

## Repositório ISCTE-IUL

---

Deposited in *Repositório ISCTE-IUL*:

2019-04-01

Deposited version:

Post-print

Peer-review status of attached file:

Peer-reviewed

Citation for published item:

Oliveira, A. & Borralho, C. (2007). Entre a euforia e a melancolia: música e suicídio na adolescência. *Psychologica*. 44, 177-206

Further information on publisher's website:

<http://www.uc.pt/fpce/publicacoes/psychologica>

Publisher's copyright statement:

This is the peer reviewed version of the following article: Oliveira, A. & Borralho, C. (2007). Entre a euforia e a melancolia: música e suicídio na adolescência. *Psychologica*. 44, 177-206. This article may be used for non-commercial purposes in accordance with the Publisher's Terms and Conditions for self-archiving.

---

### Use policy

Creative Commons CC BY 4.0

The full-text may be used and/or reproduced, and given to third parties in any format or medium, without prior permission or charge, for personal research or study, educational, or not-for-profit purposes provided that:

- a full bibliographic reference is made to the original source
- a link is made to the metadata record in the Repository
- the full-text is not changed in any way

The full-text must not be sold in any format or medium without the formal permission of the copyright holders.

---

## Entre a Euforia e a Melancolia: Música e Suicídio na Adolescência\*

Abílio Oliveira<sup>1</sup>

Cláudia Borralho<sup>2</sup>

“A música é um fenómeno acústico para o prosaico; um problema de melodia, harmonia e ritmo para o teórico; e o desdobramento das asas da alma, o despertar e a realização de todos os sonhos e anseios de quem verdadeiramente a ama”

Claret (1996)

### Sobre a Música

Estamos imersos em energia. Tudo é (uma forma de) energia. Qualquer coisa, qualquer ser, quer ao nível do micro quer do macrocosmos, tem uma vibração própria caracterizada por alguma(s) nota(s) ou acorde. A vida em si mesma é movimento gerador de som, logo, a vida é som e, num certo sentido, tudo é música (Pahlen, 1991). Por isso é natural comunicarmos pelo som (Sagan, 1997). Ainda que por entre demasiados ruídos e interferências, numa «sociedade da informação e do conhecimento» apressada e tecnologicamente dependente. Eis aí algumas das causas e consequências de graves problemas que afectam psicologicamente o ser humano.

Para alguns sábios da Antiguidade, como Pitágoras, Sócrates ou Platão, se nós conhecessemos o acorde do nosso «ser mais íntimo» – a que aludiram como *psyché* ou alma – e nos sintonizássemos com o mesmo, rapidamente harmonizaríamos o nosso corpo, bem como o modo como pensamos e sentimos em conformidade com esse ser profundo que nos anima, tornando-nos seres humanos perfeitos (*e.g.*, James, 1993; Stewart, 1996). De facto, uma das nossas maiores dificuldades passa por nos entendermos correctamente e discernirmos o que é música, o que é harmonioso, construtivo e engrandecedor e o que, ao invés, é dissonante, redutor, caótico e, eventualmente, patológico.

Numa “definição muito simples, música é a organização de relações entre sonoridades, simultâneas ou não, no decorrer do tempo. Sons (e silêncios) são combinados e encadeados entre si, formando ritmos, melodias e harmonias” (Costa, 1989, p. 61). Etimologicamente, música tem a ver com museu (de *o templo das musas*). É a arte das musas, das quais todas as artes derivaram (Flórido, 1997). Daí Platão afirmar, em *A República*: “A música foi-nos dada por causa da harmonia, que foi-nos dada pelas *musas* como uma ajuda para a revolução íntima da alma, quando esta perdeu a sua harmonia e para apoiar a restauração da sua ordem e a reconciliar consigo própria”.

---

\* Texto elaborado após a intervenção dos autores no III Simpósio da Soc. Portuguesa de Suicidologia “Solidão e Melancolia”, em Beja, em 2003.

<sup>1</sup> Eng. informático e psicólogo social. Professor Auxiliar no Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa, Lisboa. [abilio.oliveira@iscte.pt](mailto:abilio.oliveira@iscte.pt)

<sup>2</sup> Psicóloga na Unidade de Saúde Pública da Sub-Região de Saúde de Beja.

A música age pelo íntimo e secreto conteúdo presente na expressão do som (James, 1993). A música é “tudo o que torna manifesta a ordem sumptuosa do nosso cosmos” (Reeves, 1986). Como um fenómeno universal que todos os povos podem entender é, ao mesmo tempo, uma arte e uma ciência (*e.g.*, James, 1993; Károlyi, 1988; Pahlen, 1991; Stewart, 1996). “Pelo que se deve apreciar pela emoção e compreender pela inteligência” (Károlyi, 1988, p. 1). Num sentido profundo, poderemos abordar a vida sem nos referirmos a música?

Pitágoras foi um dos Antigos que mais estudou o poder da música e a importância das sequências harmónicas, aludindo-lhe como a “música das esferas”. Platão chamou-lhe a “filosofia dos deuses” e atribuiu-lhe um papel essencial na educação e no correcto desenvolvimento da consciência, em qualquer cultura. Por conseguinte distinguia os diferentes modos, ritmos e instrumentos musicais pelos efeitos aceitáveis ou de todo indesejáveis que provocavam sobre os ouvintes. Algumas pesquisas científicas recentes também demonstram o poder e a influência que a música pode ter nos mais variados campos de actuação humana, nomeadamente na educação, na cura de certas doenças mentais, no relaxamento, na concentração ou, ainda, no desenvolvimento da inteligência e das capacidades criativas (*e.g.*, Bricklin, 1983; Bunt, 2000; Costa, 1989; Cotte, 1991; Halpern, 1995; Morais, 1990; Muggiati, 1973; Pahlen, 1991; Pavlicevic, 1997; Tame, 1993).

Habitualmente preferimos ouvir aquilo com que mais nos afinizamos num dado momento. Em qualquer caso, a música está fortemente associada às nossas representações sociais – pelo modo como pensamos, sentimos e nos comportamos perante os objectos e as realidades sociais –, nomeadamente acerca da vida, da morte e do suicídio (Oliveira, 1999, 2004). A música pode ajudar a viver momentos de grande satisfação ou a aliviar certas tensões (*e.g.*, Pavlicevic, 1997; Sampaio, 1993; Vallejo-Nágera, 2003). Pode também influir no comportamento e no estado psicológico ou emocional (*e.g.*, Gard, 1997; Mills, 1996; Scheel e Westefeld, 1999; Stewart, 1996), dada a sua ligação estreita com as emoções ou sentimentos (*e.g.*, Avanzini, 1980; Malatesta e Kalnok, 1984; McFarland, 1984; Pavlicevic, 1997; Robazza *et al.* 1994) como a euforia, a melancolia, a alegria ou a tristeza.

Muitos investigadores têm averiguado os aspectos da música que mais influenciam os sentimentos – que no sentido dado por Abreu (1997), tal como aqui consideramos, abarcam as emoções ou sentimentos em si mesmos mas, também, os estados de humor e os afectos. A música, por si só e no seu conjunto, associa-se a modos de sentir, de pensar e até mesmo de estar e agir (Oliveira, 2004). As letras das músicas e os seus conteúdos latentes, assim como o ritmo, a melodia, a voz ou o estilo musical têm igualmente bastante importância naquilo que é experienciado.

### **Sobre a Música e a Adolescência**

“Todos temos a música sempre presente na nossa vida.

Estamos sempre, sempre, a ouvir música”

Sérgio (15 anos), cit. por Sampaio (1993, p. 107)

A adolescência é, em grande medida, “representada como um período de grande inquietação e oscilação emocional face às transformações que ocorrem (começando pelo próprio corpo), às tarefas que exigem atenção e empenho, às grandes dúvidas e certezas que emergem, tantas vezes desproporcionadas ou contrapostas” (Oliveira, 2004, p. 21). Nesta típica *idade das emoções*, dão-se sucessivos avanços e recuos, alternam-se momentos de desequilíbrio e de equilíbrio, num caminho fecundo de sentimentos pulsantes, fortes e cambiantes. A música, como uma aliada primordial, acompanha de modo intenso e muito frequente o quotidiano adolescente (e.g., Abreu, 2000; Barros, 2000; Borralho, 2002; Cabral e Pais, 2003; Oliveira, 2004; Pais, 1989, 1996; Richards, 1998; Sampaio, 1991, 1993; Schmidt, 1993; Strasburger, 1999; Vaillant, 2000; Vallejo-Nágera, 2003).

Dada a íntima associação entre a música e os sentimentos, é lógico que exista uma estreita ligação entre a adolescência e a música? Na música, as sequências de acordes entrelaçam-se com os sentimentos<sup>3</sup> vivenciados por quem a escuta, emergindo, quer de um modo abrupto quer de forma subtil. Quem melhor do que os adolescentes realçará o que a mesma suscita? Como os poderemos compreender se não conhecermos minimamente a música que ouvem e apreciam?

Na adolescência tentam-se abordar e resolver as grandes questões psicossociais, num processo de (des)construção e criação que envolve pais, colegas, amigos, ídolos – nomeadamente músicos – e todos aqueles que, de algum modo, auxiliam na conquista de autonomia, na definição de valores e de uma identidade (e.g., Bouça, 1997; Fleming, 1993; Geldard e Geldard, 2000; Sprinthall e Collins, 1999). Tal como em relação à música, os jovens pensam muito na morte e no suicídio (e.g., Clerget, 2001; Crepet, 2002; Frankel, 1999; Marcelli, 2002; OMS, 2002; Pommereau, 2001; Sampaio, 2002). Mas face ao interdito imposto, raramente encontram a disponibilidade e o meio adequado para se expressarem (e.g., Ariès, 1989, 1992; Bradbury, 1999; Kübler-Ross, 1991; Oliveira, 1999, 2004). Na procura de referências e valores, numa sociedade escondida sob a sombra da morte, um jovem poderá “arriscar além daquilo que é norma social, transgredir a sua própria segurança para ver até onde consegue ir, onde consegue chegar, o que consegue fazer” (Oliveira, 2004, p. 104).

O risco é glorificado entre os adolescentes e, de forma abrangente, numa sociedade obcecada pela juventude e pelo (ilusório) domínio sobre a morte e a vida. “Risks and reputations are mutually affirming. (...) Certain risks, or pattern risks, are symbolic of certain kinds of social identity” (Lightfoot, 1997, p. 9). “Crescer implica arriscar, testar-se, encontrar novos limites, ultrapassá-los e ampliar a consciência, (...) a busca destas emoções, onde o jovem pode rapidamente debater-se, em simultâneo, entre morrer e viver, revela um carácter predominantemente simbólico de aproximação à morte e suscita um sentimento de identidade renovado” (Oliveira, Amâncio e Sampaio, 2004, p. 78).

---

<sup>3</sup> mesmo entre os animais ou as plantas tem-se verificado que a música influencia o seu desenvolvimento (p.e. no caso das plantas, certas músicas, sob idênticas condições externas, provocam retraimento e degeneração enquanto que outras induzem um rápido e saudável crescimento) e as suas reacções (no caso dos animais, são clássicas as experiências em que vacas ao ouvirem certos trechos de Mozart produziram mais leite; algo de semelhante se observou ao escutarem *Atom Heart Mother* dos Pink Floyd)

Ao desafiar-se a morte pode alcançar-se maior direito à vida e razão para (sobre)viver (e.g., Oliveira, 2001, 2004; Sampaio, 1999, 2002; Saraiva, 1999). Eis um dos motivos do comportamento para-suicida, em particular do comportamento de risco, no qual se pode arriscar a vida sem se visar morrer. Este difere do comportamento suicida, que indicia uma clara vontade de morrer. Mas a distinção entre estes tipos de comportamentos pode ser difícil,<sup>4</sup> porém, ambos podem encarar-se como estratégias de sobrevivência (e.g., Laufer, 2000; Macfarlane e McPherson, 2001; O'Connor e Sheehy, 2000; Sampaio, 1999; Saraiva, 1999; Schneidman, 1981). Um comportamento de risco pode constituir “uma forma de afirmação, valorização e reconhecimento social, em especial junto do grupo de pares e de conquistar auto-estima, conferindo algum sentido à vida” (Oliveira, 2003, p. 81). Daí, também, este tipo de comportamentos serem cada vez mais frequentes nas nossas sociedades (e.g., Saraiva, 1999). Por vezes, “as ideias de morte, as ideias de suicídio, os comportamentos de risco (e nalguns casos os de auto-mutilação) e as tentativas de suicídio, como numa escala sequencial, progressiva, com repetição de actos ou ocorrências cada vez mais graves, se sucedem no tempo e nem sempre são entendidos” (Oliveira, Amâncio e Sampaio, 2001, p. 509).<sup>5</sup>

Qualquer adolescente precisa de sentir-se ligado a algo ou a alguém, ser apreciado, estabelecer laços afectivos, amar, comunicar e partilhar o que pensa e sente. A música pode ajudá-lo a reflectir, sonhar, vivenciar ou exprimir o que sente, ainda que pelas palavras de outrém, a sós ou em grupo, no quarto ou em público. Pode ser tanto um refúgio ou suporte emocional, até nos seus períodos de isolamento ou de incompreensão, como uma via ou espelho de pensamentos, símbolos e sentimentos.

A música é essencial na formação identitária, socialização e sociabilidade dos adolescentes (e.g., Abreu, 2000; Pais, 1996; Rodrigues, 1997; Sampaio, 1993; Strasburger, 1999; Strasburger et al., 1995; Strasburger e Wilson, 2002). Destaca-se entre as suas práticas regulares e consumos culturais – como os *media* e o *marketing* tão bem exploram –, suportando redes de relação e interacção que distinguem grupos sociais, associando-os a (sub)culturas juvenis no seio da comunidade (e.g., Abreu, 2000).<sup>6</sup> Ao partilharem um gosto musical, os adolescentes podem recorrer aos atributos constituintes desse gosto, como por exemplo a forma de vestir; é um meio de demarcação dos outros e assegurar uma certa identidade, na maioria das vezes no grupo de amigos, para disfrutar de certos interesses, valores, desejos ou atitudes associadas àquilo que esse gosto musical sugere. Os jovens procuram na música autenticidade e meios de integração ou diferenciação social (Barros, 2000).

---

<sup>4</sup> Em trabalhos anteriores categorizámos os comportamentos suicidas e para-suicidas – nos quais incluímos os comportamentos de risco e os comportamentos de auto-agressão ou auto-mutilação –, sintetizando então definições para suicídio, para-suicídio, tentativa de suicídio, ideação de suicídio, comportamento de risco e comportamento de auto-agressão (Oliveira, Amâncio e Sampaio, 2001; Oliveira, 2004).

<sup>5</sup> Em qualquer situação, o gesto suicida revela uma ambivalência entre querer viver e morrer, veicula um insustentável sofrimento e desesperança, deriva de uma pressão sentida como insustentável e pode constituir uma derradeira tentativa de comunicação – quando todas as outras falharam – de um jovem isolado em si mesmo que, perturbado e em profundo desespero, não mais vislumbra qualquer alternativa válida na vida.

<sup>6</sup> Como quadros de condutas comportamentais às quais estão subjacentes ideias, sentimentos, crenças, normas, interesses, valores, ..., estruturados em representações sociais, *emancipadas* ou *polémicas* (Moscovici, 1988), associadas a um dado grupo social, não partilhadas pela sociedade global em que o grupo se integra nem pela cultura dominante (e.g., Pais, 1996, 1998)

### **Sobre a(s) Música(s) na Adolescência**

Os sentimentos típicos dos adolescentes flutuam entre o optimismo, a cooperação entusiástica, o retraimento e a depressão pessimista (Campos, 2000). Assim os seus gostos musicais podem também variar bastante. Mais do que a preferência por um determinado grupo ou estilo musical importa, sobretudo, o modo como os diferentes gostos se interligam e os contextos em que estes mais se evidenciam. Mesmo quando um adolescente não se identifica com os cantores ou não conhece bem as letras dos temas, a música pode influir no seu desenvolvimento cognitivo, psicossocial, emocional e na sua história, isto é, no seu trajecto pessoal (Buckingham e Sefton-Green, 1998).

Nunes (1997) verificou entre jovens do ensino secundário que 92.3% ouve música todos os dias, de modo voluntário e consciente, sendo essa a sua actividade de lazer mais comum (mais de 80% ouve música muito frequentemente); 42% associa-a a distração e a prazer, e 22% afirma não poder viver sem ela; para 54% a música influi na sua personalidade, enquanto que 91% salienta que a mesma influencia o seu temperamento, 53% as suas atitudes, 46% os seus comportamentos, e 27% o seu aspecto visual. Numa população análoga, Rodrigues (1997) também constatou a relevância da música. Barros (2000) observou que para 80% dos jovens a música é importante ou muito importante na sua vida. Cabral e Pais (2003) verificaram, entre jovens portugueses dos 15 aos 29 anos, que apenas 1.1% nunca ouve música; ao chegar a casa 80% vão escutá-la e 70% estudam ou trabalham ao som da música; quase 50% prefere música agradável ou descontraída, e alegre ou divertida.

A música em geral considerada como *rock* influencia a formação da identidade (Strasburger, 1999). E observou-se uma relação entre a vulnerabilidade para o suicídio e a preferência por certos estilos, em especial por *heavy metal* (e.g., Scheel e Westefeld, 1999; Stack, 1998), também associado a comportamentos de risco (e.g., Kendall *et al.*, 1998; Stack *et al.*, 1994; Strasburger *et al.*, 1995). Por influenciar o comportamento e o estado psicológico, a música é essencial na socialização adolescente (e.g., Mills, 1996; Scheel e Westefeld, 1999; Strasburger *et al.*, 1995). “Music has many different functions in human life, nearly all of which are essentially social” (Hargreaves e North, 2000, p. 1).

As preferências musicais podem traduzir atitudes específicas que as reforçam (Pais, 1991) e os estilos ouvidos, oferecendo referências ou modelos de identificação, podem diferenciar as subculturas entre si (e.g., Rodrigues, 1997). Daí as preferências musicais serem um importante indicador para os técnicos de saúde, auxiliando-os nos cuidados primários a prestar (Brown e Hendee, 1989). Como tal, têm surgido nos últimos anos várias investigações que tentam clarificar a importância/influência da música, alertando para alguns dos seus efeitos benéficos mas, também, para alguns dos perigos causados pela sua audição ou identificação com a mesma. Nos nossos trabalhos, verificámos que os gostos musicais podem associar-se a ideação de morte, ideação de suicídio, a comportamentos para-suicidas ou suicidas (Borrhalho, 2002; Oliveira, 2004). A música evidencia muitas das representações típicas dos sentimentos, da morte, do suicídio e da vida, entre os adolescentes (Oliveira, 2004).

### **Os Efeitos da Música, da Antiguidade à Actualidade**

Em todas as épocas, grandes pensadores têm-se interessado pelos efeitos da música, atribuindo-lhe um poder imenso ou inexplicável, capaz de curar males físicos ou psíquicos. Até em culturas e civilizações mais antigas como a mesopotâmica, a persa, a egípcia, a indiana, a chinesa ou a japonesa, encontramos referências a terapias que recorrem a música e à sua ligação com os estados de espírito. Por exemplo os textos sagrados hindus “referem-nos abundantemente como os universos são criados através do som e dizem-nos (...) que o universo é a canção do seu criador” (Morais, 1990, p. 31). Os textos sagrados cristãos apresentam igualmente o Verbo como criador do Mundo. No ocidente, a utilização da música com efeitos terapêuticos teve origem na Grécia, sendo Pitágoras o seu primeiro grande mestre e impulsor. “Music and science begin at the same point, where civilization itself begins, and standing at the source is the quasi-mythical figure of Pythagoras” (James, 1993, p. 20).

Pitágoras descobriu existir uma exacta correspondência entre o mundo abstracto dos sons musicais e o mundo abstracto dos números. Ao encontrar uma base aritmética para os intervalos musicais, Pitágoras inaugurou não apenas uma teoria da música – a música das esferas – mas, iniciou também a chamada ciência moderna. Então, o Homem percebeu que as verdades universais podem ser explicadas pela investigação sistemática (e experimental) e pelo uso de símbolos, nomeadamente, através do rigor matemático (e.g., Cotte, 1991; James, 1993).

Os gregos aprenderam a usar as melodias, os ritmos e os sons para condicionar o psiquismo do ser humano e a alma, harmonizando o que não está organizado e despertando o que está encerrado no íntimo da forma (Bennet, 1986; Borges e Cardoso, 1997; Claret, 1992). Sabiam que a conjugação de certos sons tanto poderia ter um efeito destrutivo ou devastador, como criador ou mágico, ajudando cada ser a penetrar no seu interior e de lá retirar o melhor que pode dar. A música funcionava como um elo de continuidade entre o mais substancial e o mais subtil: “music and the human soul are both aspects of the eternal” (James, 1993, p. 17). Daí Platão ver na música o remédio da alma, pelo qual os sons chegam ao corpo e o influenciam. Os gregos associaram o poder da música a *ethos*, atendendo a quatro formas de temperamento humano: *etho frígio* (que excita, gera coragem e furor), *etho eólio* (que gera sentimentos profundos e amor), *etho lídio* (que produz sentimentos de arrependimento, contrição, compaixão e tristeza) e *etho dórico* (que gera estados de recolhimento e concentração).<sup>7</sup>

“Music contains in its essence a mystery: everyone agrees that it communicates, but how? (...) It is true that music is a form of symbolic language, but it is of an entirely different species than the symbolism of language” (James, 1991, p. 17). Ao estudarmos os gostos musicais dos adolescentes e as suas representações da música, verificamos poder associar significativamente os simbolismos ou imagens abstractas que estes salientam na música (e nos seus músicos preferidos), a representações sociais, concretas, da vida, da morte e do suicídio (Oliveira, 2004).

## Musicoterapia

---

<sup>7</sup> e.g., [www.gerolimich.hpg.ig.com.br/med/musi/musi01.htm](http://www.gerolimich.hpg.ig.com.br/med/musi/musi01.htm)

Sendo a Arte “a apreensão e expressão do Belo” (Morais, 1990, p. 15), é natural salientarmos na música, como forma de arte, os seus efeitos positivos. Esse é um dos objectivos da musicoterapia que, segundo a Comissão de Prática Clínica da Federação Mundial de Musicoterapia, consiste na “utilização da música e/ou seus elementos (som, ritmo, melodia e harmonia) (...) num processo para facilitar e promover a comunicação, relação, aprendizagem, mobilização, expressão, organização e outros objetivos terapêuticos relevantes, a fim de atender às necessidades físicas, emocionais, mentais, sociais e cognitivas. A Musicoterapia objetiva desenvolver potenciais e/ou restabelecer funções do indivíduo para que ele/a possa alcançar uma melhor integração intra e/ou interpessoal e, conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida pela prevenção, reabilitação ou tratamento”<sup>8</sup>. Portanto, a musicoterapia visa ajudar na harmonização do ser humano e contribuir para o seu processo de cura nas mais diversas situações, podendo “ser definida como qualquer método de tratamento das desordens psicológicas ou corporais através da música” (Costa, 1989, p. 49).

### Os Efeitos da Música na Adolescência

Sabemos há muito que “a música na infância possui efeitos duradouros sobre o desenvolvimento da psique; e o efeito da música sobre as multidões é tão conhecido hoje quanto era nas culturas do passado” (Stewart, 1987, p. 135). A música germina de uma série de circunstâncias e influências. “A época, a educação, a sociedade, a cultura, o grupo, o temperamento, ..., as modas, o contexto e outros factores determinam o que se ouve” (Oliveira, 2004, p. 47). Em qualquer caso, a música é uma “força poderosa, capaz de alterar nossa percepção e nossa cognição” (Stewart, 1987, p. 36). Logo, influi também no desenvolvimento adolescente (e.g., Buckingham e Sefton-Green, 1998; Gard, 1997).

A música tanto pode ser reparadora e construtiva, como desorganizadora e destrutiva, induzindo efeitos positivos ou negativos no ser humano. Conforme a qualidade, intensidade e frequência dos estímulos sonoros. Dada a importância da música para os adolescentes, a suposta relação de algumas músicas (e do seu conteúdo) com as condutas suicidas adolescentes tem gerado algumas pesquisas. Verificou-se que algumas músicas com o ritmo muito marcado ou forte – e aqui cabem muitos temas *rock...* e de tantos outros estilos – ainda que funcionem como estimulantes, exercem um efeito dispersivo sobre o sistema nervoso, o que dificulta ao indivíduo a sua concentração ou descontração.

Na história da música encontramos vários temas associados à morte ou ao suicídio, cujas letras foram utilizadas em notas de suicídio, mas desconhecemos a menor evidência de alguém morrer por suicídio pelo teor negativo de um tema (e.g., Borralho, 2002; Oliveira, 2004; Stack *et al.*, 1994). Encontraram-se associações entre escutar *heavy metal* e as condutas de risco, imprudentes ou suicidas (e.g., Kendall *et al.*, 1998; Scheel e Westefeld, 1999; Stack *et al.*, 1994; Strasburger *et al.*, 1995; Wass *et al.*, 1988-1989). E, para Lester e Whipple (1996), uma forte preferência por *metal*, ainda que dissociada de ideação suicida, denota uma maior probabilidade de se ter pensado em suicídio no passado. Contudo, alguns

---

<sup>8</sup> [www.targon.com.br/users/lucia/music.htm](http://www.targon.com.br/users/lucia/music.htm)



adolescentes afirmam que a sua preferência por *metal* foi a única razão pela qual não morreram por suicídio (Weinstein, 1991). Então...? “Será um estilo musical que influencia as ideias, sentimentos ou comportamentos de um jovem ou, será que esse jovem procura ouvir exactamente aquilo com que se identifica ou lhe é afim?” (Oliveira, 2004, p. 90).

Martin *et al.* (1993) verificaram entre adolescentes australianos que estes tanto ouvem as músicas preferidas quando estão contentes como tristes, e que preferem *rock* e *metal* pelos temas negativos que reflectem os seus próprios sentimentos. Se admitirmos que esse gosto musical indicia uma maior vulnerabilidade para o suicídio, admitiremos igualmente que a origem do problema esteja ainda mais nas características pessoais e familiares do que nos efeitos directos da música (e.g., Martin *et al.*, 1993). Scheel e Westefeld (1999) confirmaram que ouvir uma música (de qualquer estilo) teve um efeito positivo na disposição emocional da maioria dos adolescentes por si questionados.

Salientamos a necessidade de se abordar o significado e influência da música para os adolescentes que, associado a eventuais factores de risco pessoais, sociais e/ou familiares pode ser vistos como um sinal de alarme. Em qualquer situação, o pensar em suicídio, o querer a morte, está intrinsecamente ligado a uma vontade (quicá maior), ainda que velada, de alcançar algo diferente, de (sobre)viver, de outra forma (e.g., Oliveira, 2001, 2004; Sampaio, 2002; Saraiva, 1999; Schneidman, 1981). A maioria dos estudos realizados tem procurado relações de causalidade, supondo que ouvir um estilo prédefinido (como o *heavy metal*) pode conduzir ao suicídio. Outros têm focado a atenção nos sentimentos dos adolescentes face a certas músicas, defendendo que o modo como se sentem é determinante na escolha musical. Discordamos do enfoque nas relações de causa-efeito, pelo que nos nossos estudos considerámos ser mais relevante procurar associações significativas entre os gostos musicais dos adolescentes – perguntando-lhes directamente que autores ou grupos preferem ouvir, sem fazermos qualquer categorização prévia em estilos musicais – e aspectos como a ideação suicida, os comportamentos para-suicidas ou suicidas (Borralho, 2002; Oliveira, 2004).

Iremos a seguir abordar duas investigações empíricas, em que estivemos directamente envolvidos, acerca destas complexas e inter-relacionadas questões da música e do suicídio na adolescência.

### **Música, Preferências Musicais e Ideação Suicida na Adolescência**

“Whatever we may think or feel about our relationship to music, sound and music play an integral role in the way that we experience the world”

Robert Wyatt

No âmbito de uma monografia de licenciatura em psicologia clínica, Borralho (2002) realizou um estudo exploratório que teve como objectivos: estudar o significado, a influência da música e os gostos musicais nos adolescentes, relacionando estas variáveis com a ideação suicida; averiguar o estado emocional associado à audição do cantor/grupo que os adolescentes nomearam como favorito e

compreender a forma estes descrevem o músico favorito a nível das emoções, relacionando também estas temáticas com a ideação suicida.

Participaram neste estudo 234 estudantes de três escolas secundárias da cidade de Lisboa, sendo 58% raparigas e 42% rapazes, com idades compreendidas entre os 15 e os 21 anos (idade média de 16.7) e com a seguinte distribuição por ano lectivo: 44% no 10º ano, 31% no 11º e 25% no 12º. Em termos operacionais, considerámos como categorias distintas os grupos: sexuais (rapazes e raparigas), etários (o primeiro correspondente aos participantes de 15 e 16 anos, 50%, e o segundo àqueles com idades compreendidas entre os 17 e os 21 anos, 50%) e musicais (*New Metal*, *Rock* e *Hip/Trip Hop*)<sup>9</sup>.

Construímos o questionário com base nos objectivos do estudo, na revisão de literatura, nalguns inquéritos sobre gostos e práticas de consumo de músicas e, também, em partes de dois questionários: a versão portuguesa do Suicide Ideation Questionnaire ou Q.I.S. (Ferreira & Castela, 1999) e o *Music Survey*, utilizado por Scheel & Westfeld (1999) num estudo sobre o *heavy metal* e o suicídio na adolescência - que já referenciámos anteriormente. Trata-se de um questionário com três partes, constituído, na sua maioria, por itens de resposta fechada. A primeira parte visa perceber a relação que o adolescente tem com a música, nomeadamente qual a sua importância e o seu significado, a frequência de audição e a sua influência no que respeita ao comportamento, forma de pensar, aspecto visual, forma de sentir, personalidade e humor. A segunda parte engloba uma lista de trinta itens - cantores, grupos ou compositores -, avaliados em escalas de 1 (não gosto nada) a 5 (gosto bastante), de modo a aferir o gosto dos participantes por esses músicos - os mais referidos num pré-teste que realizámos (N= 84); foi também pedido aos participantes que nomeassem o seu músico favorito e respondessem a um conjunto de sete itens referentes à preferência musical assinalada; na última questão desta parte, pediu-se a cada sujeito para descrever a música interpretada pelo músico favorito, com base numa lista de doze sentimentos/emoções, associados a escalas de 1 a 5. A terceira e última parte do questionário é constituída por dez itens do Questionário de Ideação Suicida (Q.I.S.).

Após a validação do questionário, os dados foram recolhidos em Maio de 2002. A análise dos dados foi efectuada através de estatística não paramétrica, recorrendo-se ao teste *U* de Mann-Whitney, ao teste de Kruskal Wallis e à correlação de Spearman.

Apresentamos em seguida os resultados mais relevantes no que se refere ao estudo das variáveis correlacionadas com os itens da ideação suicida. No que respeita ao *significado da música* constatou-se que os itens que mais se correlacionam com a ideação suicida entre os rapazes são perceber a música como forma de preencher o vazio e, também entre as raparigas, como uma forma de fugir da realidade. Quanto aos grupos etários, verificou-se uma maior prevalência de correlações significativas com os itens que remetem para a ideação suicida nos jovens de 17-21 anos, nomeadamente quando se considera a música como forma de comunicação, fonte de prazer, parte da formação e vivência pessoal, fonte de inspiração, forma de exprimir as emoções e de fugir da realidade. Entre os adolescentes de 15-16 anos o

---

<sup>9</sup> Nesta categoria efectuou-se uma selecção dos participantes que nomearam um músico referido por 5 ou mais participantes da amostra total, daí resultando 13 músicos, categorizados em três estilos musicais; nestas questões trabalhou-se com 41% da amostra total (N= 96).

único item que se correlaciona com a ideação suicida é considerar a música como parte da formação e vivência pessoal. Quanto à *influência da música*, no sexo masculino e no primeiro grupo etário, o item respeitante à influência da música na forma de sentir é o que mais fortemente se associa com a ideação suicida. Esta situação é idêntica para o sexo feminino e para o segundo grupo etário à qual se acresce ainda a influência da música no comportamento, na forma de pensar, no aspecto visual e na personalidade.

Sobre os *cantores, grupos ou compositores* que são associados de modo significativo a *ideação suicida*, encontramos alguns com correlações que assinalamos: entre os rapazes, Creed, Beethoven, Marilyn Manson, Linkin Park, Offspring, Beethoven e The Doors; entre as raparigas, Metallica, Limp Bizkit, Xutos e Pontapés, Nirvana, System of a Down, Linkin Park, Marilyn Manson e Korn; entre os jovens de 17-21 anos, Incubus, Xutos e Pontapés, Limp Bizkit, Westlife, Nirvana, Da Weasel, System of a Down, Creed, Linkin Park, Beethoven, Korn, Marilyn Manson; e no grupo de jovens de 15-16 anos, encontramos apenas Da Weasel, Creed e Queen.

Quanto ao *estado emocional relacionado com a audição dos cantores nomeados como favoritos* constatámos que a categoria *New Metal* é a que mais se associa à ideação suicida, sendo de destacar correlações positivas na frequência da audição do músico favorito quando se está triste e contente. Para a categoria *Rock* verificou-se que a frequência da audição do músico quando se está triste e o facto de se ficar triste após a audição do músico favorito, são os itens que mais se correlacionam com a ideação suicida. Verificámos ainda que para o *Rock* e o *Hip-Trip Hop* apenas um sentimento se correlaciona positivamente com a ideação suicida - respectivamente, descrever a música como triste e deprimente. Os sentimentos que mais fortemente se associam a *New Metal* são descrever a música do cantor ou grupo favorito como emocionante, eufórica, inspiradora, perturbadora e relaxante.

A maioria dos adolescentes considerou a música como muito ou muitíssimo importante, o que, antes de mais, reforça o que já se verificara noutros estudos (e.g., Barros, 200; Nunes, 1997). Saliente-se também o acto de comunicação que uma música ou um cantor pode proporcionar a cada adolescente, reflectindo aquilo que este pode estar a sentir ou a pensar. Os resultados por nós obtidos indicam uma relação significativa entre algumas das variáveis estudadas e a ideação suicida nos adolescentes, pelo que é essencial não descurar a temática da música na compreensão das vivências na adolescência, podendo as preferências musicais dos adolescentes funcionar como um meio para conhecer os seus interesses, pensamentos, emoções ou sentimentos.

### **Sinfonia ou Desarmonia?**

#### **Morte, Suicídio e Música na Adolescência**

“And I forget just why I taste, Oh yeah, I guess it makes me smile  
I found it hard, it was hard to find, Oh well, whatever, nevermind  
hello, hello, hello, how low?”

Kurt Cobain (Nirvana)

Apresentamos aqui uma síntese de alguns dos principais resultados de uma investigação empírica integrada numa tese de doutoramento em psicologia social, centrada na análise das representações sociais da morte, da música e do suicídio, na adolescência (Oliveira, 2004).

Esta investigação empírica enquadrou-se na teoria das representações sociais, tal como foi proposta por Moscovici (1961, 1976). A teoria das representações sociais focaliza-se no modo como os seres humanos pensam e criam as suas realidades partilhadas, bem como no conteúdo das mesmas (Moscovici, 1981). Abrange os mais diversos fenómenos, em graus de complexidade psicológicos e sociais, articula crenças e níveis de pensamento colectivo – regularidades no plano societal e grupal – com o imaginário individual, e abarca formas de conhecimento prático, a partir das condições e conceitos donde emergem, das comunicações que as difundem e das funções que desempenham nas interacções entre indivíduos (Jodelet, 1984). As representações sociais são estruturas que associam, de forma integrada, concomitante e organizada, cognições, afectos e acções (Jovchelovitch, 1996), geradas num dado contexto social, relacionando os indivíduos com este e as suas pertenças sociais, por processos de objectivação e ancoragem, familiarizando-os com o que lhes é estranho (Moscovici, 1961, 1981, 1984). Daí facilitarem a análise das subjectividades complexas que envolvem a relação imaginária e afectiva com a morte, o suicídio e as diversas práticas, onde a música – e os gostos ou preferências musicais – ocupam um lugar central, entre os adolescentes.

Neste trabalho, para além de revermos a literatura pertinente sobre a adolescência, a morte, o suicídio e a música, considerámos contribuições da história, no que concerne às mudanças de valores, atitudes e crenças face à morte (e.g., Ariès, 1989; Oliveira, 1999) e ao suicídio (e.g., Durkheim, 1977; Minois, 1998), da psicologia e da psicopatologia, em especial as noções de sentimentos, ideação de suicídio, tentativa de suicídio, comportamento de risco, comportamento de auto-mutilação ou auto-agressão e perda, e da sociologia, designadamente certas práticas de grupo regulares entre os adolescentes, associadas às culturas juvenis. No plano metodológico, utilizámos diferentes técnicas de recolha (como a associação livre de palavras e questionários com questões fechadas) e de análise de dados (nomeadamente análises factoriais de correspondências, análises factoriais em componentes principais, análises de variância univariada e multivariada, análises correlacionais). A investigação empírica englobou duas fases, uma exploratória e outra experimental.

Entre os principais objectivos, visámos apreender e analisar, numa população adolescente, estudantes do ensino secundário, de ambos os sexos e com idades entre os 15 e os 18 anos, as representações sociais da morte, da música e do suicídio, explorar a relação entre contextos (através de filmes, textos e músicas) e estas mesmas representações, e articular os gostos musicais com os seus pensamentos, sentimentos, crenças e imaginário simbólico, associados à morte e ao suicídio.

Na fase exploratória, fizemos uma primeira recolha dos gostos ou preferências musicais dos participantes, apreendemos as dimensões significantes das representações da morte, do suicídio, da

música e da vida, e analisámos a forma como estas se podem aproximar, relacionar ou distinguir. A tristeza foi a única dimensão significativa em todas as categorias de representações encontradas, o que se relaciona com a intensa vivência emocional e as dificuldades típicas da adolescência. A música evidenciou-se, sobretudo, como meio privilegiado de expressar ou partilhar emoções, estando muito associada a uma visão hedonista da vida, em relação à qual se sobrevaloriza o prazer, a felicidade e a diversão, o convívio, as relações familiares, os amigos e o amor – sem que se deixe de assinalar, para além da tristeza já referida, o trabalho, a morte e os problemas. Dos resultados aqui obtidos derivámos os indicadores analisados na fase experimental.

Realizámos três experiências que tiveram como variáveis independentes comuns o sexo, a idade e o contexto experimental. Nas duas primeiras centrámo-nos, em particular, nas representações da morte e do suicídio e, na terceira, nas representações do suicídio e da música, relacionando-as com os sentimentos, as preferências musicais e outros indicadores como a ideação de morte, a ideação de suicídio, a tentativa de suicídio, os comportamentos para-sucidas e suicidas.

Relativamente à morte encontrámos dimensões associadas a pensamentos ou sentimentos de mal-estar, ao medo, à tristeza, ao ritual funerário, à proximidade com o «outro» (familiar ou amigo), às causas, à continuidade e transcendência, à interrogação e à incontrolabilidade da morte. A morte foi mais fortemente representada como «um fim» do que como «o fim». Entre as representações mais significativas do suicídio, salientaram-se sobretudo as que remetem para o mal-estar, a tristeza, a infelicidade e o medo, a compaixão perante o suicida e a debilidade que a ele se associa, as causas do suicídio, bem como o suicídio como resolução ou morte violenta. O gesto suicida destaca-se como um apelo, uma solução ou fuga face às dificuldades ou problemas, uma desistência ou negação da vida, um acto desesperado e de sobrevivência. No que se refere à música, evidenciaram-se, quer dimensões ligadas ao bem-estar, ao prazer, aos afectos, à descontração, ao divertimento e à vida, quer ao mal-estar, à tristeza e à apreensão; também daqui se pode deduzir que a música tanto é importante nos momentos melhores como nos menos bons. Porém, em termos gerais, a música é mais associada a pensamentos, sentimentos ou imagens positivas do que negativas, o que igualmente concorda com resultados de estudos anteriores (e.g., Scheel e Westefeld, 1999).

Os contextos experimentais foram operacionalizados através de imagens (três pequenos filmes que mostram a morte de uma pessoa em diferentes situações<sup>10</sup>) na primeira experiência, textos (duas cartas de suicídio, uma de um jovem anónimo no contexto de jovem desconhecido, e a outra de Kurt Cobain no contexto de jovem conhecido) na segunda, e músicas (duas, previamente testadas, das preferidas pelos adolescentes: uma, *Beautiful Day* de U2, associada a uma ideação positiva da vida, e outra, «Jeremy» de Pearl Jam, associada a uma ideação negativa da vida e ao suicídio) na terceira experiência. Em qualquer dos estudos, para além das condições em que os sujeitos tinham um destes estímulos, houve ainda uma

---

<sup>10</sup> rodeada de familiares e amigos no contexto privado ou familiar (excerto do filme “Laços de Ternura”), rodeada de profissionais de saúde no contexto público ou hospitalar (excerto do filme “Cidade da Alegria”), e sozinha após ter disparado sobre si mesma no contexto de morte por suicídio (excerto do filme “Clube dos Poetas Mortos”).

condição controlo, onde os participantes responderam ao questionário proposto sem existir qualquer estímulo prévio (filme, carta de suicídio ou música).

Observámos uma acentuação do mal-estar nas condições experimentais, em especial entre as raparigas, que denotaram uma maior proximidade afectiva com a morte e o suicídio. Os filmes e os textos suscitaram nos participantes uma maior saliência dos sentimentos perante o fim de vida, tornaram a realidade da morte e do suicídio mais próxima e verosímil, dando-lhes uma face ou uma razão. As imagens acentuaram a solidão, a compaixão e a inevitabilidade da morte. As cartas de suicídio suscitaram maior temor, pesar, desesperança e impotência do que as imagens. As músicas também influenciaram no temor face ao suicídio, fortemente representado como uma fuga ou resolução.

Encontrámos várias representações sociais associadas às pertenças sociais dos jovens. Por exemplo, as raparigas salientam mais do que os rapazes sentimentos ou pensamentos de compaixão, medo, perda e mal-estar e um sentido ritualista na morte e, em especial, maior tristeza, medo e compaixão face ao suicídio. Elas, mais do que eles, relevam a música como divertimento e prazer mas, também, como apreensão, fonte de relações afectivas e convivência. Os rapazes, na generalidade das situações, revelam maior motivação do que elas. Os adolescentes de 17 e 18 anos expressam maior proximidade do «outro» perante a morte e, em geral, maior compaixão, medo e mal-estar – em especial face ao suicídio –, do que os de 15 e 16 anos. Os jovens que já tiveram ideação suicida têm menos medo e pesar face à morte e mostram-se mais consternados, sós, revoltados e compassivos perante o suicídio, observando-o como uma fuga ou resolução aceitável; somente os que não tiveram ideação suicida salientam a debilidade do suicida/suicídio.

Entre os gostos musicais dos adolescentes, observamos variações conforme o momento em que os dados são recolhidos. As preferências musicais reflectem “o que se ouve em casa; o que o grupo de colegas ou amigos prefere; o que se ouve na rádio, na televisão ou através de qualquer *media*; o que se ouve em festas, bares, discotecas ou outros locais de convívio; a música que está nos *tops*; a música (e nalguns casos, é fundamentalmente o autor ou o grupo) de que se gosta e com a(o) qual existe algum tipo de identificação ou proximidade; *etc*” (Oliveira, 2004, p. 249). O mais importante é perceber o que a música veicula, em termos de som, das letras ou dos poemas. Consideramos existirem “preferências por convicção (que se apreciam mesmo, em muitos momentos e situações) que não dependem de modas, e preferências ocasionais, circunstanciais ou sazonais (e.g., algo que se ouve enquanto está no *top*, é moda, passa na rádio ou se dança na discoteca)” (Oliveira, 2004, p. 249). Não definimos *a priori* os estilos musicais (e.g., *rock*, *heavy metal*). “Questionámos os jovens sobre o que gostam de ouvir e, das suas respostas, resultou uma lista com os seus grupos e músicos preferidos, que foi incluída nos instrumentos de medida que utilizámos nos estudos experimentais. A partir das respostas dos adolescentes nesses estudos «reconstruímos» os estilos musicais, de acordo com as características e significados associados aos grupos, ao tipo de música e ao que a mesma transmite” (Oliveira, 2004, p. 407). Sendo difícil associar cada nome a um só estilo (e.g., Barros 2000; Borralho, 2002), admitimos que alguns possam pertencer a mais do que um estilo musical.

Entre 1999 e 2002, período em que os dados foram recolhidos, no decorrer dos quatro estudos efectuados nesta investigação, questionámos 1226 adolescentes. Encontrámos algumas preferências que podemos designar como convictas: grupos como Nirvana, Pearl Jam, U2, Offspring, Smashing Pumpkins e, de modo não tão acentuado, Lenny Kravitz, Xutos e Pontapés, Silence 4, Green Day, Metallica, Alanis Morissette, REM, Queen ou The Doors, surgiram, em todos os estudos, entre as 25 maiores preferências dos adolescentes, o que revela uma certa continuidade. Outros grupos surgiram também em quase todos os estudos (por exemplo, Marilyn Manson) e muitos apareceram apenas ocasionalmente. Os resultados aqui obtidos estão próximos dos encontrados por Borralho (2002).

Verificámos que as preferências musicais mais consensuais são o *rock/grunge*, o *punk/rock* e o *pop/rock*. Os maiores adeptos de *pop rock* e *trip-hop/pop*, apreciam também os outros estilos. “Mas, quem mais prefere *new metal/punk* e *rock/metal*, só gosta ainda de *grunge*, estilos mais associados a tensão, contestação ou discursos ideológicos, e menos gosta (ou não gosta) de música *pop*, numa lógica de demarcação simbólica” (Oliveira, 2004, p. 414). Em geral os rapazes gostam mais de *metal*, *rock/metal* e *new metal/punk* do que as raparigas e, estas, tal como os sujeitos que nunca pensaram em suicídio, são maiores adeptas do que os rapazes de *pop/português*, para além de *dance/pop*, *trip-hop/pop*, música mais leve, alegre, romântica ou dançável (e.g., Barros, 2000; Borralho, 2002; Nunes, 1997), preferências associadas a uma diminuição de comportamentos de risco.

Quanto mais frequentes são as ideias de suicídio, maior é o gosto por música mais pesada<sup>11</sup>, *rock/grunge*, *metal* e *new metal*, evidente sobretudo entre os mais novos, principalmente nos rapazes, o que confirma resultados de outros estudos (e.g., Borralho, 2002; Roberts *et al.*, 1998; Scheel e Westefeld, 1999). “No entanto, entre os que não pensam em suicídio este gosto tende a esbater-se à medida que se aproximam da idade adulta e se volvem mais maduros, enquanto que os adolescentes que continuam a ter ideias de suicídio terão maior tendência para manter este gosto musical” (Oliveira, 2004, p. 423). Quanto maior a preferência por *metal*, *new metal/punk* e *rock/grunge*, mais frequentes são os comportamentos auto-agressivos (e.g., Kendall *et al.*, 1998; Stack *et al.*, 1994; Strasburger *et al.*, 1995). O maior gosto por *rock/grunge* realça não só mais ideias de suicídio, como maior desejo de morrer e eventuais tentativas de suicídio, sendo mais associado à ira, tensão, mal-estar, medo, assim como à compaixão e ao suicídio como fuga ou resolução. O *punk rock* também se associa a mal-estar e ao ritualismo da morte.

Destacamos que nesta população adolescente cerca de 40% afirmou já ter tido comportamentos de risco, perto de 35% referiu já se ter auto-mutilado ou auto-agredido, perto de 7% fez pelo menos uma tentativa de suicídio e cerca de metade já teve ideação suicida (em 30% dos casos várias ou muitas vezes) e, também, proximidade com situações de suicídio – cerca de 45% conhece uma pessoa que cometeu ou tentou o suicídio (Oliveira, Amâncio e Sampaio, 2001; Oliveira, 2004).

### **Comportamentos Auto-destrutivos no Mundo da Música - o caso de Kurt Cobain**

---

<sup>11</sup> e menor é o gosto por *dance/pop*

“Não partas ainda em silêncio, Eu bem tentei... o melhor que posso  
Que vergonha eu tenho das coisas que fiz, Que vergonha eu tenho do que sou (...)  
Isolamento, isolamento... Onde fica o fim?”  
Ian Curtis (1980)<sup>12</sup>

A influência de determinados cantores ou grupos musicais nos adolescentes é notória mas tem sido insuficientemente estudada. Alguns artistas são conhecidos pelos seus excessos comportamentais que, por um lado, são passíveis de ser julgados e condenados pela opinião pública mas, por outro, poderão ser imitados pelos jovens *fans* que vêem no seu ídolo um exemplo ou uma referência a seguir. O uso e abuso de drogas e de álcool são as situações mais referidas pela imprensa, ao divulgar os momentos menos felizes de alguns artistas que têm em comum um percurso marcado por uma grande potencialidade artística e uma vivência caracterizada por comportamentos suicidas ou para-suicidas. Contudo, é improvável que o desejo intenso de imitar outrém seja suficiente para fazer com que alguém se suicide (e.g., O'Connor e Sheehy, 2000). Ainda assim, o risco de imitação parece aumentar com a identificação, admiração ou proximidade afectiva sentida com o suicida (e.g., Macfarlane e McPherson, 2001; Sampaio, 2002) e com o facto de ser uma pessoa famosa (e.g., Jonas, 1992). A “relação de amizade com um potencial suicida constitui uma componente significativa ao risco de assumir um comportamento suicida imitativo” (Almeida, 2000, p. 46).

Existem vários casos de conhecidos músicos que morreram por suicídio ou por uma morte dita «acidental», na sequência de repetidos comportamentos para-suicidas. Janis Joplin protagonizou uma dessas situações. Era conhecida como uma mulher marcada por uma vivência infeliz que “não cantava canções tristes, mas sim a sua própria tristeza” (Jacobs, 1990). Durante a sua adolescência foi gozada, criticada e rejeitada, tentou afogar o seu sofrimento no álcool e, mais tarde, tornou-se dependente das drogas. Acabou por falecer vítima de uma *overdose* de heroína, que se julgou acidental, pois passava por um momento feliz da sua vida. Algo de semelhante sucedeu com Jim Morrison, o mítico líder dos The Doors e uma das figuras mais exuberantes do mundo da música, que não tinha pudor em assumir o que pensava, persistindo até hoje dúvidas acerca da causa da sua morte, considerada acidental. Sid Vicious (Sex Pistols), Ian Curtis (Joy Division) e Kurt Cobain (Nirvana) são outros nomes amplamente conhecidos, ligados, entre outros, pelo facto de terem cometido suicídio bastante novos, deixando nas suas músicas o reflexo da sua rebeldia, tristeza ou agonia.

Kurt Cobain (Nirvana) merece-nos aqui uma anotação mais pormenorizada. Antes de mais por constituir, ainda hoje, uma das maiores referências para muitos adolescentes, conforme nós verificámos, continuando *Nirvana* no *top* das preferências dos jovens portugueses (Borrvalho, 2002; Oliveira, 2004).

---

<sup>12</sup> Ian Curtis enforcou-se em casa a 18 de Maio de 1980, com 23 anos... 25 anos após a sua morte, a sua influência, constante nos *New Order*, continua a ser importante, o seu trabalho, a sua poesia crua, profunda e melancolicamente bela, numa contínua reflexão acerca da existência humana, mereceria, certamente, um alargado destaque... que não cabe neste contexto.



Numa população de adolescentes de Lisboa, *Nirvana* surgiu mesmo como a maior preferência musical (Oliveira, 2004)... apesar do grupo ter deixado de existir, oficialmente, há 11 anos, após a morte de Kurt Cobain em Abril de 1994. Kurt Cobain é um dos músicos mais referidos quando se abordam questões relacionadas com os comportamentos auto-destrutivos.

Desde cedo que Kurt Cobain se viu rodeado de problemas familiares que culminaram com a separação dos seus pais quando tinha 7 anos. Kurt diria que a sua infância tinha sido feliz até aí, mas após essa separação sentiu muita tristeza, agressividade, desejo de morrer e de matar. Kurt era considerado um miúdo irrequieto, acabando por desligar-se da vida escolar. Sentia-se inferior aos colegas da escola e não encontrava amigos de quem gostasse, pois os seus gostos diferiam dos gostos dos colegas. Passava a maior parte do tempo sozinho, a ouvir música e a pintar. Aos 14 anos começou a escrever poesia e recebeu uma guitarra como presente. O *punk* foi a sua primeira referência, um “remédio maravilhoso”, por ser diferente do que ouvira antes e por exprimir a raiva e alienação. Kurt envolveu-se com o cenário musical de Seattle, a sua cidade natal. Nas palavras do seu avô, que o conheceu bem, Kurt era um rapaz inteligente, calado, tenaz, generoso e sensível, capaz de se sacrificar para proteger alguém ou para lhe levar algum conforto – no fundo, talvez fosse isso mesmo que ele, sentindo-se incompreendido e abandonado, procurava para si próprio. O avô refere “que via no Kurt uma nobreza que nunca tinha encontrado em mais ninguém durante os seus setenta anos de vida... ele era o flautista mágico da compaixão” (Lisboa, 1998, pp. 96-97). Mais tarde, os colegas de grupo e outros que o contactaram de perto, reconheceram-lhe estas mesmas qualidades.

É no final de 1986 que se formam os Nirvana<sup>13</sup> com os três elementos definitivos. A sua história é por demais conhecida. Em 1991, após mudança de editora e chegados ao 2º álbum, *Nevermind*, os Nirvana tornam-se um ícone internacional, um símbolo da geração denominada *grunge* e uma das mais aclamadas bandas do mundo, sendo *Nevermind* considerado como um dos melhores discos de *rock* de sempre (e o primeiro de *punk rock* a vender mais de 10 milhões de cópias). Este sucesso foi repentino e indesejado, pois o carácter comercial da música e a “indústria da fama” era algo com o qual o grupo não se identificava, preferindo que a sua música se dirigisse apenas àqueles que a pudessem sentir e compreender na íntegra. Kurt Cobain vê-se subitamente invadido e explorado pelos *media* e pela indústria comercial, que se encarregaram de estampar o seu rosto em tudo o que fosse vendável (t-shirts, posters, *etc.*) e expor a sua vida privada por todos motivos e meios. Kurt foi incapaz de lidar com a situação. As drogas atrapalharam a sua vida profissional, social e pessoal, e a sua tendência depressiva evidenciou-se, tal como a conduta suicida. O casamento com Courtney Love, em 1992, e o nascimento posterior da filha, mostrou temporariamente um Kurt mais calmo, disfarçando o seu progressivo desequilíbrio. Em 1993 a banda grava *In Utero*, um álbum composto por melodias simples e directas que denotam angústia e indignação, e surgem rumores de uma nova recaída. A 2 de Fevereiro de 1994 a banda parte para uma tournée europeia mas, após um concerto em Roma, resolve suspender as actuações

---

<sup>13</sup> segundo a Teosofia, nirvana é o paraíso eterno, o plano divino, um estado de glória incomensurável, impossível de entender se não o atingirmos

e descansar devido aos problemas de saúde de Kurt, novamente fragilizado, até pelos problemas de estômago que desde há muito o faziam sofrer.<sup>14</sup>

A 4 de Março de 1994 Kurt é encontrado inconsciente num quarto de hotel por Courtney, com uma *overdose* de tranquilizantes misturados com champanhe. A banda divulgou este facto como um acidente mas após a descoberta de uma carta de despedida verificou-se a intenção suicida. As pessoas mais próximas perceberam que a situação era muito grave e convenceram Kurt a voltar para Seattle e a ingressar num centro de recuperação. Mas a 8 de Abril de 1994, na sua própria casa, Kurt suspende a representação. É encontrado morto, com um tiro (e de acordo com a perícia médica só a heroína que se encontrava no seu corpo teria sido suficiente para o matar). A seu lado uma arma... e uma carta de suicídio tão bela quão triste e profunda. Talvez ainda não bem compreendida...

“Sou demasiado sensível. Oh, precisava de ser um pouco mais insensível para reconquistar um pouco do entusiasmo que sentia em criança. (...) Há qualquer coisa de bom em cada indivíduo. Só que eu amo demasiado as pessoas. Amo-as tanto que isso me faz sentir demasiado... triste (...) Foi belo, muito belo e estou-vos grato por isso. Mas, desde os sete anos, desenvolvi um profundo ódio no que diz respeito aos seres humanos em geral... e isto só porque amo demasiado e experimento sentimentos demasiado fortes pelas pessoas, pelo menos eu acho. Agradeço-vos a todos do fundo do meu estômago queimado de náusea pelas vossas cartas e por se terem preocupado comigo durante os anos passados. Sou uma pessoa demasiado sensível e de humores e, agora, não experimento mais nenhuma paixão. Assim, recordem-se que é melhor arder numa só labareda do que enferrujar a pouco e pouco. Paz. Amor. Empatia. Kurt Cobain”, citado por Lisboa (1998, p. 83).

### **Considerações Finais**

Actualmente, ainda que a morte seja intimamente sentida no seio familiar perdeu-se o direito de afirmar. Um desgosto muito visível pode ser mórbido e inspirar repugnância. Em especial a morte por suicídio, converteu-se no nosso maior tabu (e.g., Bradbury, 1999; Kastenbaum, 2001; Oliveira, 1999, 2004; Oliveira e Amâncio, 1998, 1999; Shneidman, 1996). A morte expõe-nos, afronta-nos, numa sociedade que deprecia a imaginação, instiga ao prazer, felicidade e glória efémeras, onde mais importa parecer do que ser. “É nos heróis, líderes ou famosos que mais nos revemos e lamentamos a fatalidade que nos aguarda. Se a morte, na geralidade, é silenciada ou, nalguns casos, alvo da maior (espectacularidade e) banalização, nomeadamente pela *sétima arte* e pelos *media*, (...), no caso destas pessoas (mitificadas), a morte é glorificada” (Oliveira, Amâncio e Sampaio, 2004, p. 73).

O suicídio de alguém como Kurt Cobain, que não esteve fisicamente presente na vida de milhares de adolescentes mas que através das suas músicas proporcionou, certamente, a partilha de momentos de euforia, raiva, admiração, compaixão ou isolamento, foi marcante, ainda que não inesperado, pois Kurt era, desde a sua infância conturbada, uma pessoa muito só e melancólica, que aos poucos foi perdendo a

---

<sup>14</sup> Nas suas notas ele confessa que chegou a deixar de fumar e de beber, fez dieta, tentou vários medicamentos mas nenhum aliviou aquela dor e mal-estar terríveis; a certa altura descobriu que a heroína era a única coisa que abafava um pouco a dor e que não era viciado (Lisboa, 1998).

esperança na vida. Kurt poderá representar qualquer adolescente revoltado e desesperado, que encontra na música a razão de viver e, eventualmente, de morrer.

Esta conspiração do silêncio à volta da morte, apenas sonantemente estilhaçada, pontualmente, pela perda de uma figura célebre, não deixa de confundir e desorientar, “enquanto cada jovem está a construir uma identidade e tanto se questiona sobre a morte e a vida, e como, num movimento de autonomia, procura incessantemente referenciais, na família, no grupo, nas figuras que conhece e nos ídolos que admira, por exemplo no desporto, no cinema ou na música. (...) Entre a glorificação desmedida e a interdição irracional generalizada, estas representações ambivalentes da morte não deixarão de o influenciar e ter alguma repercussão” (Oliveira, 2004, pp. 103-104).

Actualmente, o suicídio já não é um crime. Porém, no caso da pessoa comum, perdura como uma vergonha... ou perda a lamentar mas a esconder. Na imperiosa necessidade de reflectir sobre questões como o suicídio, e na impossibilidade de as abordar – com os pais, professores ou amigos –, o que resta ao adolescente? Quiçá “na vivência intensa das dúvidas e pressões inerentes a crescer, na busca dos valores e limites, um modo de se experimentar, conhecer, apelar aos outros e a uma sociedade envergonhada na sombra da morte, é testar-se, arriscar além daquilo que é norma social, transgredir a sua própria segurança para ver até onde consegue chegar, nomeadamente através de comportamentos de risco” (Oliveira, 2003, p. 93). Daí o risco adolescente ser glorificado, tanto no círculo de colegas e amigos, como, de modo global, no seio de uma sociedade sempre obcecada pela juventude e pelo domínio inatingível sobre a morte e a vida, aspirando à imortalidade.

No limite, a tentação pelo risco pode agravar-se e volver-se tentativa suicida deliberada. O gesto suicida adolescente traduz sempre uma intolerável dor interior de quem perdeu a esperança e não suporta mais a tensão – interna e externa – nem encontra uma alternativa válida pela vida. Em desespero, na busca de uma definição para si mesmo e de uma saída viável, desafia a morte e arrisca-se a morrer para tentar (sobre)viver, ganhar algum ânimo e direito à vida (Oliveira, 2001, 2004).

Na ânsia de querer perceber a vida, o adolescente deve morrer para a criança que tem sido e nascer para o adulto que há-de ser, sem cair no abismo da auto-destruição. Deve caminhar da família para o grupo e, mais tarde, formar uma nova família. Mas este destino, ainda que feito de encontros familiares e sociais, é muito solitário e complexo. Da euforia à melancolia, da partilha exaltada ao isolamento, e vice-versa, pode distar um pequeno passo nas vielas cruzadas de um caminho sempre difícil, repleto de múltiplos acontecimentos, tentativas, oscilações, tropeções e transformações.

Tudo pode assumir dimensões exageradas que influem no desenvolvimento físico, cognitivo, emocional, psicológico e social. Qualquer adolescente pode sentir-se, com frequência, ansioso ou deprimido, sem que isso signifique que deseja morrer ou matar-se. Kurt Cobain poderá ter sugerido isso numa simples pergunta: “*Hello, how low?*”. É também neste percurso árduo que o jovem caminhante mais precisa de apoio. Ele pode esconder-se julgando proteger-se do mundo exterior que sente como hostil, ou pode manifestar-se de modos diversos, vestindo a *persona* que mais se ajusta à sua estratégia

de sobrevivência. Mas como (e porquê) ignorar as emoções exaltadas e as dúvidas inadiáveis que lhe incendeiam a mente, ávida de referências?

Tantas vezes, os únicos amigos que o acompanham nesta demanda por respostas, sem o abandonar, encontram-se através de um poema, um livro, ou, simplesmente, no interior de um CD ou de um ficheiro de mp3, que escrupulosamente se guarda e escuta, cujos sons o delicias, ou cuja voz, o alenta, entende, apazigua e conforta: “I don’t question, our existence, I just question, our modern needs”.<sup>15</sup> Então, os gostos musicais dos adolescentes – como janelas que se nos abrem para o seu íntimo – e a sua maneira de pensar e sentir a música, podem dar-nos indícios importantes acerca do modo como eles representam a vida, a morte e o suicídio.

Como nós verificámos, os gostos musicais articulam-se e interligam-se com os pensamentos, sentimentos, crenças e imaginário simbólico da morte e do suicídio, bem como com os comportamentos suicidas e para-suicidas (Borrvalho, 2002; Oliveira, 2003). A música liga-se quer a práticas regulares individuais quer grupais. As preferências musicais podem aludir a atitudes que reforçam as representações partilhadas, prevalecentes sobre o que distingue os indivíduos, e podem diferenciar subculturas, oferecendo modelos de identificação, integração ou diferenciação social (e.g., Barros, 2000; Pais, 1991; Rodrigues, 1997). Por exemplo, as idas aos concertos, mais do que práticas de socialização, tornam-se em rituais de importância inigualável. Parece-nos que mais importante do que conhecermos a banda, o músico ou o estilo de música preferido por um adolescente ou um grupo de adolescentes, num dado momento, será contextualizar os seus gostos musicais, perceber em que situações emergem, que tipo de preferências são na realidade, e como se relacionam com os seus gostos, ainda que menos acentuados ou circunstanciais, por outros estilos musicais; e, não menos importante, verificar como evoluem as preferências musicais ao longo do tempo.

Algumas pesquisas recentes, em particular nos domínios da musicoterapia, demonstram o poder e a influência que a música pode ter na vida humana, nomeadamente na educação, na cura de certas doenças mentais, no relaxamento e na concentração ou, ainda, no desenvolvimento da inteligência, das capacidades criativas e, acrescentamos nós, na compreensão e prevenção dos comportamentos suicidas e para-suicidas. A música tem “qualidades que permitem a todos (...) aceder ao universo dos símbolos e das representações que ajudam a superar, ou mesmo a reagir, à banalidade dos dias do quotidiano” (Abreu, 2000, p. 145). Quem escuta uma canção rapidamente deixa de ser ouvinte, pois o som cria um ambiente conducente à abstracção (Avanzini, 1980) e, mesmo no abstracto, ela liga-se, ou liga-nos, a quem a compôs e ao mundo em que vivemos.

Tentando adaptar as palavras de Camões, transforma-se o ouvinte na música ouvida.<sup>16</sup> O ouvinte e o músico, através da música, dão lugar a algo mais do que a soma das partes, algo que os liga entre si e com as ideias e sentimentos partilhados. O músico que penetra no fundo de si mesmo. tenta encontrar a

---

<sup>15</sup> excerto do tema *Garden*, de Pearl Jam, na voz de Eddie Vedder, um dos ídolos e das maiores preferências de muitos adolescentes (e.g., Borrvalho, 2002; Oliveira, 2004), sucessor natural de Kurt Cobain, como o próprio chegou a dizer

<sup>16</sup> num dos seus mais belos sonetos, a propósito do amor e do amante, Camões escreveu: “Transforma-se o amator na cousa amada”

musicalidade íntima do seu ser e de todos os seres (Morais, 1990). Na verdade, em qualquer estilo, a música reflecte muito sobre quem a compõe e não menos sobre quem a refere ou a escuta, atentamente. A música pode comunicar aquilo em relação ao qual as palavras, emoções e pensamentos são insuficientes e limitados. A isso aludiu o escritor Aldous Huxley: “a música é, depois do silêncio, a melhor forma de expressar o inexpressável”.

Só que, mesmo o silêncio «vibra», tem vida. Ou, como afirma o músico John Cage, “não existe silêncio total porque há sempre algo que emite um som”... E é esse som que podemos tentar escutar, mesmo no olhar dos adolescentes distantes e que, receosos ou desesperados, hesitam em falar. “O suicídio é a única saída quando uma pessoa está num mundo desconhecido e quando a única ‘música’ que ouvimos é a da solidão”, disse-nos uma jovem de 17 anos (Oliveira, 2004). Sendo a música afim dos pensamentos, sentimentos e comportamentos, em qualquer momento, ela pode ser um bom meio de estabelecer uma comunicação, de nos darmos a conhecer, mutuamente, de nos ligarmos e harmonizar-nos com a vida. Afinal, a vida é, em si mesma, movimento e música.

### Referências:

- Abreu, P. (2000). Práticas e consumos de música(s): ilustrações sobre alguns novos contextos da prática cultural. *Revista crítica de ciências sociais*, 56, 123-147.
- Almeida, A. (2000). Efeito de Werther. *Análise Psicológica*, XVIII, 1, 37-51.
- Ariès, P. (1989). *História da Morte no Ocidente*. Lisboa: Teorema.
- Ariès, P. (1992). *O Homem perante a morte (I e II)*. Lisboa: Publ. Europa- América.
- Avanzini, G. (1980). *O tempo da adolescência*. Lisboa: Edições 70.
- Barros, C. (2000). *Música e Juventude*. Lisboa: Vulgata.
- Bennet, R. (1986). *Uma breve História da Música*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Borges, M. & Cardoso, J. (1997). *História da Música*. Mem Martins: Ed. Sebenta.
- Borralho, C. (2002). Música, Preferências Musicais e Ideação Suicida na Adolescência. *Monografia de Licenciatura em Psicologia Clínica*. Lisboa: Instituto Superior de Psicologia Aplicada.
- Bouça, D. (1997). *Madrugada de lágrimas - Depressão na adolescência*. Porto: Edinter.
- Braconnier, A. & Marcelli, D. (2000). *As mil faces da adolescência*. Lisboa: Climepsi.
- Bradbury, M. (1999). *Representations of Death*. London and New York: Routledge.
- Bricklin, M. (1983). *Musicoterapia*. São Paulo: Círculo do livro.
- Brown, E. & Hendee, W. (1989). Adolescents and their music: Insights into the health of adolescents. *Journal of the American Medical Association*, nº 262, 1659-1663.
- Buckingham, D. & Sefton-Green (1998). Series Editors' Preface. In C. Richards (Ed.), *Teen Spirits - Music and Identity in Media Education*. London: UCL Press.
- Bunt, L. (2000). Clinical and therapeutic uses of music. In D. Hargreaves & C. North (Eds.), *The Social Psychology of Music*. Oxford: Oxford Univ. Press.
- Cabral, M. & Pais, J. (Eds.) (2003). *Condutas de risco, práticas culturais e Atitudes perante o Corpo - Resultados de um inquérito aos jovens portugueses em 2000 (Col. Estudos Sobre Juventude, 4)*. Oeiras: Celta/SEJ (no prelo).
- Campos, D. (2000). *Psicologia da Adolescência*. Petrópolis: Vozes (17ª ed.).
- Claret, M. (1996). *O poder da música*. São Paulo: Martin Claret.
- Clerget, S. (2001). *Não estejas triste meu filho*. Porto: Ambar.
- Cook, N. (2000). *Music - a very short introduction*. Oxford: Oxford Univ. Press.
- Costa, C. (1989). *O despertar para o outro: Musicoterapia*. São Paulo: Sumus.

- Cotte, R. (1991). *Música e Simbolismo*. São Paulo: Cultrix.
- Crepet, P. (2002). *A dimensão do vazio*. Porto: Ambar.
- Durkheim, E. (1977). *O suicídio*. Lisboa: Presença (orig. 1897).
- Ferreira, J., & Castela, M. (1999). Questionário de Ideação Suicida (Q.I.S.). In Simões, L., Gonçalves, M., & Almeida, L. (1999). Testes e provas psicológicas em Portugal (pp. 123-130). Braga: APPORT/SHO.
- Fleming, M. (1993). *Adolescência e autonomia - o desenvolvimento psicológico e a relação com os pais*. Porto: Afrontamento.
- Flórido, J. (1997). *Pietro Ubaldi: Profeta da Nova Era* (col. Omnia). Lisboa: C.L.U.C..
- Fonseca, H. (2002). *Compreender os adolescentes*. Lisboa: Presença.
- Frankel, R. (1999). *The adolescent psyche*. New York: Routledge.
- Freire, T. & Soares, I. (2000). O impacto psico-social do envolvimento em actividades de lazer no processo de desenvolvimento adolescente. *Psicologia: Investigação e Prática, 1*, 23-40.
- Gard, C. (1997). Music'n'Moods. *Current Health, 2*, 24-26.
- Geldard, K. & Geldard, D. (2000). *Counselling Adolescents*. London: SAGE.
- Halpern, S. (1995). *Som, saúde, magnetismo e força*. Rio de Janeiro: Tekbox.
- Hargreaves, D. & North, C. (2000). The social psychology of music. In D. Hargreaves & C. North (Eds.), *The Social Psychology of Music*. Oxford: Oxford Univ. Press.
- Jacobs, P. (1990). *A morte no rock 'n roll*. Amadora: Distribuidora de Livros Bertrand Lda.
- James, J. (1993). *The Music of the Spheres*. London: Abacus.
- Jodelet, D. (1984). Les représentation sociales: phénomènes, concept et théorie. In S. Moscovici (Ed.), *Psychologie Sociale*, Paris: PUF.
- Jonas, K. (1992). Modeling and suicide: a test of the werther effect. *British Journal of Social Psychology, 31* (4), 295-306.
- Jovchelovitch, S. (1996). In Defence of Representations. *Journal for the Theory of Social Behaviour, 26* (2), 121-135.
- Kaplan, L. (1984). *Adolescence: The farewell to childhood*. New York: Simon & Schuster.
- Károlyi, O. (1988). *Introdução à Música*. Rio de Janeiro: Salvat Editores.
- Kastenbaum, R. (2001). *Death, Society and Human Experience*. Boston: Allyn & Bacon (7<sup>th</sup> ed.).
- Kendall, R. et al. (1998). Adolescent Emotional Response to Music and Its Relationship to Risk-Taking Behaviors. *Journal of Adolescent Health, 23*, 49-54.
- Kübler-Ross, E. (1991). *Sobre a morte e o morrer*. São Paulo: Liv. M. Fontes (4<sup>a</sup> edição).
- Laufer, M. (2000). *O adolescente suicida*. Lisboa: Climepsi.
- Lester, D. & Whipple, M. (1996). Music Preference, Depression, Suicidal Preoccupation, and Personality: Comment on Stack and Gundlach's Papers. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 26* (1), 68-70.
- Lightfoot, C. (1997). *The culture of adolescent risk-taking*. New York: Guilford Press.
- Lisboa, J. (1998). *Kurt Cobain: Odeio-me e quero morrer*. Assírio e Alvim, Lisboa.
- Macfarlane, A. & McPherson, A. (2001). *Adolescentes: da agonia ao ecstasy*. Lisboa: Publ. Europa-América.
- Malatesta, C. & Kalnok, M. (1984). Emotional experience in younger and older adults. *Journal of Gerontology, 39*, 301-308.
- Marcelli, D. (2002). *Os estados depressivos na adolescência*. Lisboa: Climepsi.
- Martin, G., Clarke, M., & Pearce, C. (1993). Adolescent suicide: Music preference as an indicator of vulnerability. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry, 32* (3), 530-535.
- McFarland, R. (1984). Effects of music upon emotional content of TAT stories. *Journal of Psychology, 116*, 227-234.
- Mills, B. (1996). Effects of Music on Assertive Behavior During Exercise by Middle-School-Age Students. *Perceptual and Motor Skills, 83*, 423-426.
- Minois, G. (1998). *História do suicídio*. Lisboa: Teorema.
- Morais, F. (1990). *A essência da arte*. Lisboa: Centro Lusitano de Unificação Cultural.
- Morin, E. (1988). *O homem e a morte*. Lisboa: Publ. Europa-América.

- Morrison, J. (1987). *Os Mestres e as Criaturas Novas*. Lisboa: Assírio e Alvim.
- Moscovici, S. (1961/1976). *La Psychanalyse, son image et son public*. Paris: PUF (1ª/2ª ed.).
- Moscovici, S. (1981). On social representations. In J. P. Forgas (Ed.), *Social Cognition-Perspectives on everyday understanding*. London: Academic Press.
- Moscovici, S. (1984). The Phenomenon of Social Representations. In R. Farr & S. Moscovici (Eds.), *Social Representations*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Moscovici, S. (1988). Notes towards a description of social representations. *European Journal of Social Psychology*, 18, 211-250.
- Muggiati, R. (1973). *Rock - o grito e o mito*. Petrópolis: Vozes.
- Nunes, P. (1997). A música no universo juvenil: práticas e representações. *Tese de Mestrado*. Lisboa: Fac. de Ciências Sociais e Humanas - UNL.
- O'Connor, R. & Sheehy, N. (2000). *Understanding suicidal behaviour*. London: British Psychological society.
- Oliveira, A. (1995). Percepção da Morte: a realidade interdita. *Tese de Mestrado*. Lisboa: ISCTE.
- Oliveira, A. (1999). *O Desafio da Morte - convite a uma viagem interior*. Lisboa: Editorial Notícias.
- Oliveira, A. (1999b). *O que é a música?* *Biosofia*, 1, Primavera, 31.
- Oliveira, A. (2001). *SobreViver*. Lisboa: Âncora.
- Oliveira, A. (2004). Ilusões: A Melodia e o Sentido da Vida na Idade das Emoções - Representações sociais da morte, do suicídio e da música na adolescência. *Tese de Doutoramento*. Lisboa: ISCTE.
- Oliveira, A. & Amâncio L. (1998). Pertencas sociais e formas de percepção e representação da morte. *Psicologia*, XII, 1, 115-137.
- Oliveira, A. & Amâncio L. (1999). A influência do contexto na percepção e nas representações sociais da morte. *Psicologia*, XII, 2, 213-235.
- Oliveira, A., Amâncio L. & Sampaio, D. (2001). Arriscar Morrer para Sobreviver. *Análise Psicológica*, 4 (XIX), 509-521.
- Oliveira, A., Amâncio L. & Sampaio, D. (2004). Da desesperança ao desafio da morte... e à conquista da vida: Olhar sobre o adolescente suicida. *Psychologica*, 35, 69-83.
- OMS (2002). *La prévention du suicide*. Genève: Département de Santé Mental et Toxicomanies. (disponível em [www.who.int/mental\\_health/media/en/679.pdf](http://www.who.int/mental_health/media/en/679.pdf)).
- Pahlen, K. (1991). *Nova História Universal da Música*. São Paulo: Melhoramentos.
- Pais, J. (1989). *Usos do tempo e espaços de lazer*. Lisboa: Instituto da Juventude/ICS.
- Pais, J. (1996). *Culturas Juvenis*. Lisboa: Imprensa Nacional Casa da moeda.
- Pais, J. (1998) (Ed.). *Gerações e valores na sociedade contemporânea portuguesa*. Lisboa: Instituto de Ciências Sociais.
- Pavlicevic, M. (1997). *Music therapy in context: Music, meaning and relationship*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Pommereau, X. (1998). *Quando o adolescente se sente mal...* Lisboa: Terramar.
- Pommereau, X. (2001). *L'adolescent suicidaire*. Paris: Dunod.
- Reeves, H. (1986). *Um pouco mais de azul*. Lisboa: Círculo de Leitores.
- Richards, C. (1998). *Teen Spirits - Music and Identity in Media Education*. London: UCL Press.
- Robazza, C., Macaluso, C. & D'Urso, V. (1994). Emotional reactions to music by gender, age, and expertise. *Journal of Perception Motor Skills*, 79, 939-944.
- Roberts, K., Dimsdale, J., East, P., & Friedman, L. (1998). Adolescent emotional response to music and its relationship to risk-taking behaviors. *Journal of Adolescent Health*, 23 (1), 49-54.
- Rodrigues, A. (1997). Valores e representações corporais em culturas juvenis escolares. *Tese de Mestrado*. Lisboa: Fac. de Motricidade Humana - UTL.
- Rodrigues, A. (1997). Valores e representações corporais em culturas juvenis escolares. *Tese de Mestrado*. Lisboa: FMH-UTL.
- Sagan, C. (1997). *Biliões e biliões*. Lisboa: Gradiva.
- Sampaio, D. (1991). *Ninguém morre sozinho*. Lisboa: Caminho.

- Sampaio, D. (1993). *Vozes e Ruídos*. Lisboa: Caminho.
- Sampaio, D. (1996). *Voltei à Escola*. Lisboa: Caminho.
- Sampaio, D. (1999). Prefácio. In A. Oliveira (1999). *O Desafio da Morte*, Lisboa: Editorial Notícias.
- Sampaio, D. (2002). *Ninguém morre sozinho*. Lisboa: Caminho (12ª ed., revista e actualizada; 1ª ed., 1991).
- Saraiva, C. (1999). *Para-suicídio*. Coimbra: Quarteto.
- Scheel, K. & Westefeld, J. (1999). Heavy metal music and adolescent suicidality: an empirical investigation. *Adolescence*, vol. 34, 134, 253-273.
- Schmidt, L. (1993). *A procura e a oferta cultural dos jovens*. Lisboa: Instituto da Juventude/ICS.
- Shneidman, E. (1981). *Suicide Thoughts and Reflections, 1960-1980*. London: Human Sciences Press.
- Shneidman, E. (1996). *The suicidal mind*. Oxford: Oxford Univ. Press.
- Shuker, R. (1994). *Understanding Popular Music*. London: Routledge.
- Shuker, R. (1998). *Key Concepts in Popular Music*. London: Routledge.
- Sprinthall, N. & Collins, W. (1999). *Psicologia do Adolescente - Uma abordagem desenvolvimentista*. Lisboa: F. C. Gulbenkian.
- Stack, S. (1998). Heavy Metal, Religiosity and Suicide Acceptability. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 28 (4), 388-394.
- Stack, S., Gundlach, J. & Reeves, J. (1994). The Heavy Metal Subculture and Suicide. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 24 (1), 15-23.
- Stewart, R. (1996). *Música e psique*. São Paulo: Cultrix.
- Strasburger, V. & Wilson, B. (2002). *Children, Adolescents & the media*. Thousand Oaks, London: SAGE Publications.
- Strasburger, V. (1999). *Os Adolescentes e a Mídia*. São Paulo: Artmed.
- Strasburger, V. et al. (1995). *Adolescents and the media – Medical and Psychological impact*. California: SAGE.
- Tame, D. (1993). *O poder oculto da música*. São Paulo: Cultrix.
- Thompson, R. & Larson, R. (2000). Social Context and the Subjective Experience of Different Types of rock Music. In G. Adams (Ed.), *Adolescent Development: The Essential Readings*. Oxford: Blackwell.
- Vaillant, M. (2000). *O Adolescente no Quotidiano*. Lisboa: Pergaminho.
- Vallejo-Nágera, A. (2003). *Os Adolescentes e os Pais*. Lisboa: Presença.
- Wass, H., Raup, J., Cerullo, K., Martel, L., Mingione, L. & Sperring, A. (1988-1989). Adolescents' interest in and views of destructive themes in rock music. *Omega*, 19, 177-186.
- Weinstein, D. (1991). *Heavy metal: A cultural sociology*. New York: Macmillan.

Abílio Oliveira  
Cláudia Borralho