

A prática individual do músico e a autorregulação da aprendizagem¹

MODALIDADE: COMUNICAÇÃO

SUBÁREA: PERFORMANCE

Leandro Quintério

Universidade de São Paulo – lequinterio@gmail.com

Edelton Gloeden

Universidade de São Paulo – edeltongloeden@uol.com.br

Resumo: Este trabalho tem como objetivo abordar a prática individual do músico, destacando o aspecto metacognitivo e a autorregulação da aprendizagem. Serão abordadas pesquisas sobre o estudo individual e elucidado brevemente o processo da autorregulação, baseado na Teoria Social Cognitiva de Albert Bandura. A pesquisa empírica tem observado o aprendizado autônomo como um diferencial no comportamento dos músicos mais avançados e enfatiza sua importância na aquisição da *expertise*. No entanto, o assunto ainda é recente e necessita maiores investigações, principalmente dentro da pesquisa no Brasil.

Palavras-Chave: Performance musical. Estratégias de estudo. Autorregulação da aprendizagem.

The musician's individual practice and the self-regulated learning

Abstract: The aim of this paper is to examine the musician's individual practice, with special attention to the metacognition and the self-regulated learning. It will be discussed researches about the individual practice and briefly enlighten the self-regulation concept, based on the Social Cognitive Theory by Albert Bandura. The empiric research has been observing the autonomous learning as a distinctive feature on advanced musicians and highlights its importance in the acquisition of *expertise*. However, this subject is still fresh and requires more investigation, primarily within the Brazil's research.

Keywords: Musical performance. Practice strategies. Self-regulated learning.

1. A pesquisa sobre a prática musical

A ideia de que é necessário prática para alcançar proficiência na performance é muito antiga e pelo menos dentro do último século pesquisas já tem se voltado a entender as características da preparação do músico (JORGENSEN, 2004: 87; BARROS, 2015: 287). Sendo uma das atividades humanas mais complexas, a música envolve desde o controle motor a uma diversidade de processos cognitivos como percepção, atenção, memória e compreensão da linguagem musical. Há vários objetivos ao se praticar: aprender, desenvolver ou manter a técnica, aprender novas músicas, interpretação, memorização, preparação para a performance e cada um desses aspectos tem sido foco de diversos trabalhos (consultar PARNCUTT; MCPHERSON, 2002. WILLIAMON, 2004).

Pesquisadores de áreas como psicologia, neurociência e educação tem se voltado ao estudo da atividade musical para entender o processo de aquisição de habilidades, a *expertise* em música, como os músicos praticam, como a prática pode ser mais produtiva, e

outros assuntos específicos como memorização e ansiedade na performance. A investigação desses temas se intensificaram nas últimas décadas do século XX, devido às novas possibilidades tecnológicas, como o registro em audiovisual, programas de computador para a análise dos dados e o próprio desenvolvimento da pesquisa na área de psicologia da música (BARROS, 2015: 288)

Esses trabalhos trazem novas possibilidades para o ensino e a prática musical, já que podem ajudar a esclarecer conceitos controversos, reforçar ou questionar práticas já consolidadas. Colocam em evidência também elementos que antes não eram registrados, transmitidos através da tradição oral nas aulas de música, abordados informalmente ou simplesmente negligenciados.

Os estudos sobre a prática individual em sua maioria tratam do aprendizado dentro da música clássica ocidental e abordam uma diversidade de aspectos. Embora com ideias contrastantes, de maneira geral, as pesquisas sobre o desenvolvimento da proficiência em música se alinham em duas categorias: a importância da quantidade e da qualidade na prática.

Com relação a quantidade, o acúmulo de prática ao longo de vários anos, o início cedo da aprendizagem ao instrumento, e regularidade semanal mostram-se relacionados à *expertise*, segundo autores como Ericsson et al (1993) e Sloboda et al (1996). Além disso, a quantidade de prática parece ter também um papel importante no desenvolvimento de programas motores, das habilidades cognitivas e da memorização (SANTOS, 2009:75).

Importante esclarecer que esses trabalhos tratam da chamada prática deliberada, uma forma específica de estudar, diferente da prática informal dos músicos amadores. O termo prática deliberada foi introduzido por Ericsson et al (1993) e remete a uma atividade guiada por objetivos e que requer esforço consciente.

Outros autores voltaram-se para o conteúdo e a qualidade da prática, questionando se a quantidade seria o principal pré-requisito para a *expertise*. O aspecto qualitativo tem sido então pesquisado com foco em diferentes elementos, como a concentração, a motivação, o estabelecimento de metas e o uso de estratégias (SANTOS; HENTSCHE, 2009: 76).

Williamon e Valentine (2000), por exemplo, através de um estudo realizado observaram que apesar das horas acumuladas ao longo de anos de prática estarem associados a *expertise*, o montante de horas na preparação para uma performance específica não determinava o nível de qualidade desta. O diferencial nestes casos não foi a quantidade, e sim a maneira como a preparação para a performance foi organizada e planejada.

Outro conceito levantado é o de que a prática deve ser efetiva, baseado em algumas características como a economia de tempo e esforço em busca de um objetivo (HALLAM, 1998 apud SANTOS; HENTSCHE, 2009: 73), ou sua natureza crítico-reflexiva para a excelência artística (WILLIAMON, 2004). Dentro dessa postura frente à situação de prática, os músicos deveriam fazer uso de diferentes estratégias (JORGENSEN, 2004), e quanto mais diverso seu conhecimento e experiência em empregar procedimentos para realização do estudo, mais produtivo este será. No entanto, as estratégias por si só não são eficientes, já que outras variáveis devem ser levadas em consideração, como as características da tarefa e os aspectos individuais.

Trabalhos recentes têm enfatizado a importância da metacognição, que seria o conhecimento sobre os seus processos cognitivos e sobre o aprendizado em si, ou seja, diz respeito do saber como estudar (BARRY; HALLAM, 2002. JORGENSEN, 2004. HALLAM; BAUTISTA, 2012). As habilidades metacognitivas englobam o conhecimento do que é necessário para realizar uma tarefa, a sua capacidade de realizá-la, as possíveis estratégias a empregar, uma ampla capacidade de reflexão sobre seu próprio aprendizado, da motivação e da superação de limites. Quanto maior a capacidade dos estudantes controlarem sua própria prática, melhor administram as diversas variáveis para otimizar o aprendizado (HALLAM; BAUTISTA, 2012: 662).

A habilidade de controlar seu próprio estudo refere-se à autorregulação, conceito que se mostra como um dos principais aspectos para o aprendizado autônomo (LEHMANN; JORGENSEN, 2012: 685) e pode ser um diferencial para a produtividade da prática musical.

2. Autorregulação

A autorregulação diz respeito aos mecanismos usados pelos indivíduos para controlar seu comportamento e tem sido estudada por várias frentes da psicologia, dentre elas a Teoria Social Cognitiva, do psicólogo Albert Bandura. Essa teoria postula que o comportamento humano "é determinado a partir da interação contínua e recíproca entre as influências ambientais, pessoais e comportamentais" e, portanto, "o homem é um ser capaz de exercer um papel ativo em sua própria história" (POLYDORO; AZZI, 2008: 150). Isto é possível através de algumas características humanas, dentre as quais a capacidade de autorregulação é uma das principais.

Ainda segundo Azzi e Polydoro, a autorregulação "é um processo consciente e voluntário de governo, pelo qual possibilita a gerência dos próprios comportamentos,

pensamentos e sentimentos, ciclicamente voltados e adaptados para obtenção de metas pessoais e guiados por padrões gerais de conduta" (2009: 75).

Segundo Boruchovitch, a autorregulação na aprendizagem começou a ganhar destaque a partir de 1980, voltada principalmente ao uso de estratégias. Já nos últimos anos, tem sido estudada com uma visão mais integrada, considerando aspectos como autoeficácia, autoavaliação e motivação (2014: 403). Essas pesquisas sobre a autorregulação no contexto educacional tem mostrado o importante papel que os mecanismos desse processo desempenham no sucesso acadêmico dos estudantes (cf. FREIRE, 2009).

Como sintetizado por Montalvo e Torres (2004), o estudante autorregulado é aquele que:

[...] aprendeu a planejar, controlar e avaliar seus processos cognitivos, motivacionais, afetivos, comportamentais e contextuais; possui autoconhecimento sobre o próprio modo de aprender, suas possibilidades e limitações. Com tal conhecimento, o estudante controla e regula o próprio processo de aprendizagem em direção aos objetivos e metas. (MONTALVO; TORRES, 2004 apud AZZI; POLYDORO, 2009: 79).

Ha vários modelos de aprendizagem autorregulada e que se assemelham em muitos aspectos, como os de Pintrich, Zimmerman e Rosário (ver em AZZI; POLYDORO, 2009), mas para este trabalho mostra-se interessante a proposta de Zimmerman, que se baseia na Teoria Social Cognitiva e que já discutiu a autorregulação na prática musical (MCPHERSON; ZIMMERMAN, 2002).

O modelo de Zimmerman envolve três fases em um processo cíclico:

- Fase prévia, que envolve a análise da tarefa, o estabelecimento de metas e a escolha de estratégias para sua realização. É influenciada pela motivação, pelas crenças de autoeficácia e pela expectativa de resultados;
- Fase de realização, que compreende a execução dos planos traçados na fase anterior, monitorada pela auto-observação e o autocontrole do desempenho;
- Fase de autorreflexão, que inclui a avaliação do processo, comparando os resultados obtidos com o que se esperava alcançar. Como o processo é cíclico, os resultados e o *feedback* proporcionado nesta fase orientam as decisões que serão tomadas na fase prévia (AZZI; POLYDORO, 2009: 82).

Essa separação em fases é feita apenas por uma questão didática para compreensão do processo. A autorregulação é um constructo e sua operação não se pode observar diretamente, mas somente através do comportamento ou de inferências, como destaca Freire (2009: 281).

O mecanismo autorregulatório faz parte do comportamento de todos os indivíduos, em maior ou menor grau. Contudo é importante ter em mente que não é um processo mecânico, linear ou automático e quanto mais diversificada a atividade e as interações das variáveis, mais complexo ele será.

3. A aprendizagem autorregulada na prática musical

A pesquisa empírica em performance musical, através de trabalhos em que se observa o comportamento dos músicos nas sessões de estudo, tem evidenciado que aqueles mais avançados possuem bons hábitos durante a prática, empregando diversos procedimentos e estratégias. Alguns exemplos seriam o estudo guiado por metas, a organização da sessão de estudos, a análise prévia para compreensão das músicas, o estudo a partir de uma concepção total da obra, o uso de verbalização guiando a prática e o estudo mental (cf: BARRY; HALLAM, 2002. LEHMANN; JORGENSEN, 2012).

Além disso, o músico *expert* tem um senso metacognitivo mais desenvolvido o que colabora para o comportamento autorregulatório, permitindo maior conhecimento do que é necessário para realizar as tarefas (NIELSEN, 1999 apud BARRY; HALLAM, 2002: 154; HALLAM, 2001 apud SANTOS; HENTSCHEKE, 2009: 78). Desse modo, pode então monitorar e avaliar melhor sua performance e perceber quando há dificuldade em algum aspecto ou habilidade. Portanto, além do amplo conhecimento de diferentes estratégias de estudo, as habilidades autorregulatórias se mostram de grande relevância para o desenvolvimento do músico (MCPHERSON; ZIMERMANN, 2002; NIELSEN, 2001 apud LEHMANN; JORGENSEN, 2012: 685).

Pode-se encontrar a abordagem da autorregulação na prática musical também em Jorgensen (2004). O autor apresenta estratégias para o estudo individual e defende que este deve funcionar como autoensino, tal como sugere o pedagogo do violino Ivan Galamian (1903-1981), e propõe um modelo de aprendizagem cíclica que se baseia na proposta de Zimmermann, citada anteriormente. O modelo engloba basicamente três etapas: planejamento, execução, avaliação. Jorgensen inclui ainda nesse processo a metacognição, discutindo a importância de conhecer diferentes estratégias e sua aplicação, além de aprender a observar seu comportamento e desempenho.

Apesar da importância dessas estratégias, o planejamento e a reflexão parecem não ser hábitos comuns dos estudantes (JORGENSEN, 2004: 89) e um grande número de deles apresenta dificuldades em planejar seu estudo ou aplicar diferentes estratégias (CAVALCANTI, 2009).

Um dos prováveis motivos pelos quais isso ocorre é a maneira de como o assunto é abordado pelos professores, o que reforça a importância destes na transmissão do conhecimento e a necessidade de incluir esse aspecto na formação dos profissionais. Outro ponto mais específico, como discutido por Cavalcanti (2009), é a autoeficácia. Este conceito diz respeito às crenças pessoais na capacidade de realizar determinada tarefa e também de controlar seu aprendizado, influenciando diretamente o processo da autorregulação.

A pesquisa em performance muito tem a ganhar com a interdisciplinaridade e os trabalhos envolvendo diferentes áreas do conhecimento tem crescido nos últimos anos². No entanto, a pesquisa da autorregulação na prática musical ainda é relativamente recente e sua aplicação sobre a aprendizagem carece de investigação, principalmente dentro do âmbito de pesquisa no Brasil.

Ao fazer uma busca pelos principais periódicos nacionais da área de música, além de anais de congressos e dissertações já é possível encontrar autores que estão tratando do assunto. Por exemplo: Cavalcanti (2010) que investiga o uso da autorregulação em instrumentistas no ensino superior; Gusmão (2011) que trata de procedimentos autorregulatórios na aprendizagem de percepção musical; Silva e Scarduelli (2013) com uma proposta de aplicação da autorregulação especificamente voltada ao ensino de técnica do violonista. Há também outros autores que tratam de aspectos relacionados, como motivação (CONDESSA, 2011) e autoeficácia (ARAUJO, 2013; CAVALCANTI, 2009), o que mostra uma crescente atenção aos aspectos metacognitivos do fazer musical. Apesar disso, estes trabalhos ainda são um número pouco representativo se comparado com outros assuntos da performance e educação.

4. Considerações Finais

Como foi visto anteriormente, pesquisas recentes na área de performance musical destacam a importância do aspecto qualitativo nas situações de prática individual. Ainda que a quantidade de tempo investido no estudo seja relevante, é fundamental que se conheça e se utilize diferentes estratégias para uma prática mais produtiva. Além do uso de estratégias específicas, outras variáveis como a metacognição e a autorregulação têm grande influência no processo de aprendizagem.

É importante que se estimule reflexão sobre o assunto, para compreender melhor o processo de autorregulação na prática musical. Muito embora o comportamento autorregulado possa estar presente de alguma maneira na rotina de estudos dos músicos, nem todos têm uma boa percepção do seu próprio aprendizado, principalmente os estudantes.

Considerando que a preparação do músico é realizada de forma predominantemente individual e que, após uma etapa de formação, nem sempre ele terá acompanhamento de um professor, seria muito benéfico aprender a regular melhor sua própria prática. Por esse motivo, a atividade musical pode se beneficiar de maiores estudos sobre como o professor pode estimular o comportamento autônomo no aluno e como o próprio estudante pode melhorar sua rotina, assumindo maior responsabilidade no seu desenvolvimento.

Referências:

- ARAÚJO, R. C. Crenças de autoeficácia e teoria do fluxo na prática, ensino e aprendizagem musical. *Percepta Revista de Cognição Musical*, v. 1, p. 55-66, 2013.
- AZZI, R. G.; POLYDORO S. A. J. Autorregulação da aprendizagem na perspectiva da teoria sociocognitiva: introduzindo modelos de investigação e intervenção. *Revista Psicologia da Educação*, São Paulo, n. 29, p. 75-94, 2009.
- BARROS, L. C. Retrospectiva histórica e temáticas investigadas nas pesquisas empíricas sobre o processo de preparação da performance musical. *Per Musi*, Belo Horizonte, n.31, p.284-299, 2015.
- BARRY, N.H.; HALLAM, S. Practice. In: PARNCUTT, R., & MCPHERSON, G.E (Eds.). *The science and psychology of music performance*. Oxford: University Press, 2002 p. 151-165.
- BORÉM, F.; RAY, S. Pesquisa em Performance Musical no Brasil no século XXI: problemas, tendências e alternativas. In: Simpósio Brasileiro de Pós-Graduandos em Música (2.), 2012, Rio de Janeiro. *Anais do II SIMPOM*, Rio de Janeiro: UNIRIO, 2012. p. 121-168.
- BORUCHOVITCH, E. Autorregulação da aprendizagem: contribuições da psicologia educacional para a formação de professores. *Psicologia Escolar e Educacional.*, Maringá , v. 18, n.3, p. 401-409, Dez 2014. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-85572014000300401&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 02 Mar. 2016
- CAVALCANTI, C. R. P. *Auto-regulação e prática instrumental: um estudo sobre as crenças de auto-eficácia de músicos instrumentistas*. [157 f.] Dissertação (Mestrado em Música). Setor de Ciências Humanas, Letras e Artes, UFPR, Curitiba, 2009.
- _____. Um estudo sobre a autorregulação da prática instrumental de músicos instrumentistas. *Música em Perspectiva*, [S.l.], v. 3, n. 2, jul. 2011. Disponível em: <<http://ojs.c3sl.ufpr.br/ojs/index.php/musica/article/view/21983/14346>>. Acesso em 03 mar. 2016.
- CONDESSA, J. *A motivação dos alunos para continuar seus estudos em música*. [109 f.] Dissertação (Mestrado em música), Instituto de Artes, UFRGS, Porto Alegre, 2011.
- ERICSSON, K. A.; KRAMPE, R. T.; TESCH-HÖMER, C. The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, v. 100, n. 3, p. 363-406, 1993.
- FREIRE, L. G. L. Auto-regulação da aprendizagem. *Ciências & Cognição*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 2, p. 276-286, 2009. Disponível em <<http://www.cienciasecognicao.org/revista/index.php/cec/article/view/115>> Acesso em 11 ago. 2014.
- GALVÃO, A. Cognição, emoção e expertise musical. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 22, n. 2, p. 169-174, Agosto 2006. Disponível em <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722006000200006>. Acesso em 10 Set. 2014.

- GUSMÃO, P. S. A aprendizagem autorregulada da percepção musical no ensino superior: uma pesquisa exploratória. *OPUS - Revista Eletrônica da ANPPOM*, [s.l.], v. 17, n. 2, p. 121-140, 2015. Disponível em: <<http://www.anppom.com.br/revista/index.php/opus/article/view/204>>. Acesso em: 06 Mar. 2016.
- HALLAM, S. *Instrumental Teaching: a Practical Guide to Better Teaching and Learning*. Oxford, UK: Heineman, 1998
- _____. The development of metacognition in musicians: Implications for education. *British Journal of Music Education*, v. 18, pp. 27-39, 2001.
- JORGENSEN, H. Strategies for individual practice. In: WILLIAMON, A. *Musical excellence: strategies and techniques to enhance performance*. Oxford: Oxford University Press, 2004. p. 85-103.
- LEHMANN, A.C.; JORGENSEN, H. Practice. In: MCPHERSON, G.; WELCH, G.F. *The Oxford Handbook of Music Education*. Oxford: Oxford University Press, 2012. p.677-693.
- MCPHERSON, G. E.; ZIMMERMAN, B. J. Self Regulation of musical learning. In R. COLWELL and C. RICHARDSON (eds). *The new handbook of research on music teaching and learning*, Oxford: Oxford University Press, 2002. p. 348-372.
- MONTALVO, F. T.; TORRES, M. C. G. El aprendizaje autorregulado: presente y futuro de la investigación. *Electronic journal of research in educational psychology*, v. 2, n. 3, p. 1-34, 2004.
- NIELSEN, S. Learning strategies in instrumental music practice. *British Journal of Music Education*, 16(3), p.275–291, 1999. Disponível em: <http://journals.cambridge.org/article_S0265051799000364>. Acesso em 20 fev. 2016.
- _____. Self-regulating learning strategies in instrumental music practice. *Music Education Research* 3, 2001. p. 156-157.
- PARNCUTT, R.; MCPHERSON, G. E. (Eds) *The science and psychology of music performance: Creative strategies for teaching and learning*. New York: Oxford University Press, 2002.
- POLYDORO, S. A. J. & AZZI, R. Autorregulação: aspectos introdutórios. In: BANDURA, A.; AZZI, R.; POLYDORO, S. A. J. (orgs.). *Teoria Social Cognitiva: conceitos básicos*. Porto Alegre, Editora Artmed, 2008. p.149-164.
- SANTOS, R. A. T.; HENTSCHKE, L. A perspectiva pragmática nas pesquisas sobre prática instrumental. *Per Musi*, Belo Horizonte, n. 19, p. 72-82, 2009.
- SILVA, C.; SCARDUELLI, F. A autorregulação da aprendizagem aplicada ao ensino de técnica de violão na graduação. *XXIII Congresso da Anppom*, Brasil, jun 2013. Disponível em:<http://www.anppom.com.br/congressos/index.php/23anppom/Natal2013/paper/view/2159>. Data de acesso: 04 Mar. 2016.
- SLOBODA, J.A.; DAVIDSON, J.W.; HOWE, M.J.A.; MOORE, D.G. The role of practice in the development of performing musicians. *British Journal of Psychology*, v. 87, p.287-309, 1996.
- WILLIAMON, A.; VALENTINE, E. Quantity and quality of musical practice as predictors of performance quality. *British Journal of Psychology*, v. 91, p. 353-376, 2000.
- WILLIAMON, A. *Musical excellence: strategies and techniques to enhance performance*. Oxford: Oxford University Press, 2004.

¹ Este trabalho é baseado na pesquisa de mestrado do 1º autor realizada com apoio da CAPES.

² Para uma visão mais ampla da pesquisa em performance musical, ver trabalhos de BARROS (2015), sobre a pesquisa empírica na área, e BORÉM e RAY (2012) especificamente sobre a pesquisa no Brasil.