P., Scotti, R., Blanchard, L., & Trotter, R. T. (2001). What is community? an evidence-based

definition for participatory public health. *American Journal of Public Health*, 91(12), 1929–1938. <https://doi.org/10.2105/ajph.91.12.1929>

MacRitchie, J., & Garrido, S. (2019). Ageing and the orchestra: Self-efficacy and engagement in community music-making. *Psychology of Music*, 47(6), 902–916. <https://doi.org/10.1177/0305735619854531>

Makridis, C. A., & Wu, C. (2021). How social capital helps communities weather the covid-19 pandemic. *PLOS ONE*, 16(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245135>

Malloch, S., & Trevarthen, C. (2018). The human nature of music. *Frontiers in Psychology*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01680>

McNaughton, A., Weatherall, M., Williams, M., McNaughton, H., Aldington, S., Williams, G., & Beasley, R. (2017). Sing your lungs out—a community singing group for chronic obstructive pulmonary disease: A 1-year pilot study. *BMJ Open*, 7(1). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-014151>

Narayan, D., & Cassidy, M. F. (2001). A dimensional approach to measuring social capital: Development and validation of a social capital inventory. *Current Sociology*, 49(2), 59–102. <https://doi.org/10.1177/0011392101049002006>

Paldam, M., & Svendsen, G. T. (1999). An essay on social capital: Looking for the fire behind the Smoke. *European Journal of Political Economy*, 16(2), 339–366. [https://doi.org/10.1016/s0176-2680\(99\)00064-6](https://doi.org/10.1016/s0176-2680(99)00064-6)

- Pearce, E., Launay, J., & Dunbar, R. I. (2015). The ice-breaker effect: Singing mediates fast social bonding. *Royal Society Open Science*, 2(10), 150221. <https://doi.org/10.1098/rsos.150221>
- Perkins, R., Mason-Bertrand, A., Fancourt, D., Baxter, L., & Williamon, A. (2020). How participatory music engagement supports mental well-being: A meta-ethnography. *Qualitative Health Research*, 30(12), 1924–1940. <https://doi.org/10.1177/1049732320944142>
- Perkins, R., & Williamon, A. (2013). Learning to make music in older adulthood: A mixed-methods exploration of impacts on wellbeing. *Psychology of Music*, 42(4), 550–567. <https://doi.org/10.1177/0305735613483668>
- Perkins, R., Yorke, S., & Fancourt, D. (2018). How group singing facilitates recovery from the symptoms of postnatal depression: A comparative qualitative study. *BMC Psychology*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-018-0253-0>
- Prest, A. (2016). Social Capital as a framework in Music Education Research. *Action, Criticism, and Theory for Music Education*, 15(4), 127–160. <https://doi.org/10.22176/act15.4.127>
- Procter, S. (2011). Reparative musicking: Thinking on the usefulness of social capital theory within music therapy. *Nordic Journal of Music Therapy*, 20(3), 242–262. <https://doi.org/10.1080/08098131.2010.489998>
- Putnam, R. D. (1993). The prosperous community: Social capital and public life. *The American Prospect*, 13, Spring, p. 3. <https://faculty.washington.edu/matsueda/>

courses/590/Readings/Putham%201993%20Am%20Prospect.pdf. Accessed 27 May 2023.

Putnam, R. D. (1995). Bowling alone: America's declining social capital. *Journal of Democracy*, 6(1), 65–78. <https://doi.org/10.1353/jod.1995.0002>

Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.

Schueller, S. M., & Seligman, M. E. P. (2010). Pursuit of pleasure, engagement, and meaning: Relationships to subjective and objective measures of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 5(4), 253–263. <https://doi.org/10.1080/17439761003794130>

Shiell, A., Hawe, P., & Kavanagh, S. (2020). Evidence suggests a need to rethink social capital and social capital interventions. *Social Science & Medicine*, 257, 111930. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2018.09.006>

Silverman, M., Davis, S. A., & Elliott, D. J. (2013). Praxial Music Education: A critical analysis of critical commentaries. *International Journal of Music Education*, 32(1), 53–69. <https://doi.org/10.1177/0255761413488709>

Southcott, J., & Joseph, D. (2015). Singing in *la voce della luna* italian women's choir in Melbourne, Australia. *International Journal of Music Education*, 33(1), 91–102. <https://doi.org/10.1177/0255761414546244>

Srivastava, P., & Hopwood, N. (2009). A practical iterative framework for qualitative data analysis. *International Journal of Qualitative Methods*, 8(1), 76–84. <https://doi.org/10.1177/160940690900800107>

- Strauss, A. L., & Corbin, J. M. (1990). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and Techniques*. Sage.
- Turino, T. (2008). *Music as social life: The politics of participation*. University of Chicago Press.
- UIL(UNESCO Institute for Lifelong Learning). (2019). 4th Global Report on Adult Learning and Education (GRALE) – Leave no one behind: Participation, equity and inclusion. Hamburg, UIL. Available at <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000372274>
- UN (United Nations). (2015). *Transforming our world. The 2030 agenda for sustainable development*. New York, UN. Available at <https://sustainabledevelopment.un.org/post2015/transformingourworld>
- Varvarigou, M., Creech, A., Hallam, S., & McQueen, H. (2012). Benefits experienced by older people in group music-making activities. *Journal of Applied Arts & Health*, 3(2), 183–198. https://doi.org/10.1386/jaah.3.2.183_1
- Veblen, K. K. (2007). The many ways of Community Music. *International Journal of Community Music*, 1(1), 5–21. https://doi.org/10.1386/ijcm.1.1.5_1
- Vetere, G., Williams, G., Ballard, C., Creese, B., Hampshire, A., Palmer, A., Pickering, E., Richards, M., Brooker, H., & Corbett, A. (2024). The relationship between playing musical instruments and cognitive trajectories: Analysis from a UK ageing cohort. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 39(2). <https://doi.org/10.1002/gps.6061>
- Villalonga-Olives, E., & Kawachi, I. (2017). The Dark Side of social capital: A systematic review of the negative health effects of social capital. *Social Science & Medicine*, 194, 105–127. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.10.020>

- Weinstein, D., Launay, J., Pearce, E., Dunbar, R. I. M., & Stewart, L. (2016). Singing and social bonding: Changes in connectivity and pain threshold as a function of group size. *Evolution and Human Behavior*, 37(2), 152–158. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2015.10.002>
- Williams, E., Dingle, G. A., Calligeros, R., Sharman, L., & Jetten, J. (2019). Enhancing mental health recovery by joining Arts-based groups: A role for the Social Cure Approach. *Arts Health*, 12(2), 169–181. <https://doi.org/10.1080/17533015.2019.1624584>
- Woolcock, M. (2001). The place of social capital in understanding social and economic outcomes. *Canadian Journal of Policy Research*, 2(1), 11-17.
- Woolcock, M., & Narayan, D. (2000). Social Capital: Implications for Development Theory, research, and policy. *The World Bank Research Observer*, 15(2), 225–249. <https://doi.org/10.1093/wbro/15.2.225>
- Wright, R. (2012). Music education and social transformation: Building social capital through music. *Canadian Music Educator*, 53(3), 12-13.
- Yi, S. Y., & Kim, A. J. (2023). Implementation and strategies of community music activities for well-being: A scoping review of the literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2606. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032606>
- Yin, R. K. (2009). *Case study research: Design and methods*. Sage.

.

Anexos

Anexo 1 – Guião de Entrevista

Anexo 2 – Formulário de Consentimento Informado

Anexo 1

Guião de Entrevista



Guião de entrevista semi-estruturado

1. Caracterização Sócio-Demográfica:
 - i. Idade:
 - ii. Género:
 - iii. Qual a sua formação académica?
 - iv. Qual a sua profissão/ocupação (actual ou a última)?
 - v. Qual o seu local de residência?
2. Fala-me das suas experiências de criação musical. Em que grupos musicais participou antes de ingressar na O.C.M. (se houver) e durante quantos anos o fez?
3. Diga-me há quanto tempo está na O.C.M. e o que faz na orquestra. Como chegou à O.C.M.?
4. Fala-me das suas razões para querer participar na orquestra. Algumas possíveis razões incluem:
 - Sempre quis experimentar/aprender a fazer
 - Sentir-se sozinho e decidiu fazer algo a respeito
 - Apenas uma série de coincidências e conexões inesperadas
5. Diga-me sobre o que aprendeu ao ser elemento desta orquestra que seja de grande valor para si.

6. Como descreveria os benefícios que a sua experiência como elemento da O.C.M. traz para a sua vida?
7. Que aspectos considera que contribuem para continuar a participar na orquestra?
8. “O.C.M. reúne e ajuda a integrar pessoas de diferentes origens.” Concorda? Porquê?
9. Com que frequência socializa (filmes, festas, café, etc.) com outros elementos fora dos eventos oficiais da orquestra?
10. Diga-me se, em geral, concorda ou discorda das seguintes afirmações. Porquê?
 - As pessoas na orquestra estão sempre interessadas apenas no seu próprio bem-estar.
 - Se eu tiver um problema, há sempre alguém para me ajudar.
 - A maioria das pessoas nesta orquestra está disposta a ajudar se você precisar.
 - Sinto-me aceite como elemento desta orquestra.
 - Não há ninguém com quem eu me sinta à vontade e possa falar sobre o que está em minha mente.
11. Imagine este cenário: a orquestra pede ajuda a voluntários na distribuição de folhetos para promover um próximo concerto. Isto terá lugar num domingo de manhã. Quais são os seus sentimentos sobre tal situação – você se voluntariaria ou não? Quais são as suas razões?
12. Existe um elevado sentimento de confiança entre os elementos. Concorda? Porquê?
13. Diga-me se, em geral, concorda ou discorda das seguintes afirmações. Porquê?

- A maioria das pessoas nesta orquestra são basicamente honestas e podem ser confiáveis.
 - Se deixar cair a sua bolsa ou deixar a sua carteira para trás, alguém irá vê-la e devolvê-la a si.
14. Considera que há alguns valores ou normas e regras partilhadas entre todos os elementos da O.M.C.? Quais são? E o que pensa deles? Que importância lhes atribui?

15. Esteve envolvido em algum dos seguintes grupos nos últimos doze meses:

- Grupo de ação residente ou comunitária;
- Partido político, sindicato ou campanha política;
- Campanha ou ação para melhorar as condições sociais ou ambientais;
- Organização ou grupo de voluntários

Por favor, descreva brevemente esse envolvimento e as razões que o levaram a envolver-se.

16. Quando pensa nos diferentes tipos de ligações que tem com as pessoas: O que você acha que tira dessas conexões? Quais são os benefícios para si? Razões que algumas pessoas nos deram incluem seguir. Alguma dessas coisas se encaixa em você?

- Sentimento de solidariedade/comunidade/segurança
- Fazer as coisas/ação/política comunitária
- Necessidade de um serviço específico de ajuda
- Amizade
- Alguém em quem confiar
- Misturar com pessoas interessadas em hobbies semelhantes, etc.

Anexo 2

Formulário de Consentimento Informado



Consentimento Informado

O meu nome é Angeline Leow e o presente estudo “Construir capital social através da criação musical participativa: Um estudo de caso de uma orquestra comunitária” surge no âmbito do Mestrado em Ciências da Educação – especialização em Pedagogia Social (2021 - 2023), realizado na Universidade Católica Portuguesa no Porto, sob a orientação do Professor Doutor Filipe Martins.

Agradeço a sua disponibilidade para fazer parte deste estudo, participando nas entrevistas.

Assume-se como compromisso:

1. A sua participação será completamente voluntária. Poderá desistir a qualquer momento e, se preferir, a informação já recolhida poderá ser imediatamente destruída.
2. A informação obtida é absolutamente confidencial e será tratada e conservada de forma anónima, sendo utilizada unicamente para efeitos do presente estudo. No caso de eventuais publicações sob a forma de relatório ou artigo científico, todos os dados serão apresentados de forma anónima.
3. Os direitos do entrevistado em relação aos seus dados nos termos previstos na lei, podem ser consultados em <https://www.ucp.pt/pt-pt/direitos-do-titular-dos-dados>.

Muito obrigada pela sua disponibilidade e participação.

Porto, ___/___/2023

Tomei conhecimento e autorizo a recolha de dados,
