Secondly, we listen to music to help us change activities. If we want to go from one activity to another, we often use music to help us make the change. For example, we might play a certain kind of music to prepare us to go out in the evening, or we might play another kind of music to relax us when we get home from work. That’s mainly why people listen to music in cars, and they often listen to one kind of music when they're going to work and another kind when they’re coming home. The same is true of people on buses and trains with their iPods.

*Em segundo lugar, ouvimos música para nos ajudar a mudar de atividade. Se queremos passar de uma atividade para outra, muitas vezes usamos a música para nos ajudar a fazer a mudança. Por exemplo, podemos ouvir um certo tipo de música para nos preparar para sair à noite, ou podemos ouvir outro tipo de música para nos relaxar quando chegamos em casa do trabalho. É principalmente por isso que as pessoas ouvem música nos carros, e muitas vezes ouvem um tipo de música quando vão trabalhar e outro tipo quando estão voltando para casa. O mesmo vale para pessoas em ônibus e trens com seus iPods.*