

Music Structure and Emotional Response: Some Empirical Findings (Una replica diretta di John Sloboda 1991)

L'obiettivo di questo elaborato è quello di replicare in modo diretto l'esperimento compiuto da John Sloboda nel 1991 all'Università Keele, nel Regno Unito, dove 84 persone hanno fornito informazioni, tramite la compilazione di un questionario che aveva come obiettivo l'indagine di una serie di risposte fisiche/ fisiologiche riconosciute autonomamente dai rispondenti durante l'ascolto di musica. Nella replica che segue, 70 persone che ascoltano musica quotidianamente hanno completato un questionario, attraverso il quale sono state raccolte informazioni riguardo la ricorrenza di un range di reazioni fisiologiche, durante l'ascolto di musica. Nel nostro caso, laughter (risate) e goose pimples (pelle d'oca) sono state provate da oltre il 90% dei rispondenti, mentre shiver down the spine (brividi lungo la schiena) e lump in the throat (nodo alla gola) dal 78% e 62%. Ai rispondenti è stato chiesto di localizzare con quanta più precisione possibile il passaggio musicale che sollecitava la reazione fisiologica.

Introduzione

Non è raro, ripensando a conversazioni quotidiane, sentire espressioni come "mi fa venire la pelle d'oca" per descrivere un trasporto emotivo così intenso da indurre una risposta fisiologica evidente. "L'ascolto della musica può portare gli ascoltatori a provare calma e gioia, oltre ad avere effetti positivi sulla salute mentale e fisica degli ascoltatori" (Papinczak et al., 2015). Questo fenomeno si manifesta in varie situazioni, come davanti a una scena particolarmente toccante o quando una melodia si rivela talmente azzecata da generare un brivido lungo la schiena. Sloboda (1991) definisce questi brividi come "una piacevole sensazione fisica che spesso si manifesta come un formicolio che va dalla nuca e scorre lungo la colonna vertebrale, generalmente accompagnata da un'emozione intensa". Questo studio esplora l'occorrenza di tali fenomeni in un campione di ascoltatori di musica.

Numerose ricerche psicologiche suggeriscono che la musica influenza le emozioni umane, provocando reazioni che spaziano dalla regolazione dell'umore al richiamo della memoria, fino al rafforzamento dei legami sociali.” La maggior parte di noi ha avuto l'esperienza in cui ascoltare un brano preferito può trasformare il nostro umore, mentre altre volte ci lascia indifferenti” Céspedes-Guevara (2023). Come evidenziato da Pansepp (1995), “le risposte emotive sono la motivazione più forte per ascoltare musica”. Questa influenza è confermata dalla storia della musica stessa, che da secoli rappresenta un elemento centrale della cultura e dell'identità umana. Le quattro decadi della seconda metà del Novecento, per esempio, sono state profondamente segnate dalla musica, con icone come i Beatles negli anni Sessanta o la Disco Dance negli Ottanta. In questi casi, la musica non era solo intrattenimento, ma parte integrante del tessuto sociale e culturale. Anche a livello clinico e terapeutico, l'efficacia della musica è stata documentata, “A volte, le esperienze emotive con la musica possono essere così intense da rimanere impresse nella nostra memoria per anni” (Gabrielsson, 2001). Davis e Thaut (1989) hanno dimostrato che la musica può attivare il sistema nervoso autonomo (ad esempio, influenzando la costrizione vascolare, la frequenza cardiaca e la temperatura cutanea), pur riducendo l'ansia e aumentando il rilassamento. Tuttavia, le critiche non sono mancate: Meyer (1956), ad esempio, contestava la possibilità di ottenere misurazioni significative delle emozioni musicali, ritenendo che le risposte fisiologiche fossero troppo indistinte e i giudizi verbali troppo soggettivi. Il suo approccio, descritto in *Emotion and Meaning in Music* (1956), spostava l'attenzione dalla domanda "Perché la musica produce emozioni?" a "Come produce emozioni la musica?". Questo cambio di prospettiva focalizzava l'attenzione sulle strutture musicali e sul modo in cui vengono percepite momento per momento, anziché sull'umore generale evocato da un intero brano. Sloboda (1991), tuttavia, ha controbattuto queste critiche, proponendo che le manifestazioni fisiche, come i brividi, rappresentano una misura utile per lo studio delle emozioni musicali. Come sottolinea lo studioso, “Anche se queste manifestazioni costituiscono solo una parte di un'esperienza complessa, hanno il vantaggio di essere stereotipate, memorabili, chiaramente differenziate e facilmente identificabili”. I brividi, quindi, potrebbero offrire un punto di accesso oggettivo per esplorare le emozioni suscitate dalla musica. Un'ulteriore conferma arriva dagli studi di Krumhansl (1997), che hanno misurato le risposte psicofisiologiche di ascoltatori durante l'ascolto di brani musicali scelti per evocare emozioni come tristezza, paura e felicità. Le misurazioni includevano parametri cardiovascolari, respiratori ed elettrodermici, con l'obiettivo di chiarire se la musica suscita vere risposte emotive (emotivisti) o semplicemente esprime emozioni riconosciute dagli

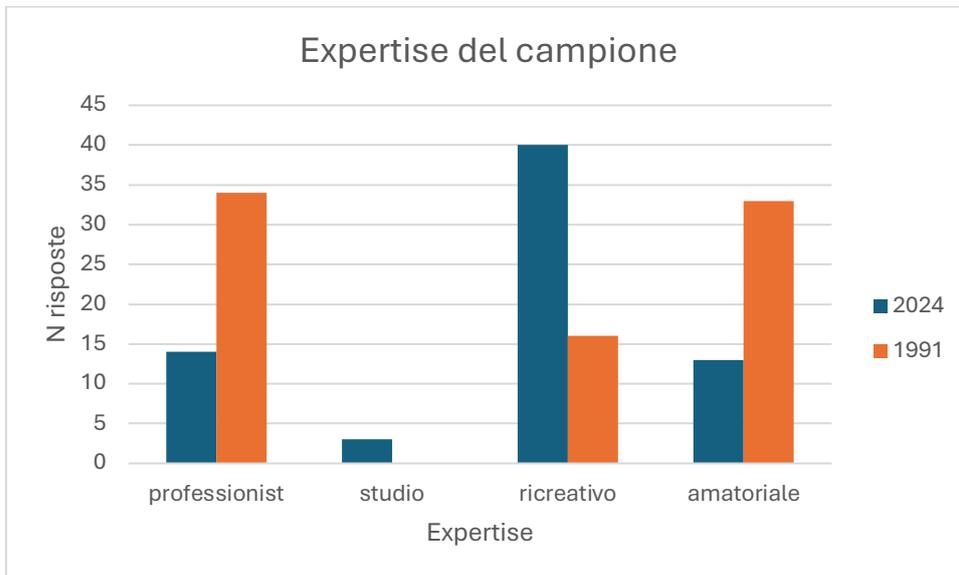
ascoltatori (cognitivist). Krumhansl conclude che, indipendentemente dalla posizione teorica, l'impatto emotivo della musica è un fenomeno universalmente riconosciuto, che merita ulteriori approfondimenti. In conclusione, la musica rappresenta uno strumento prezioso per lo studio delle emozioni umane. Sebbene restino aperte alcune questioni metodologiche e teoriche, le manifestazioni fisiologiche come i brividi forniscono una base concreta per esplorare il legame profondo tra musica ed emozioni. Il contributo di studiosi come Meyer, Sloboda e Krumhansl dimostra che la musica non è solo una forma d'arte, ma un mezzo attraverso cui possiamo comprendere meglio il complesso mondo delle emozioni umane.

Metodo

70 adulti Italiani hanno partecipato allo studio, che prevedeva il completamento di un questionario nel proprio tempo libero. Il questionario chiedeva innanzitutto di esaminare un elenco di risposte fisiche (vedi Tabella 1) e di valutare la frequenza con cui ciascuna di esse era stata sperimentata in relazione alla musica negli ultimi cinque anni. Successivamente, ai partecipanti è stato chiesto di indicare fino a tre brani musicali in cui ricordavano di aver provato una o più di queste risposte fisiche negli ultimi cinque anni. Per ciascun brano, i partecipanti dovevano identificare il tipo di risposta, la sua coerenza (cioè se la stessa risposta si verificava nello stesso punto) e la proporzione di ascolti in cui l'esperienza si era manifestata. Inoltre, dovevano specificare, il più precisamente possibile, l'evento musicale associato alla risposta (ad esempio, frase, motivo, accordo, ecc.), facendo riferimento a una partitura musicale, se possibile.

I soggetti hanno completato il questionario nel proprio tempo libero, la compilazione è avvenuta attraverso l'utilizzo di un modulo Google online. I 70 rispondenti provenivano da un gruppo di 100 persone a cui il questionario era stato inviato. Tra di loro vi erano 14 musicisti professionisti (compresi insegnanti di musica), 13 musicisti amatoriali, 3 studenti di musica e 40 persone che ascoltavano musica senza però eseguirla. L'età del campione variava dai 19 ai 60 anni. Rispetto a quanto avvenuto per Sloboda dove ricevette 84 risposte su 500 inviate nel nostro caso il tasso di risposta è stato significativamente maggiore, un altro dato che sottolinea la differenza tra il nostro campione e quello di Sloboda è il numero

di musicisti, professionisti e amatoriali, presenti nel campione: 34 professionisti e 33 amatoriali contro i 15 e 13 del nostro.



L'alto tasso di risposta è facilmente attribuibile alle differenze storico/tecnologiche tra gli anni in cui Sloboda ha condotto lo studio e questa ricerca, è da presumere che con la facilità con cui ai giorni nostri abbiamo accesso alla musica (piattaforme streaming, Spotify, YouTube) e la possibilità di averlo sempre a portata sia più semplice provare queste reazioni e riconoscerne i "peak", d'altro canto era il 2001, una decade esatta dall'esperimento di Sloboda, quando Steve Jobs presentò l'iPod con l'iconica frase "Puoi portare con te tutta la tua libreria musicale, direttamente in tasca, oltre 1000 canzoni. Prima d'ora non era possibile. Questo è iPod." Se è vero che con un campione composto nella maggior parte da persone che non sono musicisti potrebbe renderne i risultati più applicabili, è anche vero che nel nostro caso si è ottenuto un riscontro sull'aver provato la reazione fisica ma l'individuazione precisa del peak connesso al momento musicale è risultato immensamente più scarso rispetto a quello del precedente studio che invece comprendeva quasi esclusivamente musicisti esperti, non a caso anche Sloboda nella sezione della Discussione ha scritto "Questo studio dimostra che alcune persone sono in grado di ricordare in modo affidabile esperienze emotive "di picco" nella musica classica, accompagnate da reazioni fisiche. I partecipanti capaci di ciò sono principalmente esecutori musicali abituali" Sloboda (1991).

Risultati

È stato chiesto ai rispondenti di valutare la frequenza di una serie di risposte fisiche alla musica su una scala da 1 a 5, dove 1 = mai, 2 = raramente, 3 = occasionalmente, 4 = abbastanza spesso e 5 = molto spesso. La Tabella 1 qui sotto mostra il punteggio medio per ciascuna risposta fisica, insieme alla percentuale di rispondenti che hanno sperimentato tale risposta almeno una volta negli ultimi cinque anni messa a confronto con i dati di Sloboda.

Tabella di frequenza della risposta fisica alla musica (1991 e 2024)

	Punteggio Medio (1991) Max=5	Punteggio medio (2024) Max=5	% negli ultimi 5 anni (1991)	% negli ultimi 5 anni (2024)
Brividi lungo la schiena	3,08	2,77	90%	78,6%
Risate, allegria	2,80	3,37	88%	92,9%
Nodo in gola	2,68	2,40	80%	62,9%
Lacrime, pianto	2,65	2,44	85%	72,9%
Pelle d'oca	2,40	3,45	62%	94,3%
Batticuore, palpitazioni	2,31	2,38	67%	54,3%
Sbadiglio	2,15	1,45	58%	37,1%

Sensazioni alla bocca dello stomaco	2,11	1,78	58%	52,9%
Eccitamento sessuale	1,56	1,83	38%	38,6%
Tremito	1,51	1,35	31%	12,9%
Arrossamento	1,46	1,37	28%	21,4%
Sudorazione	1,44	1,64	28%	25,7%

Tabella 1

Come si può notare dalla tabella esposta sopra le risposte con maggiore frequenza risultano essere pelle d'oca, risate e brividi lungo la schiena, e anche nel nostro caso le lacrime sono state indicate in maniera significativamente maggiore dalle donne rispetto agli uomini, come per Sloboda, diverso quanto accaduto per le risate che non hanno mostrato differenze rilevanti. Pelle d'oca, il risultato maggiormente indicato dai rispondenti nel nostro studio, è anche quello con maggiore differenza rispetto ai dati di Sloboda con 1 punto pieno di differenza per quanto riguarda la frequenza e oltre il 30% di differenza rispetto allo studio del 1991, altre differenze minori per reazioni come "nodo in gola" "tremito" e "sbadiglio".

Opere nominate

Ai partecipanti è stato chiesto di nominare fino a tre brani che avessero suscitato una o più delle reazioni sopra indicate. L'85% dei partecipanti ha risposto, per un totale di 143 nomination, dati simili anche per Sloboda, tuttavia è qui che la più grossa differenza tra i dati raccolti in questo studio e quelli del 1991 viene a galla, in quanto, se per Sloboda la musica classica ne ha fatto da padrone comprendendo ben 95 risposte su 165 nel nostro caso non è stata indicata nemmeno un'opera di musica classica, stesso vale per il jazz. Dalle

risposte ottenute in questa ricerca emerge che la musica elettronica o di stampo elettronico moderno, insieme al Rock e alla Canzone Italiana siano quelle con più nomination con oltre 30 risposte ciascuna. Tutto ciò fa capire quanto radicalmente siano cambiati sia i gusti, che gli strumenti con cui si fa e ci si avvicina alla musica, non è un caso che il nostro campione, composto per oltre l'80% da persone con meno di 30 anni, abbia indicato con maggior frequenza stili che sono figli delle rivoluzioni musicali iniziate alla fine degli anni 80. Altrettanto la forte presenza di musica italiana è certamente frutto del fatto che il campione è composto esclusivamente da un soggetti presi sul territorio Italiano. L'artista più citato in assoluto sono stati in assoluto i Pink Floyd con oltre 15 nomine, nessun altro ha superato le 5 nomine e i brani più comunemente nominati sono:

- *Comfortably Numb - Pink Floyd (4 nomination)*
- *Sky and Sand – Paul Kalkbrenner (4 nomination)*
- *Fix you – Coldplay (4 nomination)*
- *Bohemian Rhapsody – Queen (3 nomination)*
- *Echoes – Pink floyd (2 nomination)*
- *Shine on you crazy diamond – Pink floyd (2 nomination)*
- *Wish you were here – Pink Floyd (2 nomination)*
- *Beautiful Day – U2 (2 nomination)*

Affidabilità della Risposta

Ai partecipanti è stato chiesto di indicare, per ciascun brano nominato, quante volte avessero ascoltato il pezzo in questione negli ultimi cinque anni e in quante di queste occasioni si fossero verificate le reazioni fisiche descritte. La Tabella riportata sotto mostra la relazione tra queste due variabili

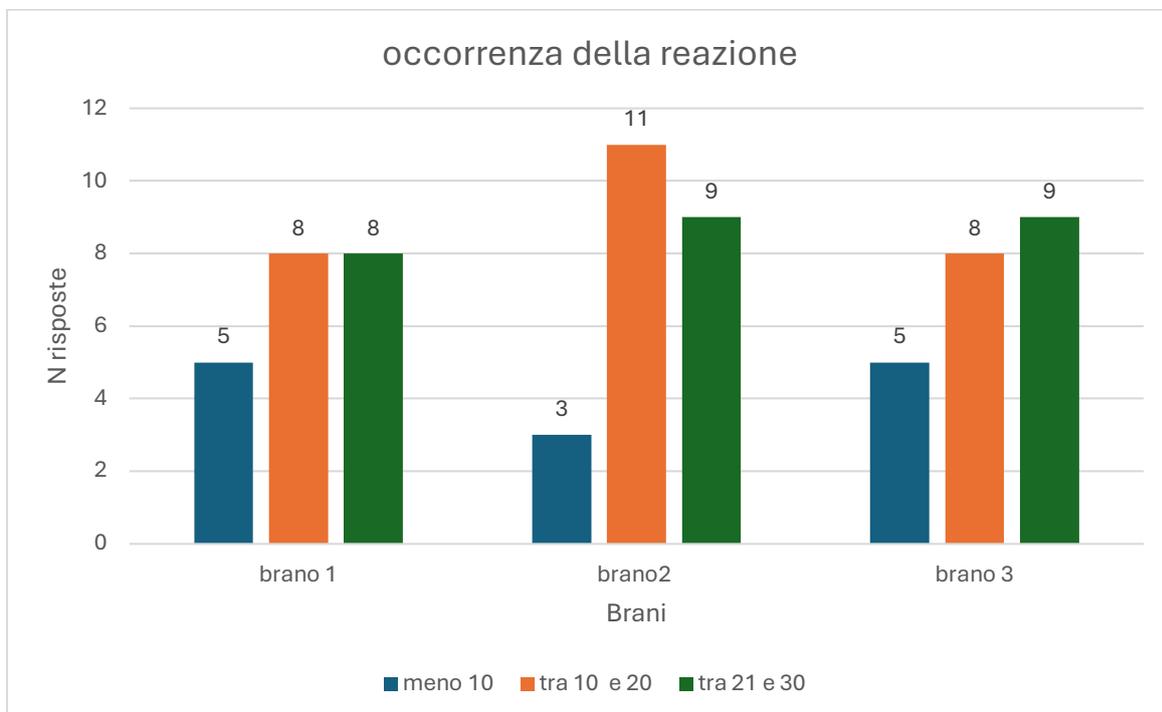
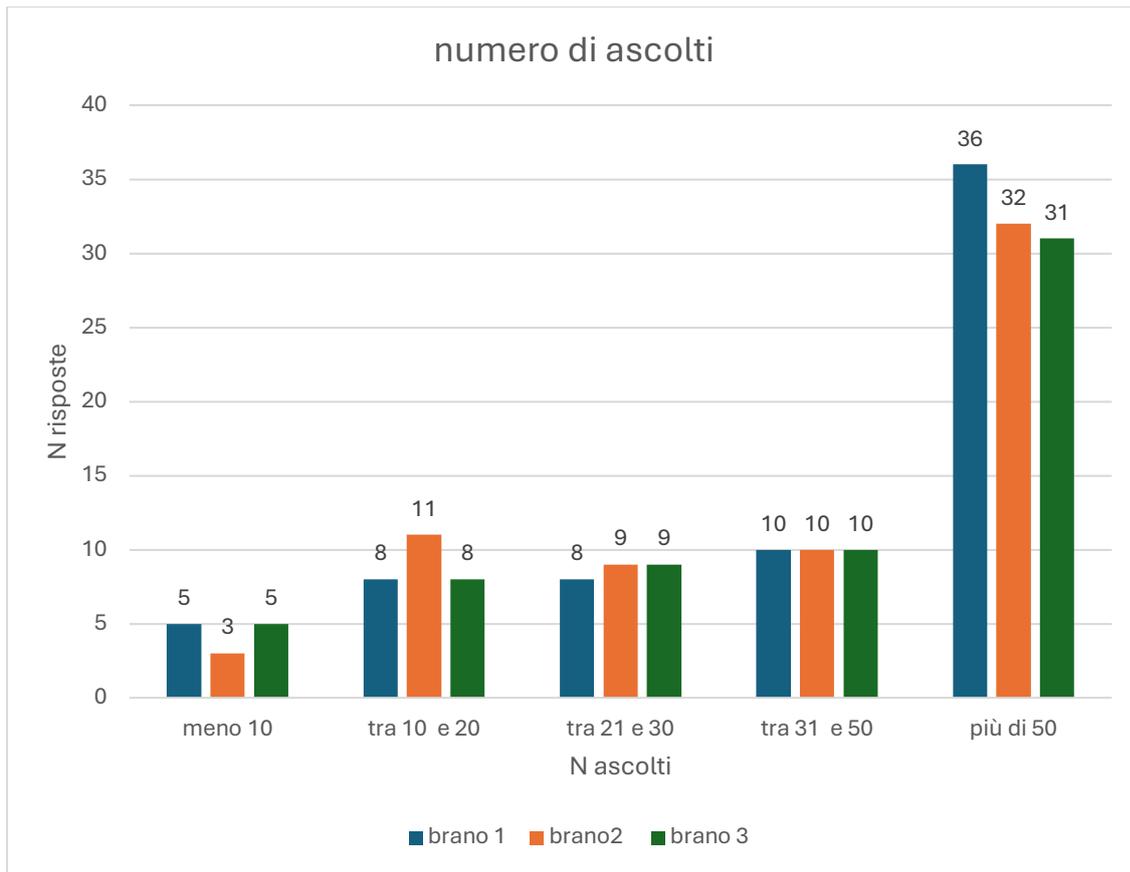


TABLE II
 Frequency of physical responses to music as a function of number of
 hearings in previous five years.

John Sloboda
 (1991)

<i>Rated proportion of hearings on which reaction occurred</i>	<i>Number of hearings</i>			
	<i>1-10</i>	<i>10-20</i>	<i>20-50</i>	<i>over 50</i>
All or most	10	19	32	25
Around half	1	5	6	8
Rarely	12	3	2	1
Total	23	28	39	34

Dal grafico presente nella tabella qui sopra possiamo avere una visione più chiara della relazione tra numero di ascolti e frequenza/occorrenza della reazione fisica, dove appare chiaro esserci una relazione tra essi. In tutti e tre i casi l'ascolto dei brani è avvenuto più di 50 volte e la reazione avveniva in tutte o nella maggior parte delle occasioni per più del 50% dei casi e che nel 30% dei casi per ogni brano la reazione avveniva in circa la metà delle occasioni, meno di 10 ascolti sono stati fatti meno del 10% delle volte per tutti e tre i brani. Rispetto a questi dati ci troviamo in accordo con quanto riportato da Sloboda che nell'esperienza commentava: "Con la maggioranza dei soggetti che ha riportato le stesse reazioni per tutti o per la maggior parte degli ascolti. È particolarmente interessante che ciò sia vero anche per i partecipanti che hanno ascoltato il pezzo in questione più di 50 volte. Chiaramente, ascoltare un brano musicale molte volte non implica necessariamente una diminuzione della forte risposta emotiva ad esso."

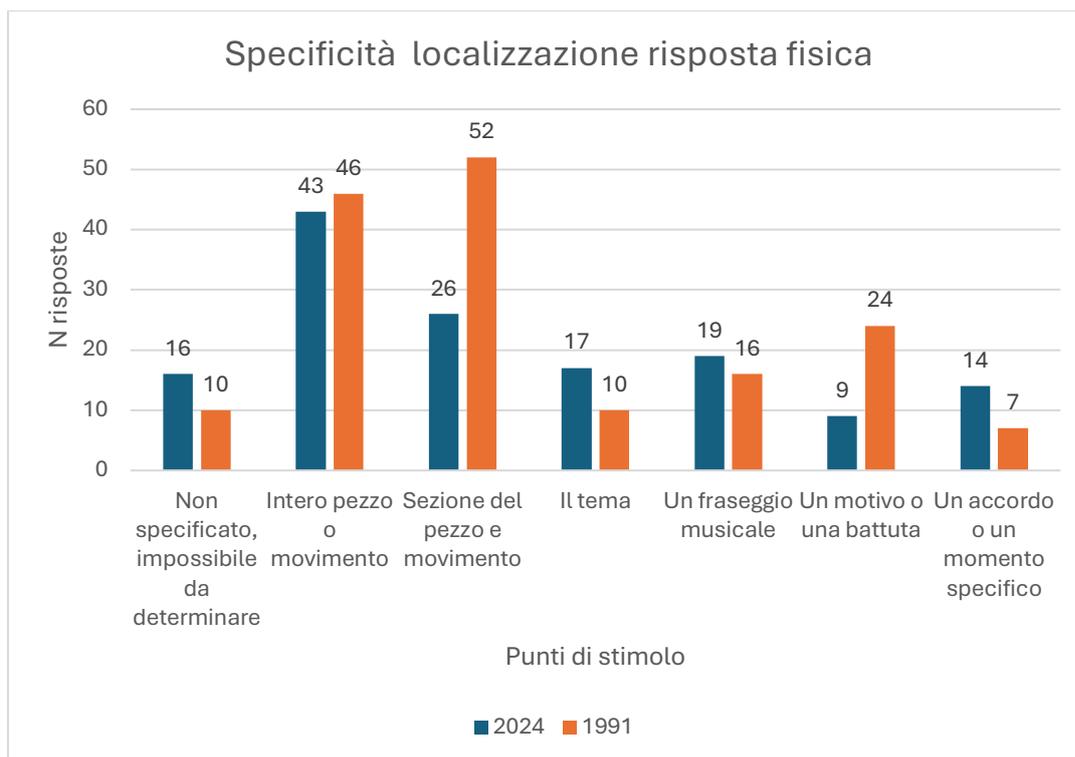
Specificità della Risposta

Ai partecipanti è stato chiesto di individuare, se possibile, l'evento musicale preciso associato a ciascuna risposta emotiva. La Tabella mostra il livello di successo con cui le persone sono state in grado di fare ciò.

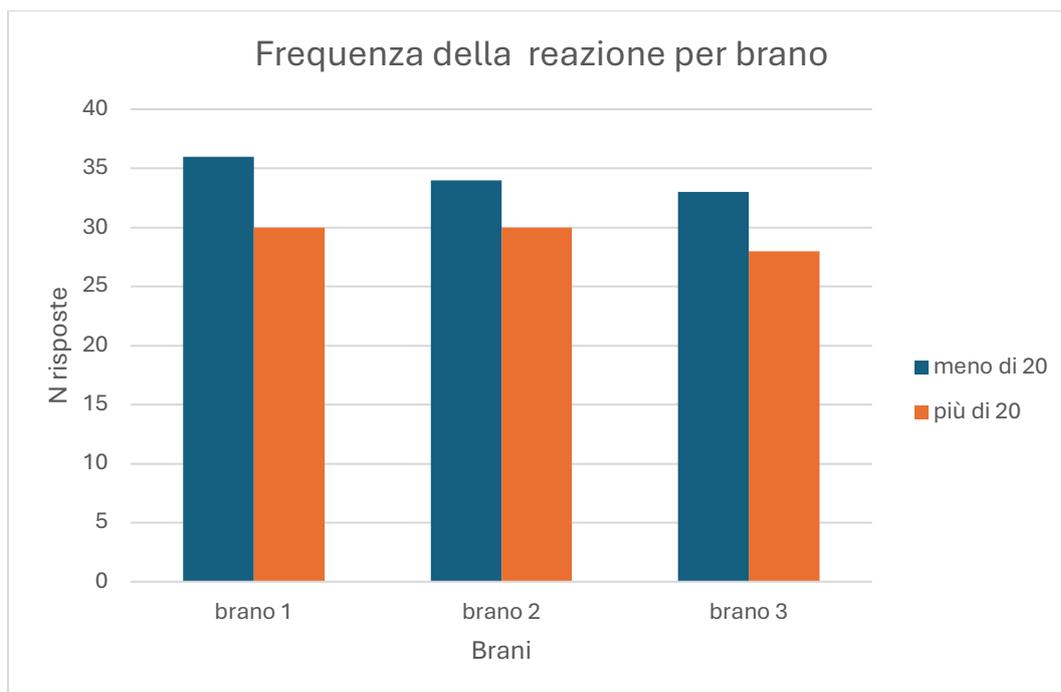
Tabella di localizzazione della risposta nel brano

	2024	1991
--	------	------

Non specificato, impossibile da determinare	16	10
Intero pezzo o movimento	43	46
Sezione del pezzo e movimento	26	52
Il tema	17	10
Un fraseggio musicale	19	16
Un motivo o una battuta	9	24
Un accordo o un momento specifico	14	7

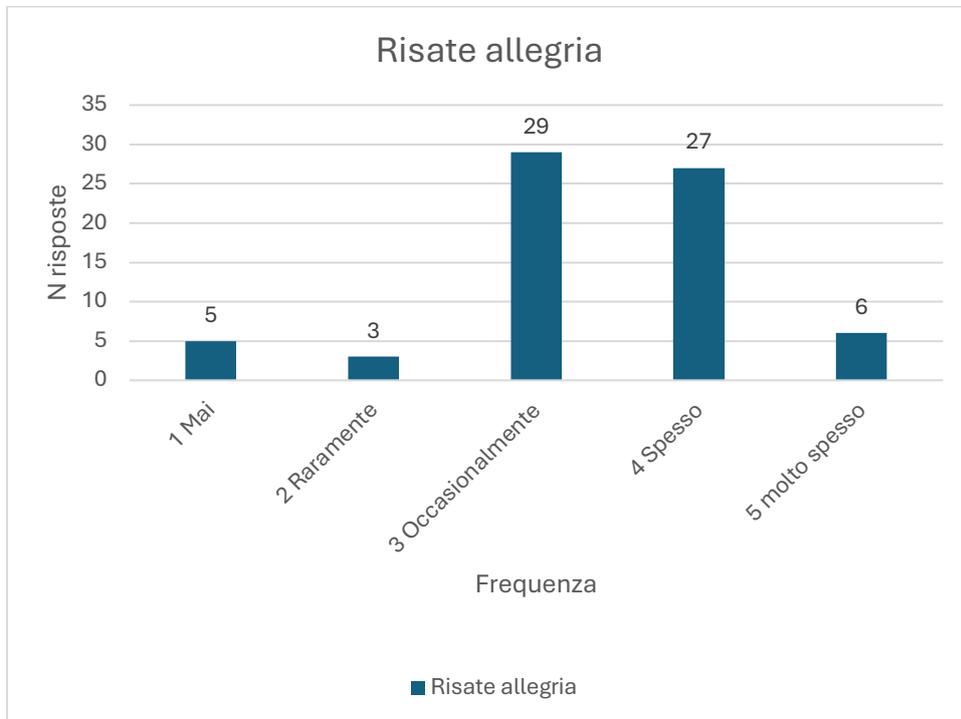
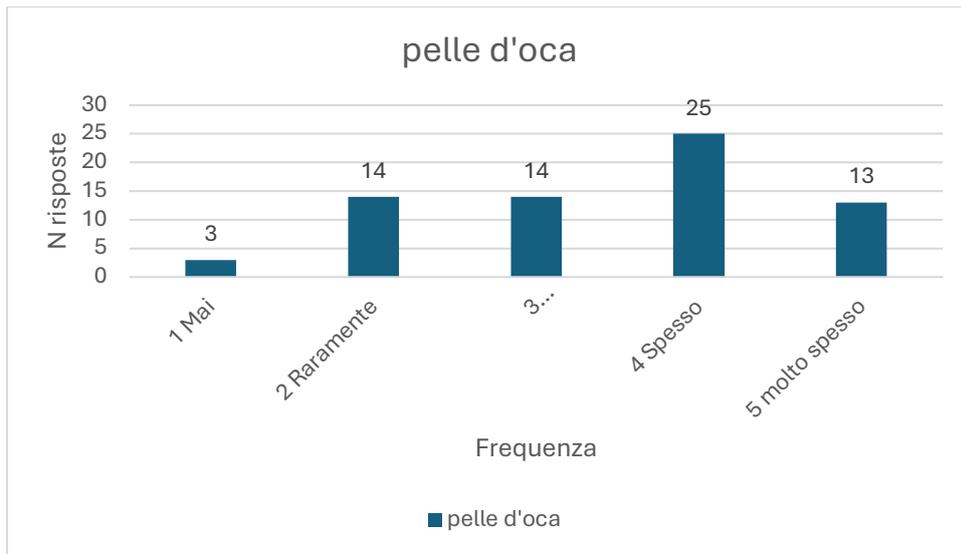


Dei 70 partecipanti allo studio 65 di essi sono riusciti a rispondere individuando sommariamente il momento della canzone che generava la risposta in almeno 1 brano. Delle 143 nomine 16 non sono riuscite a essere specificate, invece in 42 casi i rispondenti sono stati in grado di fornire dati più specifici individuando i picchi 19 volte in un fraseggio, 9 volte in un motivo o una battuta e 14 volte in uno specifico accordo o momento, il restante delle risposte resta più genericamente sul tema o sull'intero pezzo perciò è difficile trovarne una correlazione. Ai partecipanti è stato successivamente chiesto di fornire informazioni sulla frequenza con cui la reazione occorre all'ascolto delle 143 nomine precedentemente raccolte e dai dati raccolti appare che per circa il 50% dei partecipanti la reazione è avvenuta 20 volte o più. Confrontando quanto ottenuto da questo studio rispetto ai dati di Sloboda la percentuale di non musicisti in grado di individuare lo specifico passaggio è significativamente più alta.



Analisi musicale dei segmenti che provocano emozioni

Come già sottolineato nel capitolo delle *Opere nominate*, sebbene la quantità di pezzi musicali riportati sia vicina a quella di Sloboda, la totale assenza di musica classica rende molto difficoltosa un'analisi musicale così specifica come quella prodotta nel 1991. Oltre a questo fatto nel nostro campione non è stato possibile constatare la reazione occorsa durante l'ascolto dello specifico brano in quanto, in quasi nessuna delle risposte date è stato specificato. Questo, *vien da sé*, rende purtroppo molto difficile isolare la specifica reazione al passaggio musicale, tuttavia, un'analisi più generale può essere comunque fatta. Dai dati riportati nella tabella 1, spiccano delle reazioni che sono state provate da oltre il 90 % dei rispondenti "Risate, allegria" e "Pelle d'oca" questi due item, nell'esperimento di Sloboda vengono raggruppati sotto la voce "Shivers". Oltretutto entrambi questi Item hanno uno score del punteggio medio riguardante la frequenza dell'occorrere delle specifiche reazioni superiore a 3, con Risate, allegria (3,37) e Pelle d'oca (3,45). Questo ha fatto sì che come campione per l'analisi musicale verranno selezionate le risposte più specifiche prodotte da rispondenti che hanno riscontrato le due reazioni citate in precedenza e con uno score di frequenza superiore a 3 per confrontare se, almeno per queste due voci, siano presenti delle somiglianze con i dati ottenuti da Sloboda, oltretutto verranno considerate solo parti puramente strumentali.

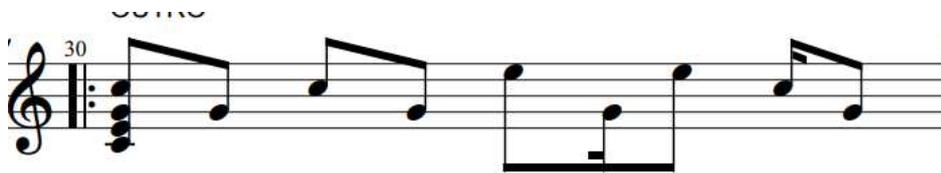


Dall'analisi effettuata secondo i parametri appena descritti 3 brani identificati dai rispondenti hanno raggiunto i criteri necessari per essere considerati per l'analisi della struttura musicale e risultano essere l'assolo di chitarra del brano Fix You – Coldplay con un motivetto in crescendo, la parte strumentale di Sky and Sand – Paul Kalkbrenner, un pezzo di musica elettronica con in questo caso un arpeggio in crescendo e quello che è forse l'accordo di chitarra più famoso e

ricosciuto nel Rock, ovvero quello performato da David Gilmoure nell'iconico pezzo Shine on you crazy diamond.



(sky and sand)



(fix you)

La tabella riportata in seguito mostra l'associazione compiuta da Sloboda e dai suoi collaboratori per individuare caratteristiche strutturali della musica associate a risposte fisiche.

Sloboda (1991)

Music-structural features associated with physical responses.

Feature	Response:			χ -square	P
	<i>Tears</i>	<i>Shivers</i>	<i>Heart</i>		
Total No. of passages provoking each response:	20	13	5		
	<i>Number of passages containing each feature</i>				
1. Harmony descending cycle of fifths to tonic	6	0	0	8.96	<0.02
2. Melodic appoggiaturas	18	9	0	17.36	<0.001
3. Melodic or harmonic sequence	12	4	1	8.06	<0.02
4. Enharmonic change	4	6	0	2.00	NS
5. Harmonic or melodic acceleration to cadence	4	1	2	3.19	NS
6. Delay of final cadence	3	1	0	1.88	NS
7. New or unprepared harmony	3	12	1	8.56	<0.02
8. Sudden dynamic or textural change	5	12	3	4.92	NS
9. Repeated syncopation	1	1	3	13.97	<0.001
10. Prominent event earlier than prepared for	1	4	3	8.83	<0.02

Come possiamo facilmente notare dalla tabella “armonie nuove o inaspettate” e “cambiamento improvviso di dinamica o di tessitura” generano un numero di associazioni più alto con il sovragrupo “shivers” di cui appunto fanno parte le due reazioni che siamo andati ad approfondire poco fa. Dall’analisi dei movimenti musicali sopra citati possiamo osservare che in tutte e tre i casi la partitura evidenziata produce un suono che può benissimo essere compreso in questi due “*feature*”. Questi risultati si può dire che supportino quelli di Sloboda in quanto sono ci sono delle forti similitudini nelle strutture musicali riportate dal suo studio e quello compiuto in questa sede, anche se lo scarso numero di risposte con precisa identificazione del momento musicale privano questi dati di una valenza più significativa “*shivers*” sono provocati in modo più affidabile da cambiamenti relativamente improvvisi nell’armonia” Sloboda (1991).

Discussione e Conclusioni

Questo studio ci mostra che un numero significativo di persone che ascoltano musica regolarmente ha sperimentato reazioni fisiche indotte dalla musica negli ultimi cinque anni. Questo vale non solo per i musicisti, ma anche per chi ascolta musica come passatempo. Alcune delle reazioni descritte nello studio sono state riportate da oltre il 90% dei partecipanti, dimostrando che si tratta di esperienze largamente condivise. È importante notare che il campione dello studio non era composto principalmente da musicisti, ma da persone con vari livelli di familiarità musicale. Inoltre, un aspetto interessante è che nessuna delle risposte ha indicato brani di musica classica, suggerendo che queste reazioni emotive non siano limitate a un solo genere musicale. Come osserva Sloboda (1991), “Va inoltre notato che non vi è alcuna garanzia assoluta che le ‘sensazioni di brivido’ riportate dai soggetti in questi studi corrispondano a eventi fisiologici reali. È possibile che i resoconti siano descrizioni figurative che esistono allo stesso livello cognitivo degli eventi musicali percepiti.” Tuttavia, fenomeni comunemente osservati, come brividi o lacrimazione, rendono improbabile che queste reazioni siano prive di una base fisiologica. La mancanza di misurazioni dirette (ad esempio della piloerezione o della lacrimazione) rappresenta un limite metodologico, poiché senza queste non è possibile confermare con certezza la natura delle reazioni. Un altro elemento interessante emerge dallo studio di Waterman (1996), che ha misurato il numero di risposte emotive per battuta musicale. Sono state riscontrate differenze significative: alcune battute hanno suscitato molte più risposte emotive rispetto ad altre, spesso contenendo quelle strutture musicali identificate da Sloboda (1991) come capaci di provocare reazioni emotive. Questo conferma ulteriormente la validità delle sue conclusioni. Krumhansl (1997) ha riportato che, in diversi studi (de Vries 1991; Nielsen 1983; Madson e Fredrickson 1993; Fredrickson, 1995), i soggetti

indicano risposte emotive intense alla musica. I giudizi verbali sulle emozioni suscitate dalla musica sono risultati coerenti tra gli individui e in gran parte indipendenti dalla formazione musicale, anche se si osservano differenze legate al contesto culturale e all'età. Con il suo esperimento la Krumhansl ha cercato di ottenere un ampio spettro di misure fisiologiche relative alle funzioni cardiache, vascolari, elettrodermiche e respiratorie sugli stessi soggetti durante l'ascolto di musica. La questione principale, tuttavia, rimane se la musica provochi vere risposte emotive o se si limiti a esprimere (o rappresentare) emozioni. Come sottolinea Kivy (1990), gli emotivisti sostengono che la musica susciti emozioni simili a quelle della vita reale, vissute realmente dagli ascoltatori. I cognitivisti, invece, ritengono che l'emozione sia solo una proprietà espressiva della musica, percepita ma non vissuta dagli ascoltatori. Questa distinzione rimane un punto cruciale per comprendere il rapporto tra musica ed emozioni. Infine, è importante sottolineare che anche se alcuni partecipanti non sono stati in grado di identificare un momento musicale specifico o, in certi casi, nemmeno un brano, tutti hanno affermato di aver provato almeno una delle reazioni fisiche proposte durante l'ascolto di musica. Inoltre, quando veniva chiesto loro di specificare un punto del brano che avesse suscitato una reazione, spesso facevano riferimento a ricordi personali legati alla musica e alle emozioni suscitate. Questo suggerisce un forte legame tra musica ed emozioni, sperimentato dalla maggior parte delle persone, non solo dai musicisti o dagli esperti del settore. Per futuri studi di questo tipo, sarebbe utile considerare una selezione più ampia di brani musicali. Gli esperimenti citati, infatti, si sono concentrati principalmente sulla musica classica, nonostante i benefici riportati. Tuttavia, i risultati di questo studio indicano che tali reazioni non si limitano a un genere specifico. Come osserva Sloboda (1991): "Alcuni partecipanti hanno affermato che la musica consentiva un livello di intensità della risposta emotiva raramente sperimentato nella vita quotidiana, con benefici psicologici per la motivazione e l'autostima" quindi appare chiaro che in qualche modo la musica esercita una forte influenza a livello emotivo e che certe strutture siano addirittura in grado di generare reazioni generalizzabili ad una popolazione, almeno di background culturale nord-occidentale. Recentemente, nel 2023, Cépedes-Guevara ha condotto uno studio, proponendo un modello basato sulle teorie costruttiviste contemporanee delle emozioni in quanto, riteneva che i precedenti studi sull'argomento avessero tentato di spiegare questo fenomeno trascurando la dimensione simbolica della musica e l'effetto dei fattori situazionali. Da quanto riportato dallo psicologo Colombiano "Le evidenze empiriche provenienti dalla ricerca qualitativa suggeriscono che le esperienze affettive delle persone con la musica sono varie e non sempre corrispondono a emozioni intense e ben definite. In alcune occasioni, la musica suscita stati affettivi che non sono così diffusi e duraturi come gli stati

d'animo, ma che, allo stesso tempo, sono meno definiti e orientati verso un oggetto specifico rispetto a emozioni pienamente sviluppate". Da quanto possiamo trarre anche dalle affermazioni di Céspedes-Guevara appare chiaro che musica ed emozioni sono connesse, anche dopo più di 30 anni dal lavoro fatto da Sloboda e innumerevoli ricerche, profonde similitudini continuano a essere presenti nei risultati delle differenti ricerche.

Bibliografia

Céspedes-Guevara, J. (2023). *A Constructionist Approach to Emotional Experiences with Music*. *Advances in Cognitive Psychology*, 19(4), 46-62. <https://doi.org/10.5709/acp-0402-4>

Davis, W. B., & Thaut, M. H. (1989). *The influence of preferred relaxing music on measures of state anxiety, relaxation, and physiological responses*. *Journal of Music Therapy*, 26, 168-187.

de Vries, B. (1991). *Assessment of the affective response to music with Clynes's sentograph*. *Psychology of Music*, 19, 46-64

Fredrickson, W. (1995). *A comparison of perceived musical tension and aesthetic response*. *Psychology of Music*, 23, 81-87.

Gabrielsson, A. (2001). *Emotions in strong experiences with music*. In P. N. Juslin & J. A. Sloboda (Eds.), *Music and emotion: Theory and research* (pp. 431-449). Oxford University Press.

Kivy, P. (1990). *Music alone: Philosophical reflections on the purely musical experience*. Ithaca: Cornell University Press. Reviewed by. *Philosophy in Review*, 10(9), 368-372.

Krumhansl, C. L. (1997). *An exploratory study of musical emotions and psychophysiology*. *Canadian Journal of Experimental Psychology/Revue Canadienne De Psychologie Expérimentale*, 51(4), 336-353

Madson, C. K., & Fredrickson, W. E. (1993). *The experience of musical tension: A replication of Nielsen's research using the continuous response digital interlace*. *Journal of Music Therapy*, 30, 46-63.

Meyer, L. B. (1956). *Emotion and Meaning in Music*. Chicago: University of Chicago Press

Papinczak, Z. E., Dingle, G. A., Stoyanov, S. R., Hides, L., & Zelenko, O. (2015). *Young people's uses of music for well-being*. *Journal of Youth Studies*, 18, 1-16. <https://doi.org/10.1080/13676261.2015.1020935>

Pansepp, J. (1995). *The emotional source of "chills" induced by music*. *Musik Perception*, 13, 171-207

Sloboda, J. A. (1991). Music structure and emotional Response: Some empirical findings. Psychology of Music, 19(2), 110–120

Waterman, M. (1996). Emotional responses to music: Implicit and explicit effects in listeners and performers. Psychology of Musk, 24,53-67.