

A prática deliberada e a preparação técnico-interpretativa dos alunos do curso de bacharelado em música da UFJF

COMUNICAÇÃO

Bruna Caroline de Souza¹

Universidade Federal de Juiz de Fora – bruna_violin@hotmail.com

Resumo: A proposta do presente trabalho consiste na descrição e reflexão sobre o conceito de prática deliberada, segundo Ericsson *et al* (1993), e a aplicação de seus princípios pelos estudantes de graduação em música da Universidade Federal de Juiz de Fora. Após a revisão de alguns dos principais tópicos sobre o tema, apresenta-se uma discussão sobre os dados levantados a partir de entrevistas e diários de estudos preenchidos pelos alunos. Em conclusão, salienta-se a importância do conhecimento sobre os aspectos procedimentais dessa prática como forma de otimização do tempo de estudo.

Palavras-chave: Estudo deliberado. Prática instrumental. Estratégias de estudo. Aprendizagem musical.

Deliberate Practice and the Technical/Interpretative Music Construction of Undergraduate Students of UFJF's Bachelor in Music

Abstract: This article is intended to describe and reflect on the concept of deliberate practice, according to Ericsson *et al* (1993), and the application of its principles by undergraduate music students at the Federal University of Juiz de Fora (UFJF). After reviewing some of the main topics on this subject, I present a discussion on the data collected from interviews and practice notebooks completed by UFJF students. As a preliminary conclusion, the study stresses the importance of knowing the procedural aspects of this practice as a way of optimizing study time.

Keywords: Deliberate study. Instrumental practice. Strategies of instrumental music practice. Musical learning.

1. Introdução

A procura pelo *expertise* na performance musical não é uma preocupação exclusiva da sociedade contemporânea – W. A. Mozart (1756-1791), Niccolò Paganini (1782-1840) e Franz Liszt (1811-1886) são apenas alguns exemplos de músicos que desenvolveram competências inigualáveis para o seu tempo. Apesar disso, a forma como esses habilidosos intérpretes alcançaram tamanho grau de proficiência em suas áreas foi um assunto por muito tempo negligenciado. Ericsson *et al* (1993, p. 364) apontam que as crenças sobre talento, dom natural, intervenção divina ou sobre as próprias aptidões genéticas do indivíduo integravam o grupo de respostas suficientes para essa questão. Com base nos resultados de suas pesquisas, entretanto, os autores confrontam essas hipóteses apresentando fatores² que se mostram muito mais preponderantes na conquista de habilidades extraordinárias. Desde então, o termo *prática deliberada*, tornou-se alvo de inúmeros trabalhos de relevância³, sendo considerado um dos elementos mais importantes no desenvolvimento de habilidades excepcionais, especialmente no campo musical (GALVÃO, 2006).

O presente trabalho tem o intuito de investigar até que ponto os fundamentos e

princípios da prática deliberada são adotados pelos estudantes do curso de Bacharelado em Música da Universidade Federal de Juiz de Fora, não só no que diz respeito aos seus conhecimentos sobre este assunto, mas também com relação à sua formação, rotina e preparação técnico-musicais direcionadas à performance. Para isso, confrontaremos o material coletado a partir de entrevistas semi-estruturadas e registros escritos com as informações do referencial teórico aqui adotado.

2. A Prática Deliberada

Então, o que significa, especificamente, o termo “prática deliberada”, defendido por Ericsson *et al*? Segundo os autores (1993, p. 368, tradução nossa), “a prática deliberada compreende atividades cujo objetivo central é o aprimoramento da performance. (...) Tarefas específicas são criadas para superar fraquezas e a performance é cuidadosamente monitorada a fim de fornecer indicativos para seu aperfeiçoamento. Trata-se de um procedimento que exige esforço e não é inerentemente agradável. Entretanto, os indivíduos são motivados à sua realização devido aos muitos benefícios que tal prática pode trazer à sua performance”. Ainda, de acordo com Galvão (2006, p. 170), ela “transforma em equação matemática o antigo ditado de que a prática traz a perfeição”.

Essa categoria de estudo pode ser observada nas mais diversas áreas além da música erudita, incluindo esportes, negócios, xadrez e qualquer outra atividade que envolva a resolução de problemas, definição de metas, escolha de estratégias, organização e avaliação de resultados (ERICSSON *et al*, 2007). Além disso, é de comum acordo entre os pesquisadores que a posição de *expert* só pode ser atingida após muitos anos de estudo deliberado – número que varia de 10 a 25 anos, para o caso de músicos. Por isso é muito frequente, entre esses indivíduos, o início dos estudos quando ainda crianças. (ERICSSON *et al*, 2007; GALVÃO, 2006; HALLAM, 1997; ROSA, 2010).

Aspectos procedimentais da prática deliberada são também observados em Jørgensen (2004) e Williamon (2004), sob os termos *prática do auto-ensino* e *prática efetiva*, respectivamente. Elas contemplam basicamente:

- i) o planejamento das sessões de estudo, estabelecendo-se metas exequíveis a serem alcançadas durante esse período, além da descrição de estratégias e atividades necessárias para o seu cumprimento;
- ii) busca consciente pela concretização dos objetivos previamente traçados no planejamento, sendo de suma importância a manutenção da concentração durante esse processo;
- iii) constante monitoramento e avaliação do desempenho, por meio de aulas e gravações de

performances, por exemplo, com o levantamento de pontos a serem melhorados e possíveis soluções para os problemas encontrados.

Dessa forma, podemos considerar algumas estratégias de estudo típicas da prática instrumental de música erudita que refletem a adoção dessa forma sistematizada de estudo numa sessão de prática. Estudos como os de Sloboda *et al* (1996), McPherson (1997) e Williamson e Valentine (2004) apresentam várias técnicas utilizadas por intérpretes durante sua fase de preparação, dentre as quais podemos citar: a subdivisão da peça em pequenas seções para estudo detalhado, o estudo lento, a análise rítmica e harmônica da peça, uso de metrônomo e estudo mental (isto é, sem o instrumento) da obra. Em Araújo (2010, p. 22), encontram-se ainda outras, como: o estudo de mãos separadas, para o aperfeiçoamento da coordenação motora (no caso de instrumentos que demandem esse tipo de técnica); o estudo em andamentos distintos, alternados, para aquisição de fluência e ritmos precisos; o estudo de técnica pura (métodos, escalas e arpejos) e atividades de aquecimento; a memorização, que, segundo o professor e psicólogo Afonso Galvão, é um processo que “acaba por tornar a aprendizagem em super aprendizagem e a performance mais consistente” (2006, p.171); o estudo através de gravações da própria execução e, por fim, as estratégias de preparação para uma apresentação.

Esse conjunto de estratégias apresentadas, quando aplicadas propositalmente e de forma consciente, permitem que os resultados planejados pelo estudante sejam alcançados de forma mais rápida, possibilitando assim a otimização do tempo de estudo e a redução do esforço necessários para a realização da atividade musical. Esses dois elementos são fundamentais para a definição de *prática efetiva* por Hallam (1997). McPherson (1997) também observou uma estreita ligação entre as performances excepcionais e o amplo uso de estratégias pelos participantes de suas pesquisas.

Quanto ao tempo de prática, embora seja um consenso⁴ o fato de que o estudo se torna mais eficiente, e seus resultados mais visíveis, quando a prática é realizada diariamente e durante um período de aproximadamente 4 ou 5 horas, Rosa (2010) aponta:

Há um discurso recorrente entre músicos que diz que para se tornar um bom instrumentista é necessário estudar no mínimo oito horas diárias. Isso cai por terra quando colocamos o planejamento de metas e estratégias como fundamentais na prática instrumental, pois o tempo da prática deixa de ser o grande objetivo a ser alcançado e dá lugar ao como praticar. Dessa forma, deixa-se de lado a ideia de que o desenvolvimento técnico e musical é adquirido pelo acúmulo de horas e passa a considerar a racionalização dos aspectos que envolvem a prática instrumental como sendo primordiais. (ROSA, 2010, p. 38)

3. A preparação técnico-interpretativa dos alunos de música da UFJF

Com o objetivo de estudar a rotina de preparação e prática instrumental dos alunos de música da Universidade Federal de Juiz de Fora, foram distribuídos diários de estudos e, posteriormente, realizadas entrevistas semi-estruturadas com 5 alunos de diferentes modalidades instrumentais e estágios da graduação. Os estudantes selecionados estão divididos entre os 2º, 4º e 8º períodos do curso e adotam atualmente o violino, violoncelo, piano, canto e violão como seus instrumentos.

A utilização de um diário de prática, preenchido pelos alunos no decorrer de uma semana, permitiu que se conhecesse a realidade dos estudantes no tocante à rotina de preparação. A partir das informações nele contidas, foi possível averiguar a duração, o local e os procedimentos adotados por eles durante suas sessões de prática, além de ser um objeto complementar à entrevista no que diz respeito às perspectivas dos alunos sobre essas questões. O roteiro para as entrevistas continha perguntas quanto à formação musical e hábitos de estudo vividos por eles, de uma maneira geral.

Todos os entrevistados iniciaram seus estudos musicais ainda na infância ou na pré-adolescência, em muitos casos através de atividades de musicalização nas escolas e com introdução na prática instrumental por meio de outros instrumentos, como flauta doce, saxofone e piano. Ao serem questionados sobre as atividades musicais realizadas que consideravam de importância para a sua formação (como cursos, principais recitais e apresentações, solos com orquestra, concursos e etc.), um número considerável de ocasiões ou eventos foi informado. Contudo, apesar desse longo e intenso contato musical descrito por cada um deles, todos os alunos classificaram o seu nível de repertório atual como “intermediário” e dois deles indicaram a carência de uma boa, ou capacitada, orientação docente no decorrer de sua formação.

Nenhum dos entrevistados conhecia o termo *prática deliberada*, embora a maioria tivesse noções do que seriam “bons hábitos de estudo”.

Quatro, dos cinco alunos, afirmaram estudar seis dias por semana, considerando a pausa seu “dia de folga”. C. E. Seachore, pesquisador pioneiro no campo da psicologia musical, revela a importância do descanso. Ele afirma que muitos estudantes terminam em um estado de desprazer com a prática instrumental justamente por não suportarem o duro regime de trabalho exigido em prol do aprendizado e que a consciência sobre a necessidade de descanso durante o período de estudos é tão importante quanto os esforços para que essa aprendizagem ocorra (SEASHORE, 1938/1967, p. 154,155 *apud* ERICSSON *et al*, 1993, p. 370). Além disso, os períodos de descanso entre as sessões de estudo favorecem ainda a manutenção da concentração e da atenção que, segundo os mesmos autores, são elementos

indispensáveis para uma prática efetiva.

Quanto à duração média dos períodos de estudo, os números variaram de 1 a 5 horas diárias por estudante. Um deles compartilhou sua visão quanto a isso:

Aluno 5 - [...] Se eu estudasse técnica todo dia, enxugando, e estudasse as três músicas do meu repertório, o ideal seria, no mínimo 05 horas por dia. Lógico, para um desenvolvimento legal. Em dezembro [nas férias] eu fazia. Mas aí, final de período, trabalhos a fazer, tem dia que não dá... Então, no sábado e domingo eu faço umas 06 horas, pra compensar. [...] (Entrevista em 20/01/213)

Quando questionados se planejam suas sessões de estudo, dois dos três que responderam afirmativamente comentam:

Aluno 3 - [...] Não com muito tempo de antecedência, mas no dia anterior ou no próprio dia. Não é assim “ah, vou estudar qualquer coisa” – eu vou estudar o que estiver pior... A meta do meu estudo é cantar uma música bem – consertar o que não está bom e fazer a música bem... O crescimento vai ser consequência disso. Porque eu não posso ser tão imediatista. Tem coisa que vai vir com o tempo, com repertório que você vai trabalhar no dia-a-dia ali. (Entrevista em 22/01/213)

Aluno 5 - [...] Sim, claro! Quando eu não planejo antes de dormir, que é o ideal (porque aí antes de dormir já fica certo, eu já sei tudo o que eu vou fazer no outro dia), eu acordo de manhã e já tenho que planejar, porque senão descamba, descamba mesmo. (Entrevista em 20/01/213)

Sobre a importância de se planejar os estudos e manter uma rotina de preparação, os alunos revelam suas opiniões pessoais:

Aluno 1 - [...] A rotina eu acho que é importante, apesar de eu não ter. Agora, o planejamento, pra mim, não faz diferença, não. Sinceramente. (Entrevista em 24/01/213)

Aluno 3 - [...] Eu acho que quanto mais fixa for uma rotina, mais regular for o estudo, tudo o que você faz (comer, dormir na mesma hora, estudar no mesmo lugar, estudar o mesmo tempo, estudar com concentração), mais o seu estudo vai render. [...] O planejamento faz diferença sim, mas tem que cuidar, porque se não a gente cai numa paranoia também, né? (Entrevista em 22/01/213)

Aluno 4 - [...] O planejamento eu não sei porque eu não faço, mas a rotina tem que ter, né? Se não... Acho que a gente vai progredindo por causa da rotina... (Entrevista em 21/01/213)

Segundo Rosa (2010, p.37), “o ponto de partida de uma prática considerada deliberada, ou efetiva, é o planejamento”. Observe como o depoimento do aluno 5 reflete exatamente a ideia do autor:

Aluno 5 - [...] Esse daí eu acho que é o primeiro passo mais importante. Se você não tem uma rotina de estudo e não planeja, você não desenvolve, vai ficar estagnado, mesmo que você seja talentosíssimo. O cara que não tem talento e faz isso, daqui uns dez anos ele vai estar sinistro, ele vai desenvolver. (Entrevista em 20/01/213)

Todos os estudantes relataram utilizar estratégias de estudo tanto para a construção, interpretação e refinamento de uma peça, quanto para a resolução de problemas técnicos encontrados durante sua execução. Esses procedimentos foram descritos no diário de estudos e reafirmados durante as entrevistas, embora o número seja variável de aluno para

aluno.

Além disso, os alunos foram questionados quanto à produtividade: “você acredita que seu estudo é feito da forma mais eficiente (ou produtiva) possível dentro do espaço de tempo que você possui?”. Alguns respondem:

Aluno 3 - [...] Tem dias que a gente sai assim, improdutivo... Mas eu acho que é um fator mais psicológico que influencia. No canto influencia muito mais diretamente. Acho que meu estudo é muito bom, mas poderia ser melhor, sabe? Sempre pode ser melhor... Na verdade, eu mudaria coisas que estão ligadas indiretamente: horário de dormir, sono e alimentação, que a gente tem que controlar... (Entrevista em 22/01/213)

Aluno 5 - [...] Hm... Olha, ultimamente sim. Sempre desenvolve... Mesmo que eu ache que foi pouco, mas alguma coisa funcionou no dia, sacou? Às vezes, em uma peça não funcionou, mas em outra funcionou... Às vezes é porque eu fiquei impaciente na hora... Mas quando eu fico impaciente eu acho melhor parar... tomar uma água, ir ao banheiro... (Entrevista em 20/01/213)

Foi constatado que a maioria dos alunos não memoriza por completo as peças que estuda, utilizando esse processo apenas nos trechos tecnicamente complicados. Por vezes, afirmam que isso é uma consequência “de tanto estudar ou repetir”, não adotando para si métodos sistemáticos de memorização:

Aluno 3 - [...] Depende, né?... Quando a gente estuda muito a gente decora. Quando não estuda tanto... É um erro que eu tenho. Eu tenho que decorar mais meu repertório.[...] Na verdade é uma insegurança. Muita coisa eu cantei com partitura por medo, mas estava de cor... (Entrevista em 22/01/213)

Por fim, quatro dos cinco alunos disseram incluir simulações da apresentação como uma forma de estudo de performance, nos estágios finais de sua preparação. Quando questionados sobre gravações próprias, para esse mesmo fim, quatro deles confessaram não fazer uso dessa estratégia, apesar de considerá-la útil para uma auto-avaliação mais objetiva.

4 Considerações Finais

Ao analisarmos e compararmos as informações coletadas por meio da pesquisa de campo com os princípios da prática deliberada, notamos que existem alguns paralelos entre o que os alunos fazem (ou pensam) e o discurso dos psicólogos, apesar de nenhum dos estudantes selecionados reconhecer o termo *prática deliberada*. Grande parte dos alunos mantém uma rotina de estudos, com durações de prática constantes e planejam suas metas de acordo com o tempo disponível – hábitos que consideram ser importantes para um crescimento musical saudável. Muitos deles fazem pequenos intervalos para descanso, conhecem estratégias de estudo (as quais usam para aperfeiçoar a relação tempo x aprendizado) e sabem identificar os problemas de execução de seu repertório, além de mencionarem a concentração como um fator primordial para o melhor e maior

aproveitamento das sessões de estudo. Ainda, três dos cinco entrevistados demonstraram plena consciência e avaliação sobre como seus estados físico e emocional afetam esse rendimento.

Apesar disso, alguns aspectos desfavoráveis podem também ser apontados: dois dos estudantes não planejam suas sessões de estudo e não consideram esse procedimento importante para sua eficácia, além de não estabelecerem metas a serem alcançadas. Por vezes os objetivos planejados são demasiado vagos (como por exemplo, “tocar a música bem”) e carecem de clareza quanto aos procedimentos necessários para que sejam atingidos. Muitos dos alunos não estudam as quatro ou cinco horas diárias recomendadas e confessam falhar no exercício da memorização e prática mental do repertório, apesar de reconhecerem seu valor para a aprendizagem. Por fim, nenhum dos entrevistados realiza gravações próprias para auto-avaliação e monitoramento de sua performance, confiando essas atividades ao professor.

Rosa (2010, p. 42) sustenta que a falta de uma postura deliberada por parte dos alunos de música reflete sua falta de conhecimento sobre esse assunto e que, muitas vezes, sua maneira de estudar é justificada apenas com base em experiências e experimentações próprias, desenvolvidas no decorrer de sua formação. Assim, sem orientação específica, muito do tempo e energia investidos pelo instrumentista se perde e pode não corresponder aos resultados esperados por ele. Daí a importância de saber como estudar, uma atividade que traz consigo performances mais confiantes e promove positivamente as motivações do aluno, que apenas dessa forma será capaz de observar e colher os frutos de seu investimento.

Referências Bibliográficas

- Livro

HALLAM, Susan. *Instrumental Teaching: a practice guide to better teaching and learning*. Oxford: Heinemann, 1998.

WILLIAMON, Aaron. *Musical Excellence: Strategies and techniques to enhance performance*. Oxford: University Press, 2004.

- Capítulo de livro

HALLAM, Susan. Approaches to instrumental music practise of experts and novices: Implications for education. In: JØRGENSEN, Harald.; LEHMANN, Andreas C. (Org.). *Does practice make perfect?* Oslo: Norges musikkhøgskole, 1997, p. 89-107.

JØRGENSEN, Harald. Strategies for individual practice. In: WILLIAMON, A. (Org.). *Musical Excellence: strategies and techniques to enhance performance*. Oxford: University Press, 2004, p. 85-103.

- Dissertações ou Teses

ARAÚJO, Marcos Vinícius. *Estratégias de estudo utilizada por dois violonistas na*

preparação para a execução musical da *Elegy (1971)* de Alan Rawsthorne. 139f. Dissertação (Mestrado em Música). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2010.

- Artigo em Periódico

ERICSSON, K. Anders; KRAMPE, Ralf; TESCH-ROMER, Clemens. The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, v. 100, n.3, p. 363-406, 1993.

GALVÃO, Afonso. Cognição, emoção e expertise musical. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 22, n. 2, p.169-174, 2006.

JØRGENSEN, Harald. Instrumental learning: Is an early start a key to success? *British Journal of Music Education*, v. 18, n. 3, p. 227-239, 2001.

MCPHERSON, G. E. Cognitive Strategies and Skill Acquisition in Musical Performance. *Bulletin of the Council for Research in Music Education*, n. 133, p. 64-71, 1997.

ROSA, Renato Mendes. A prática deliberada e o planejamento do estudo de violão de alunos e professores de graduação em música. *A MARgem - Revista Eletrônica de Ciências Humanas, Letras e Artes, Seção Estudos*, Uberlândia, ano 3, n. 6, p. 35-43, 2010.

SLOBODA, John, DAVIDSON, Jane, HOWE, Michael e MOORE, Derek. The role of practice in the development of performing musicians. *British Journal of Psychology*, n. 87, p. 287-309, 1996.

- Trabalhos publicados online

ERICSSON, K.A.; PRIETULA, M.J.; COKELY, E.T. *The Making of an Expert*. Harvard business review, 2007. Disponível em: <<http://www.uvm.edu/~pdodds/files/papers/others/2007/ericsson2007a.pdf>>. Acesso em: 29 de nov 2013.

Notas

¹ Bruna Caroline de Souza é estudante do curso de Bacharelado em Música, com ênfase em violino, pela Universidade Federal de Juiz de Fora. Bolsista integrante do Grupo de Pesquisa em Música Contemporânea da UFJF, desenvolve trabalhos acadêmicos e participa de estudos em música de câmara por meio do Trio Comus, onde atua como segundo violino.

² Como, por exemplo, o início dos estudos a uma idade precoce, o tempo de prática constante e gradualmente prolongado, o regime concentrado e deliberado de estudo, as condições ambientais propícias (como o apoio dos pais e uma boa orientação docente) e elevados níveis de motivação desfrutados pelo estudante. (ERICSSON, KRAMPE E TESCH-RÖMER, 1993, p. 364, 365, 383, 392).

³ Dentre eles podemos citar ERICSSON, KRAMPE E TESCH-RÖMER (1993); JØRGENSEN (2001); SLOBODA *et al* (1996) e HALLAM (1998).

⁴ Exemplos dessa argumentação podem ser encontrados em SLOBODA *et al.* (1996) e ERICSSON, KRAMPE e TESCH-ROMER (1993), dentre outros.