

*Muzica în adolescență*



# MUZICA ÎN ADOLESCENȚĂ

MIRELA-LARISA MATEI

**Redactor:** Mihaela Pletea  
**Tehnoredactor și DTP:** Mihaela Damian  
**Grafician copertă:** Mirel Mihălăchescu

**Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României**  
**MATEI, MIRELA-LARISA**

**Muzica în adolescență** / Mirela Larisa Matei. – București:  
Editura Universității Naționale de Muzică București, 2023  
Conține bibliografie  
ISBN 978-606-659-140-9

78

© 2023 Mirela Larisa Matei. Toate drepturile rezervate. Responsabilitatea privind  
copyrightul și conținutul materialului inclus în acest volum revine exclusiv autorului.

Editura Universității Naționale de Muzică București, 2023  
Strada Știrbei Vodă 33  
010102 București, România

# MUZICA ÎN ADOLESCENȚĂ

MIRELA-LARISA MATEI



# CUPRINS

INTRODUCERE .....	13
DESPRE MUZICĂ ȘI CREIER ÎN ADOLESCENȚĂ .....	19
ACTIVITĂȚILE MUZICALE CA RĂSPUNS LA NEVOILE ADOLESCENTULUI .....	22
CREIERUL UMAN ȘI BAZA NEURALĂ A ACTIVITĂȚILOR MUZICALE .....	27
RECONFIGURĂRILE CEREBRALE ADOLESCENTINE .....	35
MUZICA ȘI UNELE PROCESE PSIHICE ALE ADOLESCENȚILOR .....	40
STUDII REFERITOARE LA EFECTELE RECEPTĂRII MUZICALE .....	47
MULTISENZORIALITATE .....	53
ACȚIUNEA MUZICII ASUPRA NIVELURILOR PSIHICULUI ADOLESCENTIN .....	57
MODELAREA CONȘTIINȚEI ADOLESCENTULUI PRIN MUZICĂ .....	60
MINTEA ADOLESCENTINĂ, MUZICA ȘI DEZIDERATUL UNEI LUMI MAI BUNE .....	65
O ANALIZĂ A UNIVERSULUI MUZICAL AL ADOLESCENTULUI .....	69
DATELE CERCETĂRII .....	69
<i>Metodologie</i> .....	70
<i>Instrumentul de cercetare</i> .....	71

<i>Chestionar</i> .....	76
<i>Directii de cercetare și ipoteze</i> .....	90
<i>Limitele cercetării</i> .....	91
<b>PRELUCRAREA DATELOR OBTINUTE ÎN URMA</b>	
<b>APLICĂRII CHESTIONARULUI</b> .....	92
<i>Lotul de respondenți</i> .....	92
<i>Elemente definitorii ale experiențelor muzicale</i> <i>în adolescență</i> .....	101
<i>Preferințele muzicale în perioada adolescenței</i> <i>și implicațiile lor</i> .....	115
<i>Educația muzicală în viziunea adolescenților</i> .....	141
<i>Analiza inferențială a datelor</i> .....	146
<b>REZULTATELE CERCETĂRII</b> .....	152
<b>CONCLUZII</b> .....	159
<b>MULȚUMIRI</b> .....	161
<b>BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ</b> .....	163

*Lui Tibi, Cati și George,  
familiei mele dragi,  
maestrilor, colegilor, elevilor mei  
și tuturor oamenilor minunați din viața mea.*



Pentru mine, diverse sunete armonizate în infinite feluri reprezintă o vastă paletă de emoții înălțătoare. Fie că râd, asociind ritmuri alerte cu amintiri fericite, fie că plâng, stârnind eliberarea suferinței prin intermediul unor sunete grave, pot să afirm cu hotărâre că muzica este un element vital pentru mine și pentru sănătatea mentală, sufletească și, implicit, fizică.

Muzica reunește părți ale inimii frânte, încurajează vindecarea, aduce oamenii împreună, mută imaginația în altă realitate, stârnește dansul corpurilor și energiilor.

Muzica poate fi relaxare sau apogeu, escapadă sau conștientizare, tremurici sau zâmbet.

A asculta muzică te ajută să regăsești calea de mijloc și adevărul în orice întâmplare nefastă sau în orice sens neînțeles al vieții. O melodie, [...] o simplă melodie poate fi caracterizată prin extaz sufletesc, o lucire în ochi, o existență reînviată. [...]

Muzica îmi este paradox: amețeală și răspuns.

Muzica îmi este derutare conștientă de griji cotidiene și apropiere de clișee.

Muzica îmi este inspirație.

Eu, tu, noi toți suntem împreună muzică fiindcă ea este una dintre definițiile metaforice și, totodata, extrem de *simfibile* ale vieții în sine.

Muzica mă potolește și apoi insistă să exagerez.

Într-o concluzie finită, comparativ cu imensitatea valorii notelor, sunetelor și armoniei lor, muzica îmi este esență<sup>1</sup>.\*

---

<sup>1</sup> Maia Ciobanu, elevă în clasa a XII-a, profil uman-teoretic, specializarea filologie-engleză.

\* N.r. Acest citat, împreună cu cele care vor apărea pe parcursul volumului, reprezintă răspunsul primit de autoare de la elevii chestionați pe parcursul prezentei cercetări, la întrebarea „Ce reprezintă muzica pentru tine?”



## INTRODUCERE

Personal, muzica mă însoțește în aproape fiecare moment al vieții, întrucât îmi place să mă deconectez de la superficialitatea în care trăim. Totodată, obișnuiesc să asociez momente, experiențe, trăiri cu anumite piese, iar când încerc să mi le reamintesc, să ascult melodia respectivă. [...] Fiind în clasa a XII a și confruntându-mă cu o multitudine de trăiri și stări (nu toate cu un impact pozitiv), am nevoie de un element care să mă mențină pe linia de plutire – respectiv muzica. Nu reprezintă doar o modalitate de a mă relaxa, ci și de a mă concentra și de a-mi spori imaginația. Sunt momente, destul de dese, în care simt o anumită melodie cu fiecare atom din corp. Poate sună clișeic, însă muzica reprezintă un medicament<sup>2</sup>.

**N**umeroasele studii despre efectele muzicii asupra omului se concentrează asupra vârstelor mici. Având în vedere faptul că adolescența este o perioadă sensibilă, marcată de evenimente esențiale pentru devenirea unei persoane, acum făcându-se trecerea către vârsta adultă, se impune un interes mai mare din partea specialiștilor față de acest subiect. Să nu uităm că activitățile muzicale ajung să ocupe o pondere mult crescută în preocupările adolescenților în raport cu cele ale persoanelor aflate la alte vârste. Muzica poate fi considerată o adevărată hrană pentru spiritul uman, nutritivă sau, dimpotrivă, toxică, în funcție de calitatea sa și de condițiile în care ea este consumată. Odată cu autonomizarea artelor, dimensiunea morală și educativă a muzicii păleşte în fața celei estetice, „arta aflată în slujba omului” se transformă treptat în „arta pentru artă”. Cum pregătim generația tânără să facă față reperкусиunilor acestei schimbări de paradigmă?

<sup>2</sup> Daniela Vasile, elevă în clasa a XII-a, profil uman-teoretic, specializarea filologie-engleză.