

A INFLUÊNCIA DO APRENDIZADO DE GUITARRA COM O USO DO PROGRAMA GUITAR PRO 6 SOBRE A ANSIEDADE DIANTE DA EXECUÇÃO MUSICAL

RESUMO

A *performance* musical é uma característica importantíssima para o músico em suas apresentações em público. É frequente no Conservatório Estadual de Música “Lobo de Mesquita” (CEMLM) alunos com dificuldades de execução resultante do alto nível de ansiedade, podendo acontecer que sua atuação diante de uma situação avaliativa ou de uma apresentação, represente naquele momento uma falta de atenção, ou coordenação motora deficitária. A ansiedade é uma forma de proteção do ser humano que sinaliza uma situação de perigo, muitas vezes intensos e inapropriados podendo ser maléfico e prejudicial. O fato dos alunos do CEMLM iniciarem suas apresentações desde o início, no ciclo inicial ou de iniciação musical, faz com que estes alunos possam se acostumar e utilizar essa ansiedade antes das apresentações como “parte” da sua *performance* musical diante do público. Rocha *et al.* (2011) validando a tabela K-MPAI, constatou que existe um universo superior a 20 mil pessoas diretamente envolvidas com a *performance* musical, afirmando, a partir de dados epidemiológicos, que pelo menos 3 mil apresentam potencialmente casos de ansiedade, mais especificadamente fobia social. Verificamos que a ansiedade, bem como os sintomas como fobia social possuem fatores que estão no cotidiano humano. Finalizamos relatando que a música se faz no contato com o seu público e o seu sentido fundamental se faz nesse contato. As situações de ansiedade podem ser controladas para a melhora na *performance* musical, contribuindo para uma apresentação de qualidade e uma eficiência motora plausível.

Palavras-chave: Ansiedade, Guitar Pro 6, Guitarra, Execução Musical, Estudantes de Guitarra.

TÍTULO E SUBTÍTULO EM INGLÊS: FONTE TIMES NEW ROMAN, TAMANHO 14, EM CAIXA ALTA, NEGRITO E CENTRALIZADOS. DEVEM SER SEPARADOS ENTRE SI POR DOIS PONTOS

ABSTRACT

The musical performance is a very important characteristic for the musician in his presentations in public. It is frequent in the State Conservatory of Music "Lobo de Mesquita" (CEMLM) students with difficulties of execution resulting from the high level of anxiety, and it may happen that their performance before an evaluation situation or a presentation, at that moment represents a lack of attention, or poor motor coordination. Anxiety is a form of human protection that signals a situation of danger, often intense

and inappropriate and it can be harmful. The fact that CEMLM students start their presentations since from the beginning, in the initial cycle or musical initiation, allows these students to become accustomed and to use this anxiety before the presentations as "part" of their musical performance before the public. Rocha et al. (2011) validating the K-MPAI table, found that there is a universe of more than 20 thousand people directly involved with musical performance, once epidemiological data shows that at least 3 thousand people potentially present anxiety cases, more specifically social phobia. We found that anxiety, as well as symptoms such as social phobia, have factors that are in the human everyday. We end by reporting that music is made in contact with its audience and its fundamental meaning is made in that contact. The anxiety situations can be controlled for an improvement in musical performance, contributing to a presentation of quality and a plausible motor efficiency.

Key words: Anxiety, Guitar Pro 6, Guitar, Music Performance, Guitar Students.

1. INTRODUÇÃO

A ansiedade é um dos fatores aos quais o músico está exposto antes e durante as apresentações. Esse é um fator que pode interferir negativamente no seu desempenho. Da mesma forma que o músico profissional ou amador, estudantes de música se deparam com fatores de preocupação e estresse pela perspectiva de novos desafios de aprendizado, pela execução de exercícios considerados difíceis, pela necessidade de interpretar uma peça musical a partir de seu registro e diante das avaliações e apresentações. Essas são situações comuns no cotidiano do músico e do estudante de música. À medida que um estudante progride em seus estudos e aumenta a confiança em seu desempenho, a ansiedade gerada por estas situações diminui. Torná-la controlável auxilia no desempenho durante a execução.

2. A influência do aprendizado de guitarra com uso do programa Guitar Pro 6 sobre a ansiedade diante da execução musical

Neste trabalho, um dos objetivos foi mensurar a ansiedade dos estudantes diante da solicitação de executar um exercício de guitarra notado em tablatura e posteriormente em partitura. A mensuração foi realizada através da aplicação de um instrumento produzido com base no questionário K-MPAI (ROCHA *et al.*, 2011), mostrado nos Apêndices C e D, aos estudantes dos grupos controle e GP6 em dois momentos: em um momento inicial, quando ocorreu o ingresso no nível inicial do curso de guitarra; em um segundo momento, após a intervenção com 24 aulas regulares e 10 aulas suplementares sobre percepção e execução no instrumento, baseado nos estudos com e sem o programa Guitar Pro 6.

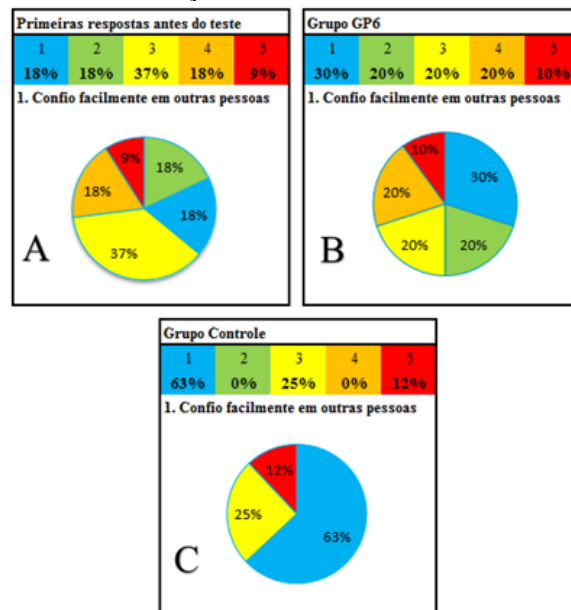
A primeira pergunta aplicada tratou da confiança dispensada pelos participantes a outros indivíduos. Foi dirigida a todos os estudantes ingressantes, selecionados para participar da presente pesquisa, tanto do grupo controle quanto GP6 (FIG. 16A). Os resultados mostram que em um momento inicial 37% dos estudantes declararam ter um grau de confiança

intermediário (3) enquanto 36% apresentavam pouca (2) ou nenhuma confiança (1). Estes dados são mostrados na Figura 16A. Apenas 27% dos estudantes declararam ter um grau de confiança elevado (4 a 5 da escala).

Ao final da pesquisa, quando a pergunta 1 foi novamente aplicada, os grupos controle e GP6 apresentaram resultados semelhantes no que diz respeito à diminuição da confiança em outros indivíduos. A maior parte dos indivíduos do grupo controle (30%) e do grupo GP6 (60%) respondeu não à questão 1 (FIG. 16B e C). O grau de confiança não aumentou após um semestre de curso de música no CEMLM. No convívio escolar, a confiança que o professor precisa construir com o aluno é algo que faz diferença para o aprendizado, uma vez que o processo de conhecer e de produzir conhecimento é um processo social (FREIRE, 1994). A avaliação da confiança ao final de um processo de um semestre letivo para estudantes iniciantes pode indicar a necessidade da tomada de medidas para melhorar as relações no ambiente escolar. Se as relações entre os estudantes ou com seus professores forem desagradáveis, este pode ser um dos motivos para a evasão.

Paulo Freire afirma criticamente que em algumas situações “o educador fica de um lado e de outro o educando” (FREIRE, 1994, p.6). Para uma prática eficiente é preciso trazer para perto o educando, quebrar as barreiras. Freire relata também que não há práticas educativas sem espaço educativo.

Figura 16 – Grau de confiança dos estudantes em relação a outros indivíduos

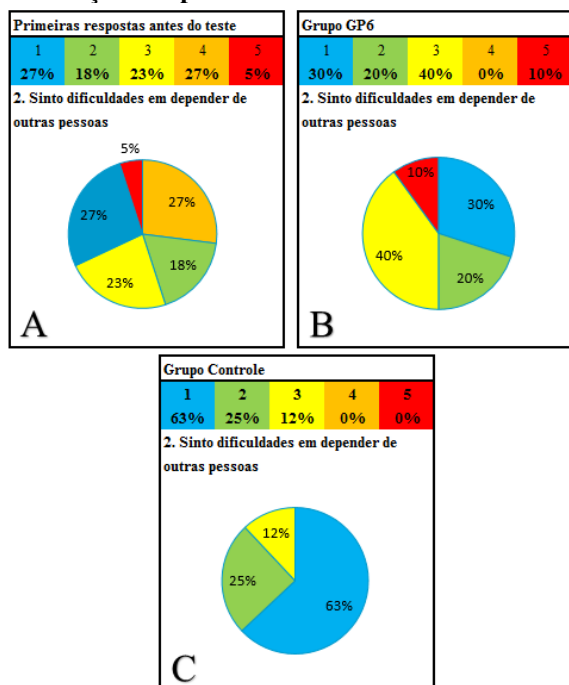


Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta o grau de confiança, do menor ao maior, que os estudantes declaram ter em relação a outros indivíduos, com 1 representando o não e 5 representando o sim.

Neste sentido, além de humanizar as relações humanas no ambiente de ensino musical, o próprio espaço físico e a estrutura organizacional precisam ser adequados. Essa estrutura deve ir além dos instrumentos musicais e equipamentos necessários, pois estes foram disponibilizados aos estudantes. O fato de que os ingressantes aumentaram a desconfiança após um semestre letivo aponta a necessidade de se refletir sobre a prática pedagógica, as relações humanas e o ambiente do CEMLM. Por outro lado, o nível iniciante dos cursos em geral, não apenas da educação musical, costuma gerar ansiedade pelo primeiro contato com algo novo e, por vezes, encarado como difícil ou insuperável. A escola e os professores devem se preparar para intervir e amenizar esse processo. É fato que existe um conteúdo programático que

se deve cumprir, mas é necessário bom senso para compreender como cada aluno reage, a maneira e o ritmo com que aprende.

Figura 17 Grau de dificuldade dos estudantes em relação à dependência de outros indivíduos.



Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta o grau de dificuldade, do menor ao maior, que os estudantes declaram ter em relação a outros indivíduos, com 1 representando o não e 5 representando o sim.

A segunda pergunta inspirada no questionário K-MPAI teve por objetivo avaliar a dificuldade quanto à dependência de outras pessoas. No momento inicial, 27% dos ingressantes responderam que não tinham dificuldade quanto à dependência de outras pessoas (FIG. 17A). Após um semestre letivo do curso de guitarra no CEMLM, 30% dos estudantes do grupo GP6 relataram não ter dificuldade enquanto 63% do grupo controle responderam não a esta pergunta (FIG. 17B e C). No primeiro momento, 55% dos ingressantes tinham um grau de dificuldade em relação à

dependência que variou de intermediário (3) a elevado (5) como pode ser visto na Figura 17A. Após as aulas de guitarra, 50% dos estudantes que receberam suporte com uso do programa Guitar Pro 6 apresentaram este mesmo grau de dificuldade quanto à dependência (FIG. 23B), ao passo que 12% dos estudantes do grupo controle se sentiam incomodados em grau intermediário com a possibilidade de depender de outras pessoas (FIG. 17C). A porcentagem de estudantes muito incomodados com a dependência (5) subiu para 10% no grupo GP6, mas foi zero no grupo controle (FIG. 17B e C). Esses dados mostram que a intervenção com o aprendizado baseado no programa Guitar Pro 6 contribuiu para que os estudantes se tornassem mais inclinados a desenvolver autonomia. O uso de um programa de computador pode servir como estímulo para que o aluno recorde os exercícios e seja mais capaz de estudar sozinho. Desta forma, este pode ser um dos motivos pelos quais os estudantes do grupo GP6 passaram a se incomodar com a relação de dependência. É possível que, tendo explorado suas possibilidades, tenham percebido sua capacidade para desenvolvê-las.

Os estudantes do grupo controle tinham como recurso principal a presença do professor e, portanto, é possível que a falta de uma ferramenta tecnológica que eles próprios pudessem explorar tenha contribuído para que entendessem essa relação como transferência de conhecimentos e, assim, de dependência. O fator psicológico precisa ser levado em conta nessa relação, pois, quando o professor se coloca como o detentor de um saber que deve ser transferido para o educando durante o aprendizado musical,

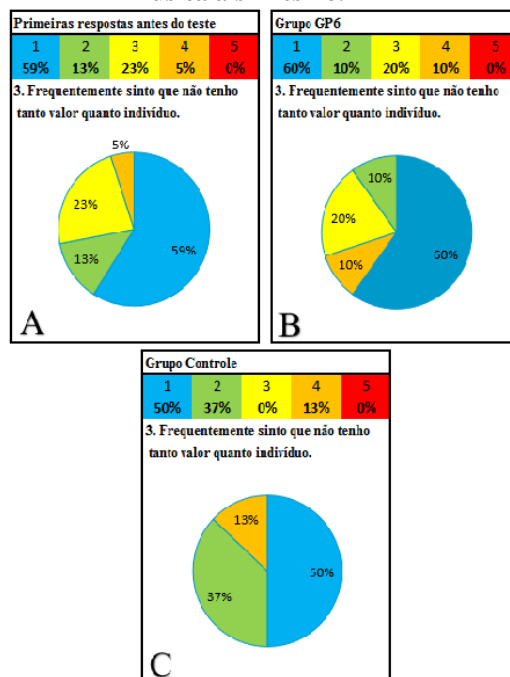
o impacto gerado pode levar o aluno a entender-se como incapaz de compreender ou exprimir a música.

A terceira pergunta apresentada tratou do valor que o estudante se atribui como indivíduo. Esta pergunta foi feita para avaliar se os estudantes possuem autoestima ou se sentem aceitos. Esse é um fator relevante. Um alto índice de estudantes de música não consegue subir ao palco porque algo os oprime ou envergonha, o que até certo ponto é natural, ou ainda porque sentem que não tem confiança no que fazem. Todos esses fatores são impedimentos para o crescimento do estudante como músico. Os resultados das respostas à questão três são apresentados na Figura 18.

Os resultados mostram que a maioria dos estudantes ingressantes (72%) e após um semestre letivo no CEMLM respondeu que não sente que não tem valor (70%, grupo GP6 e 87%, grupo controle) de forma que o aprendizado de música com ou sem o programa Guitar Pro 6 não parece ter interferido na auto-estima desses estudantes (FIG. 18). Esse é um fator positivo para o músico e os artistas em geral. Assim, o processo educativo não deve ser prejudicial à auto-estima do estudante, devendo colocar ênfase em seu estímulo e esforço para superação das dificuldades.

O medo de se apresentar é um fator que influencia nas atividades extra-classe dos estudantes. Trabalhar o medo com os estudantes é algo importante porque o “medo não é a negação da coragem, mas a razão de ser da coragem. Eu só tenho coragem na medida que eu lido bem com meu medo” (FREIRE, 1994, p.7).

Figura 18 – Atribuição de valor dos estudantes de música a si mesmo.



Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta o grau de frequência com que os estudantes se atribuem valor, do menor ao maior, com 1 representando a resposta não e 5 representando a sim.

E o fato de preparar o aluno para uma apresentação, faz com que este lide com o medo, com a ansiedade, com a vergonha e estes fatores podem ser determinantes em sua atuação. O músico é capaz de dominar as forças uniformes do inconsciente, fazendo-as atuarem ao seu favor (WISNIK, 1989). Assim, os ensaios em sala de aula, são diferenciados dos ensaios em casa, bem como os ensaios no palco trazem um sentimento ímpar para o músico, no qual uma boa auto-estima é uma contribuição importante.

Ribas comenta que “Em particular, a música, graças ao seu extraordinário poder de encantamento, interfere no desenvolvimento psicológico, na educação e na conduta dos indivíduos e das sociedades” (RIBAS 1957, p. 32). Assim para o aluno que

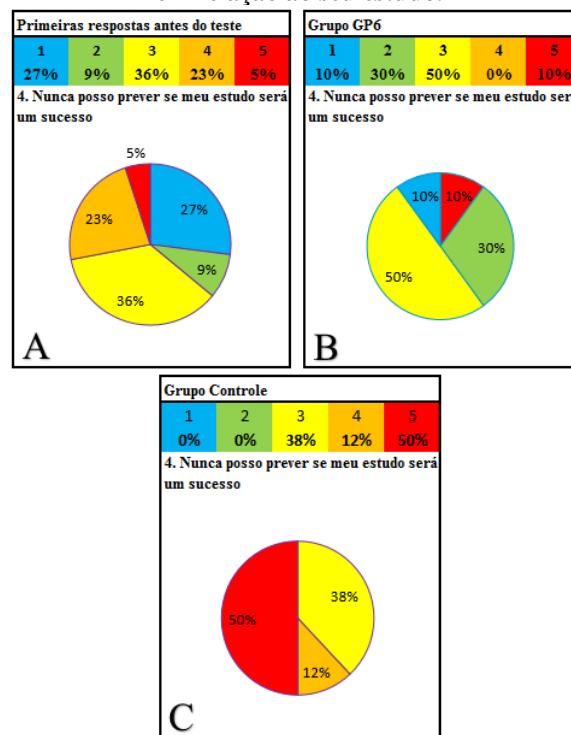
possui algum problema na sua atribuição pessoal de valor enquanto indivíduo, a música pode favorecê-lo em seu desenvolvimento psicológico em decorrência do aprendizado musical, enfatizando suas potencialidades e facilitando suas *performances* e estudos diários. Entretanto, um bom método de estudo, boa qualidade nas relações humanas do estudante com seu professor e com outros estudantes e o ambiente escolar em geral são primordiais nesse processo.

Na quarta questão foi perguntado se o aluno nunca poderá prever se seu estudo será um sucesso (FIG. 19). As primeiras respostas antes das aulas de música indicaram que 72% dos ingressantes tinham expectativa boa (respostas 1 ou 2) ou intermediária (3) quanto ao sucesso de seu estudo (FIG. 19A). Após um semestre letivo, 90% dos estudantes do grupo GP6, cujas aulas foram ministradas com recurso de um programa de tecnologia da informação para aprendizado e execução de peças a partir do registro em partitura e tablatura, apresentaram boa ou média expectativa em relação ao sucesso de seus estudos, pois não concordaram com a impossibilidade da previsão deste sucesso (FIG. 19B).

Ao contrário, no grupo controle, a maioria (62%) concordou que não poderia prever o sucesso do estudo, enquanto que apenas 38% apresentaram uma expectativa intermediária em relação ao êxito de seus estudos (FIG. 19C).

Estes resultados indicam que o uso de tecnologia da informação, no caso o programa Guitar Pro 6, contribuiu para que os estudantes vissem seus estudos em música de forma positiva, levando-os a prever que seriam bem-sucedidos.

Figura 19 – Expectativa dos estudantes de música em relação ao seu estudo.



Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta o grau de concordância dos estudantes com a impossibilidade de prever o sucesso de seus estudos, do menor ao maior, com 1 representando a resposta não e 5 representando sim.

Talvez o fato do grupo controle ter aprendido sem uma ferramenta facilitadora, os tenha estimulado a pensar de outra forma. Mas, é fato que os resultados da avaliação prática para as habilidades de leitura e execução do grupo GP6 foram melhores do que os resultados de desempenho nesses quesitos apresentados pelo grupo controle após as aulas regulares e suplementares no CEMLM (FIG. 14 e 15). Dessa forma, as expectativas dos estudantes em relação ao seu desempenho se verificaram na prática (FIG. 14, 15 e 19).

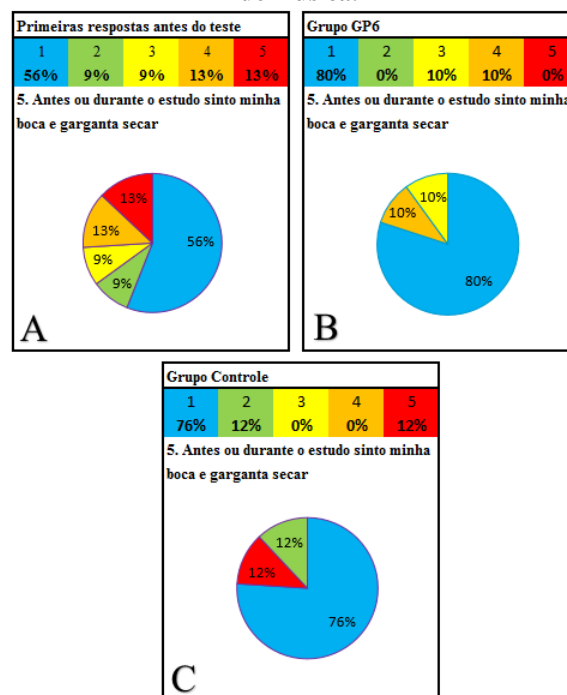
O impacto do uso do programa GP6, um *software* projetado para guitarristas que contém o registro em duas formas, partitura e tablatura, se deu no desempenho prático do

aprendizado e na própria confiança que os estudantes nutrem em relação ao sucesso de seus estudos. A utilização deste programa faz sentido para o aprendizado de guitarra, porque à medida que o usuário escreve na tablatura e automaticamente a escrita é transcrita para partitura, alcança-se uma praticidade e evitam-se os erros de notação na pauta, de modo que o entendimento musical se torna brando. O Guitarr Pro 6 possui além das escritas comumente usadas em pauta, as escritas das técnicas de guitarra, que em alguns outros programas musicais são negligenciadas, pelo fato de não serem convencionais para instrumentos musicais clássicos. Um exemplo destas técnicas é a técnica de alavanca, não prevista para notação em partitura e específica da guitarra (GILBERT; MARILIS, 1997). A familiarização e o uso das técnicas elementares durante as aulas e no método de notação facilitam o aprendizado e a execução. Por esse motivo, confirmam-se os resultados de melhora no aprendizado e na confiança em relação aos seus estudos que os estudantes GP6 apresentaram.

A questão cinco é interessante, porque muitos artistas sentem a boca e garganta secar antes das apresentações, como algo normal por assim dizer, já que a ansiedade faz com que os artistas de modo geral tenham sintomas como “frio na barriga”, boca e garganta seca entre outros. Nesta pergunta, os estudantes foram questionados se antes ou durante o estudo sentem a boca e a garganta secar.

Os resultados das respostas estão apresentados na Figura 20.

Figura 20 – Grau de conforto em relação ao estudo de música.



Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta a concordância dos estudantes em relação à ocorrência de sintomas físicos, do grau menor ao maior, com 1 representando a resposta não e 5 representando sim.

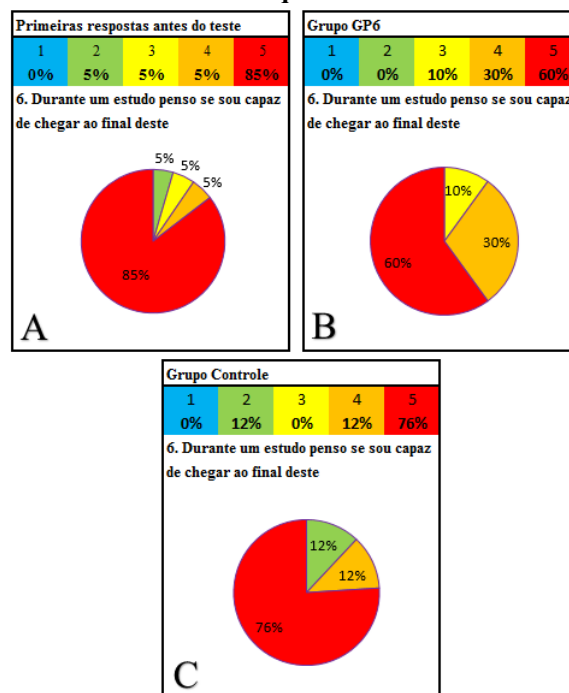
Na primeira apresentação desta pergunta 56% dos estudantes que participaram desta pesquisa responderam que não sentem boca e garganta secar enquanto estudam (FIG. 20A). Após um semestre de estudo, 80% dos estudantes do grupo GP6 e 76% do grupo controle responderam não a esta questão, denotando um aumento do conforto em relação ao estudo de música (FIG. 20B e C). Neste caso, as aulas influenciaram positivamente a relação dos estudantes com a execução durante o estudo de música, em índices muito próximos para os dois grupos controle e GP6. Desta forma, as aulas foram mais impactantes para que os estudantes diminuam a ansiedade no estudo de música do que o uso do programa GP6. Mesmo

assim, no grupo controle, 12% responderam que sim, que sentem a boca e a garganta secar enquanto estudam música, ao passo que nenhum dos estudantes do grupo GP6 relatou o maior grau (5) em relação a esse aspecto do estudo (FIG. 20B e C). No grupo GP6, 10% relataram um grau menor (4) de secura da boca e garganta, um indicativo de menor ansiedade do que o nível 5 (FIG. 20B).

Sentir-se confortável durante o estudo de música é essencial para que o estudante não se desestimore. “Para o compositor e o concertista, não é suficiente sentir a emoção e desejar desabafá-la, é também imprescindível fazê-la extravasar-se dentro dos moldes técnicos adequados”. (RIBAS, 1957, p. 97).

No caso de uma apresentação, o indivíduo terá de trabalhar alguns aspectos, sejam eles físicos e mentais. “A *performance* musical requer alto nível de habilidade em diversos parâmetros, como coordenação motora, atenção e memória, o que a torna uma atividade particularmente suscetível aos estados de ansiedade” (ROCHA, *et al.*, 2011, p. 217). Os aspectos físicos são as habilidades de mão esquerda e direita, também o fato de estar postado com sua coluna ereta, posicionamento de mãos e braços, bem como de todo o corpo. Os aspectos mentais incluem o “frio na barriga”. Os indivíduos responderam em sua maioria que não sentem sua boca e garganta secar, o que é importante pois, entre outros fatores, este influencia na memorização da peça ou música que irá apresentar.

Figura 21 – Convicção que os estudantes de música declaram ter em relação à capacidade de conclusão de um estudo quando o iniciam.



Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta a concordância dos estudantes em relação à convicção de sua capacidade para conclusão de um estudo, do grau menor ao maior, com 1 representando a resposta não e 5 representando sim.

Na pergunta seis do questionário, os estudantes foram interrogados quanto à convicção de serem capazes de concluir um estudo quando o iniciam. As respostas estão mostradas na Figura 21. O fato interessante verificado na resposta à pergunta de número seis foi que a grande maioria (90%) respondeu que acreditava ser capaz de chegar ao final de um estudo mesmo quando ingressaram no CEMLM (FIG. 21A). Isso leva a crer que a vontade de cada aluno está focada nos estudos e que, mesmo sem se dar conta da dificuldade real do aprendizado de música, os estudantes possuíam uma auto-estima muito boa, o que de fato se verifica pela resposta dada à questão três (FIG. 18) e à cinco (FIG. 20).

Para alguns, o palco é um lugar ameaçador e apavorante, e estar lá gera emoções, pensamentos e comportamentos muito desconfortáveis. Sustenta-se que a ansiedade de *performance* geralmente começa nas fases iniciais do desenvolvimento musical (ROCHA *et al.*, 2011, p. 218).

Essa ansiedade da exposição não necessariamente precisa ser em um palco com público, mas em uma situação onde o aluno é avaliado numa banca, por exemplo ou simplesmente na avaliação mensal durante o curso. O fato dos estudantes terem permanecido com índice elevado quanto à convicção de poderem concluir o estudo após um semestre letivo é positivo, no sentido que o contato com o aprendizado sistemático não os dissuadiu da sua capacidade de executar os exercícios (FIG. 21B e 21C).

O grau de convicção, porém, quanto à possibilidade de terminar os estudos caiu um pouco, quando se considera que 30% dos estudantes do grupo GP6 demonstraram um grau de convicção pouco menor que o máximo, atribuindo à questão um valor 4 (FIG. 21B). No todo, a convicção deste grupo caiu de forma mais acentuada que a do grupo controle, no qual 12% atribuíram o valor 4 a esta questão após um semestre letivo (FIG. 21C). Somados os níveis 4 e 5, estes indicam 90% e 88% de convicção quanto à capacidade de terminar o estudo no que se refere aos grupos GP6 e controle, respectivamente (FIG. 21B e C). Estes são valores muito próximos. A queda na convicção pode ser decorrente de que após um semestre os estudantes perceberam o grau de esforço e dedicação necessário ao aprendizado da música e da guitarra como instrumento.

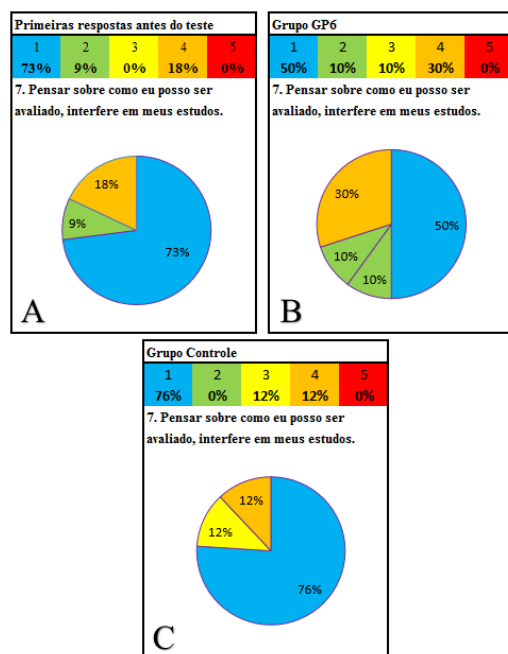
A pergunta número sete diz respeito ao processo avaliativo e sua interferência nos estudos. Ser avaliado pode ser algo complicado para alguns estudantes: “alguns autores apontam que o medo do insucesso frequentemente torna-se uma fonte de distração, o que, por sua vez, leva a uma pior *performance*, reforçando ainda mais a associação entre *performance* e ansiedade” (ROCHA *et al.*, 2011, p. 218). Os resultados desta questão são mostrados na Figura 22.

O fato de ser avaliado já é uma pressão, o aluno precisa estudar, decorar movimentos e saber ritmos, formas e estar conectado em sua apresentação avaliativa. Os estudantes do grupo GP6 podem ter sentido maior pressão em relação ao processo avaliativo, uma vez que após a intervenção com as aulas e o programa, 60% responderam 1 e 2, atribuindo menor importância à interferência da avaliação sobre os estudos (FIG. 22B).

No início, os ingressantes responderam em sua maioria (82%) que pensar em ser avaliado não interfere em seus estudos, ou que a interferência é pouca, respondendo 1 e 2 à questão sete (FIG. 22A). No grupo controle, a porcentagem dos que responderam 1 e 2 foi de 76%, denotando uma queda em relação aos ingressantes, que ainda assim, foi menor do que o verificado no grupo GP6 (FIG. 22C). É possível que a pressão do método de estudo com Guitar Pro 6 tenha levado os estudantes a um grau maior de compreensão acerca da dificuldade dos exercícios propostos ou do processo avaliativo. Entretanto, para o desempenho, essa interferência não foi negativa, pois os estudantes do grupo GP6

correlacionaram os estudos com a avaliação e se saíram melhor nesse processo (FIG. 14, 15 e 22B).

Figura 22 – Grau de interferência do processo avaliativo sobre os estudos como atribuído pelos estudantes de música.

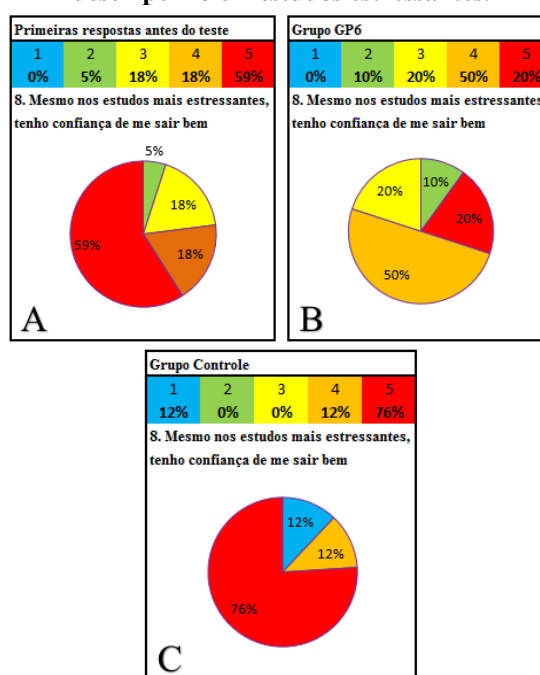


Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta a concordância dos estudantes em relação à interferência do processo avaliativo nos estudos, do grau menor ao maior, com 1 representando a resposta não e 5 representando sim.

O êxito no aprendizado requer uma disciplina nos estudos diários, até se chegar a um aumento da confiança no desempenho e à sensação de estar pronto e tranquilo para a apresentação. O uso do Guitar Pro 6 influenciou positivamente o aprendizado dos estudantes, mas seus efeitos foram mais modestos quanto à confiança de se sair bem durante estudos estressantes (FIG. 23B). O grau de confiança durante estudos estressantes que os estudantes do grupo controle declararam ter foi maior em relação aos ingressantes, pois dos primeiros, 88% atribuíram respostas que se aproximaram de sim (valores 4 e 5) e entre os ingressantes 76%

havia respondido afirmativamente (valores 4 e 5) à questão oito (FIG. 23A e C). O processo de aprendizado com aulas regulares e suplementares influenciou positivamente a confiança dos estudantes para estudos estressantes. Do grupo GP6, 70% responderam sim (5) ou próximo a sim (4) à questão oito, denotando que neste grupo um número maior de indivíduos passou a se preocupar com seus próprios resultados diante de estudos mais complexos (FIG. 23B). É possível que através do uso do programa Guitar Pro 6, os estudantes tenham verificado com maior clareza a proposta dos exercícios e seu grau de dificuldade, gerando certo impacto de ansiedade. Entretanto, o desempenho dos estudantes deste grupo mostrou que essa ansiedade foi de alguma forma superada e traduzida em melhor desempenho (FIG. 14). Neste sentido, é possível que o uso do programa tenha contribuído para gerar maior consciência da dificuldade durante os estudos estressantes, sem, porém, prejudicar o rendimento.

Figura 23 – Grau de confiança relatado pelos estudantes de música em relação ao seu desempenho em estudos estressantes.



Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta a concordância dos estudantes em relação à confiança de se sair bem durante estudos estressantes, do grau menor ao maior, com 1 representando a resposta não e 5 representando sim.

Existem dois fatores que influenciam nos estudos, o fato de memorizar e o fato de aprender. A memória é desenvolvida de duas formas ao longo dos estudos, uma que faz uso de um padrão associativo, em cadeia, no qual uma parte se relaciona e evoca a seguinte, e o uso de esquemas de endereçamento, ou marcos que ativam determinado trecho da obra musical independentemente dos demais (CHAFFIN *et al.*, 2012). Quando se aprende uma nova obra musical assume-se uma forma de associação em cadeia e cada passagem executada ativa o seguimento que virá a seguir. Assim, o estudante faz e refaz várias vezes o mesmo trecho ativando a memorização. Ao estudar trecho a trecho, alcança decorar a música toda. Este processo, entretanto, traz suas dificuldades e o cansaço. Se, ao início, o estudante apresenta consciência da dificuldade, a ansiedade gerada é maior, porém esta é vencida e controlada à medida que os estudos progredem, se os resultados são bons.

A memória baseada na cadeia associativa apresenta um risco em relação ao famoso “branco”. Neste método de memorização, quando surgem dificuldades sérias nos estudos ou erros na própria apresentação, “além do constrangimento de começar novamente, o fato em si tende a gerar a angústia de pensar se a memória falhará no mesmo lugar na próxima execução” (CHAFFIN *et al.*, 2012, p. 225). Ou seja, numa memorização em que uma

parte depende da anterior, será preciso reiniciar a execução toda para lembrar a parte que foi esquecida. A memória com conteúdo endereçável pode auxiliar a solucionar este problema, ajudando o instrumentista a refazer a obra sem maiores complicações, essa memória endereçável é como uma rede de segurança que permite uma recuperação em caso de falha. Na memória endereçável, o músico utiliza marcos de referência em relação à estrutura da obra que sinalizam determinados trechos. Marcos estruturantes, como harmonias, acordes, movimentos das mãos, podem remeter a um trecho específico independentemente de outros. Neste caso, quando ocorre falha na memória de uma parte da obra, a execução pode ser continuada, “pulando” para o trecho seguinte, sem interromper a apresentação ou reiniciar desde a primeira parte. Tais esquemas de memória, porém, exigem um treinamento maior, e são menos ricos em termos de envolvimento emocional do que as cadeias associativas, gerando maior dificuldade, exigindo maior grau de esforço.

O uso do programa Guitar Pro 6 pode envolver os dois tipos de memorização. Além da memorização trecho a trecho, ocorre a memorização por endereçamento, quando se visualiza uma transcrição em dois tipos de escrita musical (partitura e tablatura) ao mesmo tempo em que se ouve a execução do programa, sendo criados marcos referenciais associados a um trecho específico, como por exemplo a casa na qual a nota é executada, lembrada pelo número descrito na tablatura e associada à altura do som executado. Nos estudos com e sem o programa Guitar Pro 6 as associações em cadeia e o uso da

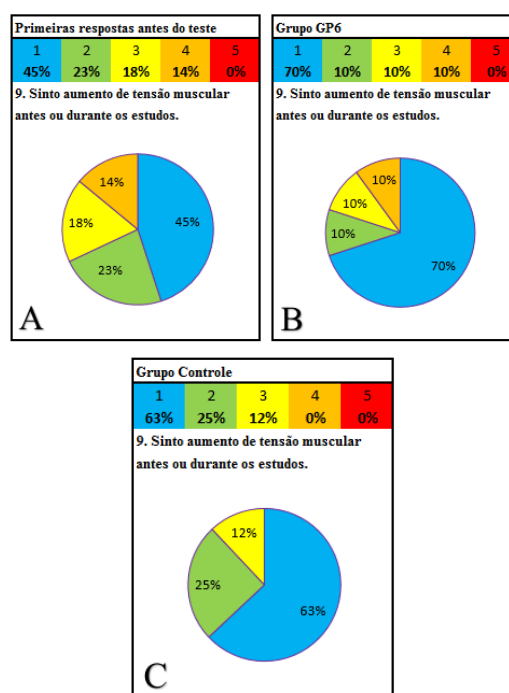
memória de endereçamento são possíveis. Porém, quando se utiliza o programa para o aprendizado de uma obra, o grau de dificuldade desta é verificado de forma mais explícita, uma vez que a notação conjunta e a execução simultânea dão clareza de compreensão do que deve ser executado. Este fato pode impactar a convicção de conduzir bem os estudos estressantes, mas ao mesmo tempo, indica a necessidade de se criar mecanismos que despertem a atenção, melhorando os resultados.

A nona questão, cujos resultados são apresentados na FIG. 24, refere à tensão muscular experimentada antes ou durante os estudos e, por este motivo, está correlacionada não apenas à ansiedade, mas também à postura. A princípio, 68% dos estudantes ingressantes responderam não, ou próximo a não, quando perguntados se apresentavam essa tensão muscular (FIG. 23A). Do grupo GP6, 80% responderam não ou próximo a não, após um semestre de aulas e do grupo controle esse percentual chegou a 88% (FIG. 24B e C). Logo, houve um aumento da tranquilidade nos estudos e provavelmente, do uso de uma postura correta, uma vez que essas instruções fazem parte do programa do curso. No início das atividades escolares são abordadas as formas de estudar, no que se refere à postura, como posicionamento do instrumento, dos braços, mãos, pernas e pés, bem como das costas, de modo a orientar corretamente os estudos. A postura não pode ser menosprezada, pois “o sucesso na *performance* musical requer um excepcional controle motor fino, além de um profundo conhecimento da estrutura musical e da tradição da *performance*.” (ROCHA, *et al.*, 2011, p. 218). O uso de

informática (computador e *softwares*) pode atuar negativamente para a adoção de uma postura correta, como amplamente relatado em situações de trabalho e estudo. Nessa pesquisa, porém, os resultados do grupo GP6 ficaram muito próximos aos do grupo controle na temática da questão nove, evidenciando que não houve aumento elevado de ansiedade ou problemas posturais causado pelo uso do programa Guitar Pro 6 (FIG. 24B e C).

“Alguns músicos costumam manter-se tensos a ponto de sentirem dor em seus músculos, no ato interpretativo” (GAINZA, 1988, p. 33). As tensões musculares para o guitarrista estão relacionadas, por exemplo, ao uso da correia muito baixa, fazendo com que o pulso da mão esquerda fique tensionado levando, ao término de sua apresentação, ao surgimento de dores e até câimbras.

Figura 24 – Relato dos estudantes de música quanto à tensão muscular experimentada antes e durante os estudos.



Fonte: resultados do autor. A, aplicação do questionário aos ingressantes do nível inicial; B, Grupo GP6 após um semestre letivo; C, Grupo controle após um semestre letivo. A escala de 1 a 5 apresenta a concordância dos estudantes em relação à ocorrência de sensação de tensão muscular durante os estudos, do grau menor ao maior, com 1 representando a resposta não e 5 representando sim.

“A quantidade de força e o movimento ao tocar, somados ao trabalho de coordenação e motricidade fina, resultam na técnica individual do instrumentista.” (FRANK e MÜHLEN, 2007, p. 190). Assim, os erros de postura, além de limitar o desenvolvimento da técnica, geram problemas de saúde e precisam ser considerados no contexto da educação musical.

Nos estudos de guitarra como em todos os instrumentos musicais é usual o estudante utilizar a memória de procedimento, que é a “capacidade de adquirir gradualmente uma habilidade percepto-motora ou cognitiva através da exposição repetitiva a uma atividade específica que segue regras constantes” (OLIVEIRA e BUENO, 1993, p.128). Assim,

o estudante faz seus exercícios repetidamente com uso de um aparelho medidor do tempo chamado metrônomo, a fim de estudar um trecho ou um pedaço de solo (riff) iniciando com andamento muito lento, por exemplo 60 batidas por minuto (bpm). O aluno normalmente repetirá o estudo dezenas de vezes ou por horas, devendo aumentar em 10% o bpm a cada dez minutos de estudo, por exemplo, de forma a atingir progressivamente a velocidade necessária. Desse processo de repetição resulta que é necessário manter uma postura correta, tanto para proteger as articulações, quanto para aperfeiçoar a técnica. Entretanto, o processo

pode ser exaustivo e maçante, de forma que recursos para manter a concentração, facilitar a leitura e acelerar os resultados são benéficos para o aprendizado e bem-estar do estudante de música. Lüders e Gonçalves relatam que os músicos são profissionais de grande risco de adoecimento ocupacional e, embora alguns avanços tenham sido alcançados, a saúde do músico ainda está longe do patamar ideal (LÜDERS; GONÇALVES, 2013). Por este motivo, é importante pensar no processo de aprendizado também quanto à ansiedade que é gerada durante os estudos de música. Quaisquer contribuições para reduzir a ansiedade do estudante são importantes.

CONCLUSÕES

A utilização de um *software* como um facilitador para o aprendizado de guitarra e outros instrumentos musicais, resultou na melhora no ensino, assim como o uso da tablatura juntamente com a partitura. A aplicação da tecnologia da informação no ensino de guitarra elétrica obteve o impacto desejado, ou seja, com o programa, os alunos relataram melhora na sua visão geral sobre seus estudos em música e no estímulo para estudar. A partir dos resultados da presente pesquisa é possível concluir que o uso do *software* Guitar Pro 6 durante o curso de guitarra para alunos iniciantes influenciou positivamente o aprendizado, como era objetivo geral do trabalho verificar. O uso do programa Guitar Pro 6 proporcionou aos estudantes de guitarra melhora quanto às habilidades de leitura e execução a partir do registro em pauta e da leitura conjunta pauta/tablatuara. O programa foi visto pelos

estudantes como um facilitador dos estudos, não gerando complicações para o aprendizado, além de ter sido considerado um fator de estímulo pela maioria. A utilização da tablatura foi vista pelos estudantes de guitarra como um fator de auxílio aos estudos e seu uso não prejudicou o aprendizado da leitura da pauta e execução musical através desta notação.

De acordo com a análise das respostas às perguntas inspiradas na tabela K-MPAI foi possível mensurar a ansiedade dos estudantes de guitarra durante seu aprendizado, que era um dos objetivos propostos. Com base nessa análise, foi possível concluir que o uso do programa Guitar Pro 6 não foi prejudicial para a autoestima dos estudantes, tanto do grupo GP6 quanto do grupo controle. Ainda segundo os dados dessa análise, durante o aprendizado de guitarra, o uso do programa Guitar Pro 6 contribuiu para o aumento da autonomia dos estudantes, uma vez que esses se posicionaram, em número mais elevado, contra uma relação de dependência. O uso do programa Guitar Pro 6 não aumentou a tensão muscular dos estudantes que o utilizaram durante as aulas e estudos, diminuindo sua ansiedade.

Diante dos resultados analisados foi possível concluir que para os estudantes de guitarra a utilização do registro musical em tablatura durante as aulas, juntamente com a partitura, permitiu melhoras em seu desempenho e redução da ansiedade, e que o uso de um programa de tecnologia da informação, Guitar Pro 6, que alia os dois recursos de registro à da transcrição e execução entre as duas formas, é benéfico para o aprendizado da leitura e da

execução, não constituindo um empecilho para o êxito dos estudantes.

Da análise dos dados, se conclui que a aplicação do programa Guitar Pro 6 também elevou a expectativa de resultados positivos nos estudos de música e diminuiu de forma mais acentuada o desconforto e a sensação de boca seca. Segundo os objetivos propostos, é possível concluir que a aplicação de tecnologia da informação através do programa Guitar Pro 6 e o uso combinado de leitura de partitura e tablatura é benéfico para o aprendizado de guitarra elétrica, para o aumento do grau de confiança dos estudantes em seu desempenho, para uma postura mais autônoma e para a redução da ansiedade.

Compreendemos que o uso do Guitar Pro 6 poderia contribuir para o tratamento de indivíduos por psicopedagogos, desde que estes possuam habilidades musicais que possibilitem tal atuação.

REFERÊNCIAS

CHAFFIN, Roger; LOGAN, Topher R.; BEGOSH, Kristen T.: **A memória e a execução musical** – Em Pauta, Porto Alegre, v. 20, n. 34/35, 223-244, janeiro a dezembro 2012. ISSN 1984-7491.

FRANK, A. e MÜHLEN, C.A. Revista Bras Reumatol: **Revisão de artigo Queixas Musculoesqueléticas em Músicos: Prevalência e Fatores de Risco.** v. 47, n.3, p. 188-196, mai/jun, 2007.

FREIRE, P.: Publicação da Escola Comunitária de Campinas, **O Comunitário.** Ed. 38, março de 1994, Ano VI Campinas, SP.

GAINZA, Violeta H. de: **Estudos de Psicopedagogia Musical**. Summus Editorial Ltda, vol. 31. São Paulo, 1988.

ISBN 85-7164-042-4. Companhia das letras, 1989

GILBERT, D.; MARILIS, B.: **Guitarra Solo**, Irmão Vitale S/A. Nº Cat. 386-M, São Paulo – SP. 1997

LÜDERS, D.; GONÇALVES, C.G.O.: **Trabalho e saúde na profissão do músico: reflexões sobre um artista-trabalhador**. Tuiuti: Ciência e Cultura, n.47, p.123-137, Curitiba, 2013.

MIRANDA, Jonathan G. e: **Música no palco: ansiedade de *performance* musical em estudantes de música em Belém do Pará**. Dissertação apresentada ao Programa de Pós Graduação em Artes do Instituto de Ciências da Arte da Universidade Federal do Pará, Belém 2013.

OLIVEIRA, M.G.M.; BUENO, O.F.A.: **Neuropsicologia da memória humana**, Psicologia USP, S. Paulo, p. 117-138, 1993.

RIBAS, J C.: **Música e Medicina**. Gráfica e Editora EDIGRAF Ltda. SP-SP - 1957 - 2ª edição.

ROCHA, A.C.B.; CHIARAMONTE, M.; ZARO, M.A.; TIMM, M.I.; WOLFF, D.: **Observação das evidências cognitivas de aprendizagem motora no desempenho de jovens violonistas monitoradas por eletroencefalograma: um estudo piloto**. Ciências e Cognição 2009, vol. 14(1), 103-120. ISSN 1806-5821. Março 2009.

ROCHA, S.F.; NETO, E.D.; GATTAZ, W.F.: **Ansiedade na *performance* musical: tradução, adaptação e validação do *Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI)* para a língua portuguesa. 27/10/11**. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832011000600001

WISNIK, J.M: **O Som e o Sentido – Uma outra história das músicas**. Editora Schwarcz Ltda –