

MARIA CHEŁKOWSKA-ZACHAREWICZ

ZAGADKA EMOCJI MUZYCZNYCH

Czym są, jak powstają
i czy są podatne na zmiany?



UNIWERSYTET ŚLĄSKI
WYDAWNICTWO



Maria Chelkowska-Zacharewicz

Psycholog, muzyk (klasa śpiewu), trener, doktor nauk społecznych w dziedzinie psychologii, adiunkt na Uniwersytecie Śląskim w Katowicach. Badawczo zajmuje się psychologicznymi aspektami muzycznego funkcjonowania człowieka.

Autorka i współautorka monografii, rozdziałów i artykułów naukowych.

W ramach projektu Strefa Harmonii wspiera muzyków na różnych etapach kariery poprzez rozwijanie elastyczności i odporności psychologicznej. Pracuje indywidualnie z muzykami oraz realizuje swoje autorskie programy, m.in. „Radość z muzyki” w ramach warsztatów stacjonarnych i online. W swojej pracy wykorzystuje trening akceptacji i zaangażowania, w którym podnosi swoje kompetencje m.in. dzięki inicjatywom Association for Contextual Behavioral Science i ACBS Polska, których jest członkinią. Jest organizatorką wydarzeń promujących psychologię muzyki w Polsce, pełni też funkcję członka rady wykonawczej European Society for the Cognitive Sciences of Music.

ZAGADKA
EMOCJI
MUZYCZNYCH

[Kup książkę](#)

MARIA CHEŁKOWSKA-ZACHAREWICZ

ZAGADKA EMOCJI MUZYCZNYCH

Czym są, jak powstają
i czy są podatne na zmiany?

Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego • Katowice 2021

[Kup książkę](#)

Recenzent
Piotr Podlipniak

Spis treści

Podziękowania	9
Wstęp – dlaczego „emocje muzyczne”?	11
1. Czym są emocje w muzyce?	15
1.1. Muzykologia i estetyka o emocjach w muzyce	15
1.2. Dwie perspektywy emocji w muzyce	18
1.3. Definicja emocji muzycznych w kontekście innych reakcji emocjonalnych	23
1.3.1. Jak rozumiemy różne reakcje emocjonalne?	24
1.3.1.1. Afekt	24
1.3.1.2. Emocje	25
1.3.1.3. Nastrój	26
1.3.2. Czym jest reakcja emocjonalna w muzycznym doświadczeniu?	27
1.3.2.1. Afekt?	27
1.3.2.2. Emocje?	29
1.3.2.3. Nastrój?	30
1.3.2.4. Emocje muzyczne?	31
1.3.2.5. Konsekwencje różnorodności definicyjnej w psychologii emocji muzycznych	34
1.3.2.6. Podsumowanie: czym zatem są reakcje emocjonalne na muzykę?	36
2. Jak powstają reakcje emocjonalne na muzykę? Współczesne teorie	39
2.1. Oczekiwania muzyczne według Hurona – model ITPRA	39
2.2. Całościowe podejście do emocji według Juslina – model BRECVEMA	44
2.2.1. Reakcja pnia mózgu	44
2.2.2. Dopasowanie rytmiczne	45
2.2.3. Warunkowanie ewaluatywne	45
2.2.4. Emocjonalne zarażenie	46

2.2.5. Wyobrażenia wzrokowa	47
2.2.6. Pamięć epizodyczna	48
2.2.7. Oczekiwanie muzyczne	48
2.2.8. Estetyczna ocena	49
2.2.9. Podsumowanie modelu BRECVEMA	51
2.3. Teoria estetycznej triady	54
2.4. I co z tego wynika?	56
3. Czym jest podstawowa reakcja na muzykę i jak można ją modyfikować?	59
4. Badania własne – wprowadzenie	65
4.1. Cel i pytania badawcze	65
4.2. Wybór materiału eksperymentalnego – utwory muzyczne	69
4.3. Podstawowa reakcja na doświadczanie muzyki	72
4.3.1. Wybór materiału eksperymentalnego – słowa i pseudosłowa	73
4.3.2. Procedura badania	74
4.3.3. Badana grupa i przygotowanie bazy wyników	75
4.3.4. Wyniki badania	76
4.3.4.1. Armand Amar & Lévon Minassian – <i>Ar intch lav er</i>	76
4.3.4.2. Edgar Varése – <i>Arcana</i>	78
4.3.4.3. John Dreamer – <i>End of My Journey</i>	80
4.3.4.4. Józef Haydn – <i>10 Sinfonia concertate</i>	82
4.3.4.5. Józef Haydn – <i>Koncert fortepianowy D-dur Hob XVIII/III – Vivace</i>	84
4.3.4.6. Porównania czasów reakcji dla wyników całościowych	86
4.3.5. Dyskusja	87
4.3.5.1. Czas reakcji a pomiar bazowy	93
4.4. Modyfikacja podstawowej reakcji na muzykę	94
4.4.1. Przygotowanie materiału obrazowego do eksperymentu	95
4.4.1.1. Wybór materiału z dostępnych baz obrazów	95
4.4.1.2. Badanie wstępne – ocena zestawów slajdów	96
4.4.1.3. Procedura badania	98
4.4.2. Charakterystyka badanej grupy i statystyki opisowe	100
4.4.3. Wyniki badania	105
4.4.3.1. Weryfikacja hipotez 2.1 oraz 2.2	106
4.4.4. Dyskusja	110

4.5. Wnioski z badań własnych	114
4.5.1. Ograniczenia przeprowadzonych eksperymentów i przyszłość badań nad reakcjami emocjonalnymi na muzykę	116
4.5.2. Zastosowanie uzyskanych wyników w praktyce badawczej i metodologii badań emocji w muzyce	119
4.5.3. Zastosowanie uzyskanych wyników w regulacji nastroju i wzbudzaniu emocji	120
Zakończenie – Czy emocje muzyczne to emocje?	121
Aneks A. Polska Adaptacja <i>Geneva Emotional Music Scale</i>	123
Aneks B. Wybór materiału do eksperymentu	127
Aneks C. Wyniki analizy statystycznej w eksperymencie pierwszym	141
Aneks D. Porównanie wyników w dwóch trybach w eksperymencie drugim	153
Aneks E. Wyniki analizy statystycznej w eksperymencie drugim	159
Bibliografia	269
Summary	283

Podziękowania

Praca nad tą monografią miała wiele momentów wspaniałych i jednocześnie trudnych. Nie zaczęła się z dniem, w którym rozpoczęłam porządkowanie materiałów z przeprowadzonych badań. Właściwie początek tej książki był jednocześnie dniem, w którym coś przeskoczyło w mojej głowie, łącząc dwie moje miłości: psychologię i muzykę. Dzięki temu połączeniu przeżyłam przygodę, która zaprowadziła mnie do wspaniałych ludzi i wydarzeń, a w końcu do napisania pierwszej mojej książki.

W słuchaniu i tworzeniu muzyki zawsze fascynowało mnie to, jak już pierwsze dźwięki słyszanego lub wykonywanego utworu mogą wprowadzić określony nastrój u słuchaczy czy wykonawców. Wielokrotnie doświadczając ciarek, uniesienia, radości czy głębokiego smutku podczas słuchania muzyki, czy jej wykonywania, zastanawiałam się, co takiego się dzieje we mnie, w moim otoczeniu, w towarzyszących mi ludziach. Czy to tylko moje wrażenie? A może dzielimy wspólne doświadczenia? Szczególną uwagę zwracałam na te najbardziej intensywne doznania, które – miałam wrażenie – wymykały się poznaniu.

Tym bardziej jestem wdzięczna bardzo wielu osobom, które towarzyszyły mi na drodze tego emocjonalnego doświadczenia muzyki (i pisania książki), bez których przeprowadzone przeze mnie badania oraz będąca ich rezultatem książka pewnie nigdy by nie powstały.

Ponieważ monografia ta jest poświęcona muzyce, to nie sposób nie zacząć od niej właśnie. Serdeczne podziękowania składam moim Nauczycielom muzyki: śpiewu, fortepianu, harmonii, historii muzyki, dyrygentkom chóru i zespołu wokalnemu – mogłabym wymieniać bez końca. To dzięki mojej przygodzie w szkole muzycznej poznałam różnorodność i bogactwo muzyki, miałam okazję doświadczać też przyjemności (i przerażenia) występowania na scenie i emocji z tym związanych. Szansa, jaką dostałam, mogąc uczyć się od tych wspaniałych muzyków, zbudowała podstawy tego, kim dzisiaj jestem i co robię.

W tym miejscu nie mogę nie wspomnieć o mojej Ali, która jako pierwsza zasiała we mnie ziarenko nadziei, że choć już dość późno, to moja edukacja muzyczna jest możliwa. Alu, dziękuję Ci za to, że mnie popchnęłaś do działania. Kto wie, jak potoczyłoby się moje życie, gdyby nie ta rozmowa kilkanaście lat temu, w której zainspirowałaś mnie do złożenia dokumentów do szkoły muzycznej.

Jestem też ogromnie wdzięczna mojej społeczności akademickiej – Studentom za ich nieustanną inspirację dzięki pytaniom i wątpliwościom; współpracownikom, którzy w codzienności, ale też w najtrudniejszych dla mnie momentach zawsze znaleźli czas, by wymienić się myślami i wzajemnie wspierać; Promotorom, którzy prowadzili mnie w tej trudnej drodze początkującego badacza.

Nade wszystko jestem wdzięczna mojej Mamie i Dziadkom. Pamiętam te pierwsze momenty zetknięcia się z muzyką w sali koncertowej, wspólne kolędowania, które wzbudziły we mnie miłość do muzyki i śpiewu. W sercu noszę muzykę, którą znam z naszych wspólnych wyjazdów, graną na gramofonie – do tej mam szczególny sentyment, na kasetach w samochodzie, na płytach, które licznie zamieszkiwały półeczki w babcinym salonie. Te początki czystej muzycznej radości były dla mnie bardzo ważne, zaszczerpiły we mnie miłość do muzyki, bez której pewnie bym przeszła obojętnie obok możliwości muzycznego rozwoju postawionych przede mną na mojej drodze.

Last but not least. Z całego mojego serca dziękuję mojemu ukochanemu Mężowi, który z cierpliwością godną podziwu znosi moje kolejne pomysły i naukowe szaleństwa, a jednocześnie nie traci zapału w ciągłym wspieraniu mnie. I dziękuję naszej wspaniałej Córcie, która w czasie, gdy ta książka powstawała, pokazała mi, jak można cieszyć się muzyką i muzykowaniem, odkrywając przede mną na nowo miłość i fascynację do świata dźwięków.

Wstęp – dlaczego „emocje muzyczne”?

Gdy siadam do pisania tego tekstu, w tle słyszę muzykę płynącą z radia. Jest wieczór i utwory są spokojniejsze niż te, które pojawiają się w głośnikach w ciągu dnia. To subtelne dźwięki jednej z moich ulubionych audycji, która jak zawsze – jestem tego pewna – przyniesie mi miękkie i aksamitne brzmienia. Ta pewność sprawia, że czuję się spokojna, jest mi przyjemnie, a jednocześnie mam siłę do dalszej pracy i pisania. Przesadą byłoby, gdybym napisała, że ta muzyka motywuje mnie do działania, zdecydowanie tak nie jest. Sprawia ona jednak, że przyjemniej mi się pracuje. Od kiedy pamiętam, praca przy muzyce była moim sposobem na efektywność i zmniejszenie poczucia zmęczenia. Nie każdemu jednak ten sposób odpowiada – w zależności od preferencji, cech osobowości czy pobudliwości sięgamy po muzykę tła bardziej bądź mniej entuzjastycznie.

Słowo *muzyka* pochodzi od greckiego *mousiké* oznaczającego w starożytności sztukę, której patronkami były Muzy. Oznacza to, że odnosiło się ono wtedy nie tylko do muzyki, ale też do poezji czy tańca. Muzyka jest połączeniem elementu akustycznego z duchową ideą, które, jako forma oraz treść, stanowią integralną całość muzyczną (Urlich, 2003). Materiał akustyczny przetwarzany przez ideę duchową staje się w efekcie sztuką muzyczną analizowaną z perspektywy historii, estetyki i filozofii, a także fizyki czy medycyny. To romantyczne wyjaśnienie podstaw muzyki pozwala zobaczyć, jak wieloaspektowe może być badanie jej – zjawiska subtelного, pięknego, podlegającego ocenie estetycznej, przekazującego różnego rodzaju treści i jednocześnie konkretnego, na które składają się fale dźwiękowe, odbierane przez narząd słuchu i analizowane w ośrodkach mózgowych.

Dzisiaj jeszcze wyraźniej niż kiedykolwiek wcześniej muzyka obecna jest w naszym życiu. Powszechny dostęp do Internetu w komputerze i w telefonie oraz różnorodne aplikacje, takie, jak Spotify, iTunes czy YouTube sprawiają, że mamy muzykę „na wyciągnięcie ręki” czy też raczej kliknięcie przycisku. Muzyka może towarzyszyć i towarzyszy nam w drodze do pra-

cy, szkoły, na siłowni, podczas robienia zakupów, a nawet w urzędzie, gdy czekamy w kolejce na wypełnienie tony dokumentów. A co się dzieje, gdy jesteśmy z daleka od cywilizacji? Są jeszcze takie miejsca, w których ciszę wypełnia brzmienie gitary i śpiewy przy ognisku.

Dlaczego muzyka obecna jest w tak wielu obszarach naszego życia? Jednym z kandydatów na oczywistą odpowiedź na to pytanie są emocje. Gdy jesteśmy na koncercie i słuchamy na żywo swojego ulubionego wykonawcy albo gdy siedzimy z kubkiem gorącego kakao i słuchamy specjalnie wybranej na ten wieczór płyty, doświadczamy różnego rodzaju przeżyć. Podczas słuchania muzyki płaczemy, śmiejemy się, odczuwamy ciarki (Sloboda, 1991), doświadczamy też estetycznych uniesień (np. Zentner et al., 2008).

Jednak z perspektywy nauki w odniesieniu do tych emocjonalnych doświadczeń podczas słuchania muzyki pojawiają się pytania. Czy to są emocje? Jakie to są emocje? Jak one powstają? Muzyce jest przypisywana moc wzbudzania szerokiego wachlarza różnych uczuć: od smutku, przez nostalgię, po radość i ekstazę, ale także rozdrażnienie, złość czy gniew. Przy muzyce się wzruszamy, wyrażamy nią miłość i wiele innych ważnych dla nas uczuć i emocji. W świecie badań nad muzycznymi emocjami funkcjonuje romantyczne przekonanie, że muzyka powoduje emocje.

Choć nie wszyscy się z tym zgadzają, większość z nas stwierdzi jednak, że muzyka wywołuje emocje – w końcu doświadczamy ich. Jednocześnie słuchając tego samego utworu wiele razy, możemy zauważyć, że nie zawsze doświadczamy tych samych emocji. Już od najmłodszych lat uczymy się pewnych relacji pomiędzy właściwościami muzyki a jej emocjonalnością (np. muzyka w durowym trybie jest przyjemna i radosna). Jednak, gdy przyjrzymy się dokładniej reakcjom różnych osób, to zaobserwujemy, że te same utwory muzyczne mogą wywoływać bardzo różne emocje i odczucia, np. radość, spokój, nostalgię, zadumę. Nawet ta sama osoba może doświadczyć zupełnie różnych wrażeń w reakcji na ten sam utwór.

To między innymi te wątpliwości oraz inne niejasności czy wewnętrzne sprzeczności pojawiające się w badaniach nad emocjami w muzyce sprawiły, że dzisiaj bardziej chyba niż kiedykolwiek wcześniej mamy trudność

w określeniu, czym są emocje muzyczne oraz czy to, co powstaje w sytuacji doświadczania muzyki, to na pewno emocje?

Koniec XX wieku był czasem, w którym psychologia, filozofia i estetyka muzyki stały się obszarem dyskusji pomiędzy zwolennikami różnych podejść do emocji w muzyce. Ukształtowały się więc dwa przeciwstawne stanowiska, określane mianem emotywistycznego i kognitywistycznego (Kivy, 1990). Ten symboliczny podział odmiennych podejść do tematyki emocji w doświadczeniu muzycznym, choć uproszczony, jest jednak dobrą podstawą dla rozważenia podstawowego pytania – czy muzyka ma moc indukowania emocji? I choć dzisiaj zwolenników czysto kognitywistycznego podejścia jest znacznie mniej niż podejścia emotywistycznego, to problem ten dalej nurtuje badaczy. Co stanowi źródło powstawania emocji w muzycznym doświadczeniu? Czy muzyka prowadzi do emocji? Jak powstaje muzyczna emocja? W niniejszej pracy nawiązuję częściowo do tej dyskusji poprzez analizę literatury, ale również poprzez przedstawienie własnych badań i podejmuję próbę wskazania sposobu powstawania muzycznych emocji.

W pierwszej części pracy skupiam się na omówieniu emocji w kontekście muzycznego doświadczenia. O emocjach w muzyce mówi nie tylko psychologia, ale również, i właściwie przede wszystkim, muzykologia i estetyka. Z tego też względu powstały różnorodne koncepcje i sposoby rozumienia emocji i emocjonalnego oddziaływania muzyki. Nawiązuję tutaj też do dwóch perspektyw emocjonalności w muzyce, które widoczne są nie tylko w teoretycznych rozważaniach, lecz także w podejściu do badań empirycznych. Rozważania zamykam analizą definicji emocji muzycznych pojawiających się w badaniach i koncepcjach teoretycznych. Pokazuję również i rozważam zdefiniowane emocje muzyczne w kontekście innych reakcji emocjonalnych.

W kolejnej części książki przybliżam trzy koncepcje wyjaśniające powstawanie reakcji emocjonalnych na muzykę oraz wnioski, które mają znaczenie w dalszej części pracy. Po podsumowaniu mechanizmów, które prowadzą nas do emocji ujawniających się w reakcji na muzykę, proponuję model własny uwzględniający dotychczasową wiedzę i wyniki badań.

W ostatniej części książki przedstawiam własne badania, które przeprowadziłam, aby zweryfikować autorski model. Na samym końcu, pod-

sumowując wyniki badań własnych, a także uwzględniając przedstawione w książce rozważania teoretyczne, odpowiadam na pytanie, czy emocje muzyczne są emocjami w naukowym tego słowa znaczeniu.

Książka uzupełniona jest pięcioma aneksami, w których zawarłam szczegółowe tabele z wynikami analiz statystycznych. W Aneksie A znajduje się też podsumowanie adaptacji narzędzia do pomiaru emocji muzycznych, które zaadaptowałam na potrzeby własnych badań, a z którego dzisiaj może korzystać każdy, kto zechce zagłębić się w tę fascynującą tematykę.

Maria Chełkowska-Zacharewicz

The puzzle of musical emotions

S u m m a r y

Why is music present in so many aspects of our lives? One potential answer lies in the emotions we feel in a variety of situations when listening to and experiencing music. In response to music, we cry, we laugh, we shiver; we feel sadness and nostalgia, but also joy and ecstasy. However, the areas of study that analyze these diverse aesthetic experiences raise interesting questions. Are these experiences emotions? If so, what kind of emotions are they? How do these emotions arise? In order to solve the puzzle of musical emotions, it is important to first understand how emotions in music are understood by musicologists and psychologists. These different approaches constitute the starting point for a conversation about emotional experiences and the ways in which they are evoked when listening to music. The models of the mechanisms of emotional reactions to music discussed in this work allow us to understand the complexity of this fascinating phenomenon. Moreover, the monograph includes the author's own model, which integrates previous knowledge on the emergence of emotions in musical experience and its empirical verification. In the conducted research, the proposed basis of emotional response to music is affect, and the richness of various emotional experiences occurring while listening to music is linked to the cognitive factor, which results from the experience of the situational context.

Keywords: musical emotions, psychology of music, affect, situational context, music

Redaktor
Magdalena Kopec

Projekt okładki
Emilia Dajnowicz

Redakcja techniczna
Małgorzata Pleśniar

Korekta
Lidia Szumigała

Łamanie
Edward Wilk

Nota copyrightowa obowiązująca do 31.12.2022
Copyright © 2021 by Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego
Wszelkie prawa zastrzeżone

Sprzysyamy otwartej nauce. Od 1.01.2023 publikacja dostępna na licencji Creative Commons
Uznanie autorstwa-Na tych samych warunkach 4.0 Międzynarodowe (CC BY-SA 4.0)



Wersja elektroniczna monografii zostanie opublikowana w formule wolnego dostępu
w Repozytorium Uniwersytetu Śląskiego www.rebus.us.edu.pl

 <https://orcid.org/0000-0002-5214-0297>
Chełkowska-Zacharewicz, Maria
Zagadka emocji muzycznych : czym są, jak
powstają i czy są podatne na zmiany? / Maria
Chełkowska-Zacharewicz. Wydanie I. -
Katowice : Wydawnictwo Uniwersytetu
Śląskiego, 2021

<https://doi.org/10.31261/PN.4062>

ISBN 978-83-226-4077-7

(wersja drukowana)

ISBN 978-83-226-4078-4

(wersja elektroniczna)

Wydawca
Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego
ul. Bankowa 12B, 40-007 Katowice
www.wydawnictwo.us.edu.pl
e-mail: wydawnictwo@us.edu.pl

Druk i oprawa:
Volumina.pl Daniel Krzanowski
ul. Księcia Witolda 7-9
71-063 Szczecin

Wydanie I. Arkuszy drukarskich: 17,75. Arkuszy wydawniczych: 18,5. Publikację wydrukowano
na papierze offsetowym 90 g. PN 4062. Cena 39,90 zł (w tym VAT).

[Kup książkę](#)

(...) książka charakteryzuje się wspomnianą przystępnością języka, tak rzadko spotykaną w pracach naukowych, a przecież jakże pożądaną w dobie uprawiania badań interdyscyplinarnych. Jest to więc niekwestionowana zaleta tej pracy, która sprawia, że zawarte w książce postulaty i tezy mogą spotkać się z zainteresowaniem przedstawicieli różnych dyscyplin naukowych i stać się impulsem do dalszych badań, wykraczających poza prezentowaną w książce perspektywę psychologiczną. Jestem też przekonany, że książka znajdzie zainteresowanie wśród szerokiego grona miłośników muzyki niekoniecznie zaangażowanych w badania naukowe nad muzyką. (...) Prezentowane w pracy ustalenia będą niewątpliwie cennym źródłem wiedzy dla refleksji estetycznej, uprawianej zarówno z perspektywy tradycyjnej estetyki, jak i naturalistycznie zorientowanej neuroestetyki.

*Z recenzji wydawniczej
Piotra Podlipniaka, prof. UAM*



Cena 39,90 zł (w tym VAT)

ISBN 978-83-226-4078-4



9 788322 640784

Więcej o książce



[Kup książkę](#)