

EDUARDO DE CARVALHO TORRES

Universidad Federal de Río de Janeiro

contato.eduardotorres@gmail.com

Traducciones

O Papel da Motivação para a Qualidade da Atenção na Prática Deliberada em Performance Musical

Resumo

Pesquisadores em performance musical e expertise tem enfatizado a importância da motivação e da atenção para a chamada prática deliberada, negligenciando, no entanto, a discussão sobre as condições que favorecem esse estado de primazia. Entendendo ser esta uma condição importante para a qualidade da prática deliberada, por que não discutir esse assunto com mais profundidade?

Em minha pesquisa, tento demonstrar a relação entre os estados motivacionais do performer e sua capacidade de atenção. De acordo com o quadro teórico atual, as evidências sugerem que a qualidade da atenção é, ao menos em parte, regulada pelos níveis de motivação do sujeito. Meu referencial teórico considerou autores como Ericsson, Krampe e Tesch-Römer (1993), Reeve (2006), Csikszentmihaly (1997), Styles (2006), Eysenck e Keane (2010), Baddeley, Eysenck e Anderson (2015), Cohen (2014), entre outros.

Para testar minhas proposições, desenvolvi um pequeno programa experimental executado com estudantes de piano de diferentes níveis onde pude observar, entre outras coisas, suas rotinas de estudo, hábitos, gostos, histórico pessoal e profissional, aspirações, onde foi possível verificar minhas proposições. Os

Traducción del original “The role of motivation to the quality of attention in deliberate practice”. Previamente publicado en Parcutt, R y Sattamann, S. (Eds.) (2018). *Proceedings of ICMPC15/ESCOM10*. Graz, Austria: Centre for Systematic Musicology. University of Graz, 465-469. Traducción realizada por el autor. Todos los permisos de traducción y reproducción fueron otorgados para la presente publicación.

Epistemus - Revista de estudios en Música, Cognición y Cultura. ISSN 1853-0494

<http://revistas.unlp.edu.ar/Epistemus>

Epistemus es una publicación de SACCoM (www.sacom.org.ar).

Vol. 6. N° 2 (2018) | 131-142

Recibido: 15/11/2018. **Aceptado:** 18/12/2018.

DOI (Digital Object Identifier): 10.21932/epistemus.6.6185.2

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución – No Comercial – Sin Obra Derivada 4.0 Internacional de Creative Commons. Puede copiarla, distribuirla y comunicarla públicamente siempre que cite su autor y la revista que lo publica (Epistemus - Revista de estudios en Música, Cognición y Cultura), agregando la dirección URL y/o un enlace a este sitio: <http://revistas.unlp.edu.ar/Epistemus>. No la utilice para fines comerciales y no haga con ella obra derivada.

La licencia completa la puede consultar en <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>



resultados demonstraram que existe uma clara relação entre os estados motivacionais dos indivíduos e suas respectivas habilidades atencionais. Além disso, certos níveis de motivação induzem a uma maior capacidade de focar, sugerindo que existe uma necessidade de ampliar as discussões sobre a atualização dos currículos de formação de instrumentistas, particularmente de pianistas. É essencial para a pedagogia do instrumento preparar os estudantes para superar as dificuldades relacionadas à ineficácia da atenção, visando uma maior qualidade na prática deliberada.

Palavras Chave:

Atenção, Motivação, Prática deliberada, Performance musical.

Introdução

A performance musical é uma atividade humana conhecida por sua complexidade e para a qual anos de intensa e ininterrupta prática diária é necessária. Há alguns anos os pesquisadores identificaram que esta prática não é puramente recreativa, descompromissada, mas uma prática focada na melhoria de habilidades continuamente adquiridas, como a habilidade de tocar piano, por exemplo. É interessante notar que esta prática, nos mais diversos níveis que atravessam a capacidade individual, conduz a resultados muito distintos, mesmo quando realizadas por indivíduos com condições semelhantes. Este achado motivou minha questão inicial sobre as razões que tornariam um indivíduo mais apto a realizar determinadas tarefas quando comparados a outros em condições semelhantes. E uma segunda questão ampliou a anterior, tentando entender como as dificuldades e inconsistências do comportamento produtivo poderiam ser neutralizadas e superadas para favorecer a realização dos objetivos práticos pretendidos?

No meu estudo inicial, realizado no programa de mestrado da Universidade Federal do Rio de Janeiro (Brasil), atribuí à motivação do indivíduo um fator de maior relevância. Minhas suposições iniciais indicavam que os graus de motivação seriam suficientes para explicar a diferença entre as habilidades adquiridas por diferentes pessoas sob condições similares, e concluí, sinteticamente, que essa suposição é válida. No entanto, se fez necessário entender minimamente os fatores que interferiram nessa motivação individual. Verificando que a assim chamada prática deliberada era regulada pelos níveis de motivação do indivíduo, mas que apenas esta motivação não era suficiente para explicar a qualidade desta prática, eu observei que havia uma abordagem superficial por parte dos estudos sobre prática deliberada (ao menos no Brasil) em performance musical em relação à discussão sobre a necessidade da capacidade de atenção do indivíduo e, mais precisamente, à concentração do indivíduo.

A partir desse reconhecimento, comecei a construir uma linha de raciocínio

considerando a atenção como um elemento primário para a qualidade de realização da prática deliberada, considerando que esta função é moderada pelos níveis de motivação do sujeito, completando o quadro de minha hipótese, que apresento aqui como resultado deste trabalho de pesquisa.

Para investigar essa hipótese, desenvolvi um pequeno programa de experimentos com alunos de uma mesma classe de piano que se voluntariaram a colaborar. Esse pequeno programa de experimentos considerou cinco instrumentos de coleta de dados, a saber: a) observação e registro audiovisual de sessões de uma disciplina coletiva desses participantes, realizadas na segunda metade de 2016; b) uma entrevista individual semiestruturada, realizada no primeiro semestre de 2017; c) registro de áudio da prática diária de cada participante durante uma semana de estudos; d) relatório de prática diária a ser preenchido pelo participante no final de cada sessão de estudo; e e) uma questão conclusiva e reflexiva, formulada para cada participante no final da semana de registros de áudio. O resultado dessa coleta de dados mostrou que todos os participantes relataram algum tipo de fator relacionado à ineficácia da atenção.

Performance Musical e Prática Deliberada

De acordo com Barry e Hallam (2002), “a prática é necessária para permitir que os músicos adquiram, desenvolvam e mantenham aspectos da técnica, aprender novas músicas, memorizar música para a performance, desenvolver a interpretação e preparar a performance”(p. 155). Esta declaração ilustra o que todo músico empiricamente sabe: que a prática desempenha um papel essencial na construção da performance. Além disso, as autoras apontam que o termo prática deliberada foi adotado para “especificar o tipo de prática associada ao desenvolvimento de habilidades especiais”, enfatizando que a “prática deliberada é altamente focada e requer grande esforço e concentração”(p. 156).

Sobre a prática deliberada, Ericsson, Krampe e Tesch-Römer (1993) a caracterizam essencialmente como um conjunto de atividades desenvolvidas por professores e instrutores “nas quais o indivíduo seja capaz de se engajar de um a outro encontro com o professor”. Estas tarefas altamente estruturadas visam desenvolver uma habilidade específica, e por tais características, diferem de uma mera atividade. Ainda de acordo com esses autores, a prática deliberada “requer esforço e não é inerentemente agradável” considerando que “os indivíduos são motivados a praticar porque a prática melhora a performance”. Esses autores, portanto, consideram que os indivíduos se engajam na prática deliberada, não pelos resultados imediatos, mas pelos resultados de longo-prazo. Além das características mencionadas no parágrafo anterior, Ericsson, Krampe e Tesch-Römer enfatizam a importância da “atenção focada requerida pela prática deliberada”(p. 368). Segundo esses autores, “é necessário manter a atenção total durante todo

o período de prática deliberada” (p. 370). Alguns estudiosos brasileiros do assunto, notadamente Galvão (2006) e Alves e Freire (2014), adotando este mesmo trabalho por Ericsson, Krampe e Tesch-Römer, incorporaram as considerações deste trabalho de referência em seus estudos em expertise, sobre a necessidade de atenção, considerando que “o expert precisa desenvolver estruturas motivacionais, a fim de sustentar o foco na prática deliberada a longo prazo” (p. 63), afirmando, em outras palavras, que a prática deliberada visando à expertise é inatingível sem motivação.

O que é surpreendente sobre as declarações feitas sobre a atenção e motivação não são as declarações em si, mas a superficialidade com a qual o assunto tem sido tratado por estudiosos que estudam a prática deliberada e a performance musical em geral em relação ao embasamento científico, especialmente à capacidade de atenção. Parece não haver aprofundamento sobre este fenômeno tão necessário prática deliberada, quais são suas causas e consequências, e quais são os meios para superar as dificuldades relacionadas em si.

Atenção e Motivação

A atenção tem sido estudada objetivamente, especialmente, desde meados do século XIX, com William James como um dos seus pioneiros. Em geral, quase todos os teóricos da atenção concordam que esta é uma habilidade de selecionar, responder a um estímulo em particular e desconsiderar outros (Pashler, 1998; Styles, 2006; Eysenck e Keane, 2010).

Segundo Styles (2006), atenção “não é um conceito único, mas um termo guarda-chuva para uma variedade de fenômenos” (p. 1), ilustrando as várias abordagens que podem ser encontradas sobre o assunto. Concordando com Styles, Cohen (2014) considera o fenômeno atencional “uma experiência cognitiva autoevidente, ainda difícil de caracterizar” (p. 13).

Castle e Buckler (2009), por outro lado, consideram que a atenção pode ser observada por ao menos três perspectivas: filtro, foco ou fonte. Esses mesmos autores distinguem entre os conceitos de atenção e concentração (mental), geralmente tratados como sinônimos. Para esses autores, a atenção pode ser dividida em “seletiva” e “dividida”, sendo a primeira (seletiva) relativa à “atenção focalizada” ou concentração. Assim, “dividida” seria a atenção no sentido mais amplo, considerando que é possível para o indivíduo estar atento sem necessariamente estar totalmente focado no que está fazendo, o que é compreensível, ao passo que se estivéssemos sempre cientes de tudo, nossas capacidades de memória seriam seriamente comprometidas.

A necessidade de relacionar a memória com a capacidade de atenção do indivíduo é claramente uma pista para entender algumas inconsistências com as

dificuldades de se concentrar na prática. Baddeley, Eysenck e Anderson (2015) argumentam que “nosso conhecimento do mundo armazenado na memória de longa duração pode influenciar o nosso foco de atenção, que então determinará o que é alimentado nos sistemas de memória sensorial, como isso é processado e como será evocado mais tarde” (p. 18), mas raramente estudos sobre a prática deliberada, pelo menos no campo da música, estabelecem um relacionamento sob esta abordagem.

Outra pista, onde a atenção e a motivação estão relacionadas, é dado nos mesmos trabalhos anteriormente citados aqui neste texto, quando, por exemplo, Alves e Freire (2014) defendem a necessidade do expert desenvolver recursos para a motivação como meio de manter a concentração na prática deliberada, tal como afirmado por Ericsson, Krampe e Tesch-Römer.

Para Csikszentmihaly (1997), quão distantes as motivacionais e afinidades emocionais de um indivíduo em relação a um objeto ou situação, mais dolorosa é a capacidade do indivíduo de focalizar atenção. Por outro lado, quando o indivíduo está interessado na tarefa em que está envolvido, quando está motivado para superar as dificuldades impostas pela tarefa, mais facilmente a concentração ocorre. Segundo este autor, quando habilidades e desafios estão em equilíbrio, o indivíduo experimenta um estado de prazer e concentração total, um estado que o autor chamou de “fluxo”.

Recapitulação e Síntese

Recapitulando o que foi dito até agora, podemos observar que, em primeiro lugar, a prática é indispensável para a melhoria da performance do músico em sua totalidade e que há uma modalidade de prática, em particular, chamada de prática deliberada, cujo objetivo são certas habilidades em particular. Esta prática não é prazerosa, e o que move os indivíduos para sua realização é uma motivação externa, determinada pela recompensa que o indivíduo alcança ao concluir os objetivos pretendidos. Além disso, é unânime considerar que, a fim de cumprir esta prática, é necessário que o indivíduo esteja totalmente concentrado, totalmente atento, embora estudiosos em geral não expliquem exatamente como essa condição pode ser alcançado, ou quais são as características desta condição.

Os estudiosos da atenção explicam que essa habilidade não é facilmente observável e, portanto, difícil determinar suas partes constituintes. No entanto, eles observam que a atenção se dá principalmente nas habilidades de selecionar, atender ou negligenciar estímulos. Além disso, a atenção pode ser mais ou menos concentrada, sendo também limitada pela capacidade de armazenamento garantida pela memória. Os estudiosos da expertise, por sua vez, consideram indispensável a capacidade de desenvolver meios de motivação para manter foco atento na prática deliberada. Finalmente, sabe-se que quanto maior a afetividade do indivíduo

em relação à alguém, um objeto ou situação, maior a motivação para se concentrar neles.

A partir das considerações tomadas do referencial teórico brevemente apresentado neste trabalho, resultado de uma revisão abrangente da literatura, pode concluir que, ao menos em parte, a motivação do indivíduo modera a habilidade do sujeito de focar sua atenção em certas tarefas, como aquelas exigidas pela prática deliberada. Esta relação é recíproca, isto é, a atenção também motiva o sujeito, na medida em que o sujeito percebe os resultados observáveis na qualidade de realização da prática deliberada pelos resultados obtidos. O funcionamento deste sistema pode ser observado na figura 1.

Para consolidar essa hipótese, desenvolvi um pequeno programa experimental, a ser detalhado no próximo tópico, realizado com quatro estudantes de piano, com idades compreendidas entre os 18 e os 23 anos, com diferentes perfis em todos os aspectos (psicológico, de gênero, socioeconômicos, etc.), residentes da cidade e do estado de Rio de Janeiro (Brasil) entre 2016 e 2017.

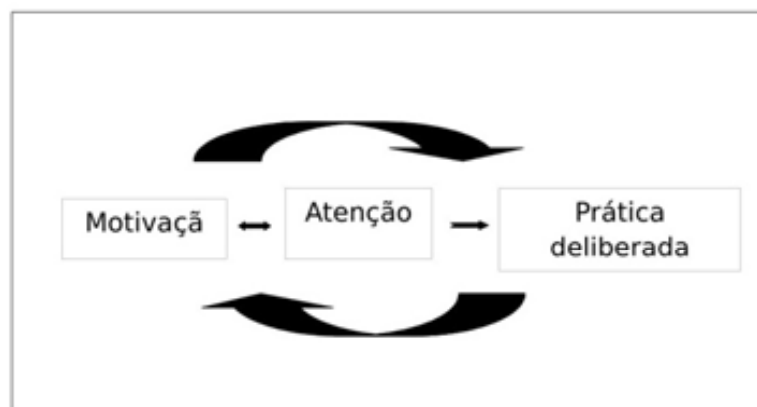


Figura1. Relação entre motivação e atenção em relação a prática deliberada

Metodologia

A aplicação deste experimento teve a colaboração e orientação de uma professora do curso de piano da Escola de Música da Universidade Federal do Rio de Janeiro, e seus estudantes participantes, cujos nomes permanecerão ocultos.

Antes de iniciar o processo de coleta de dados, me apresentei à professora, esclarecendo minha proposta. Na primeira parte da minha coleta de dados, com a permissão da professora e de seus alunos, eu acompanhei algumas aulas de uma disciplina coletiva chamada prática pianística acompanhado de uma filmadora. Este curso, totalmente integrado por estudantes do curso de piano, consiste em tocar para os outros parte do repertório que está sendo estudado para que todos

possam apreciar e apresentar sugestões de todos os tipos (interpretativa, técnica, etc). Um total de seis sessões de observações foram realizadas em aulas entre outubro e dezembro de 2016. O objetivo foi observar o comportamento dos alunos em uma situação de performance diante de um espectador externo e conhecer o perfil dos participantes. As gravações foram sempre realizadas na mesma sala de aula, no mesmo horário e no mesmo dia da semana, quartas-feiras entre as 9 e as 11 horas de manhã. Esta etapa gerou 9 horas, 27 minutos e 12 segundos de registros audiovisuais. O equipamento utilizado era uma Série Finepix S2800 HD, da marca FUJIFILM.

Meu segundo instrumento foi uma entrevista semiestruturada, realizada individualmente com cada aluno. Esta entrevista consistiu em conhecer dados biográficos dos indivíduos que poderiam contribuir para suas performances, motivações, gostos, práticas, hábitos e todos os dados que pudessem ajudar nas observações posteriores. Essas entrevistas foram realizadas em abril de 2017 no mesmo edifício onde ocorreram as gravações audiovisuais, mas em diferentes salas, dias, horários e condições. Para orientar essa entrevista, eu usei como referência o livro *Interviewing as Qualitative Research: A Guide for Researchers in Education and the Social Sciences (2016)*, de Irving Seidman. Essa etapa resultou em cerca de 180 minutos de registros.

O terceiro passo consistiu em registros de seções práticas individuais. O objetivo era observar fatos que foram afirmados pelos participantes durante a entrevista, as características do estudo de cada um, o ambiente de estudo e outros dados que poderiam ser considerados relevantes para entender condições em que as práticas de cada um foram dadas. As gravações foram feitas pelos próprios alunos em suas seções de estudo. O equipamento utilizado foi o mesmo utilizado para as entrevistas: um gravador digital ZOOM H1, acompanhado por pilhas AA recarregáveis da marca SONY e seu respectivo carregador. A partir desta etapa, foram realizadas 26 sessões, totalizando cerca de 23 horas de gravações.

Além do gravador, entreguei um documento autoavaliativo, intitulado relatório de prática, onde solicitava aos participantes que preenchessem ao final de cada sessão de prática dados da situação, evitando problemas de esquecimento. O objetivo aqui foi cruzar o que foi informado pelo participante com o que foi observado nas gravações de práticas, entrevistas, o que foi observado na sala, etc.

Finalmente, ao final de cada semana de registros sonoros, ao buscar o gravador com o estudante, ele respondia uma única questão, também gravada em áudio. A questão era: “A rotina de trabalho e os procedimentos de gravação de suas atividades de estudo durante a semana fizeram você pensar melhor sobre algumas das questões que discutimos anteriormente?” Essas gravações, feitas com o mesmo gravador Zoom, totalizaram cerca de 4 minutos no total. O objetivo era

que os participantes relatassem fatos que eles consideraram relevantes, com base em suas reflexões.

Resultados e Discussão

Primeiro, eu escutei os áudios das entrevistas (antes e depois da semana de estudo), e anotei os dados mais relevantes, com o objetivo de traçar um padrão de respostas, dados convergentes e o perfil de cada um. Então eu analisei os relatórios de prática, cruzando as informações extraídas com aquelas observadas nos áudios. Depois disso, observei as gravações audiovisuais para observar fatos que pudessem corroborar com as observações obtidas até então.

Neste trabalho de coleta de dados procurei observar quais comportamentos e depoimentos dos alunos eram perceptíveis dentro do arcabouço teórico constituído pelas teorias de atenção e motivação, além das teorias da memória. Por razões práticas, esses modelos e teorias não foram incorporadas no presente artigo, mas brevemente referenciados. Neste trabalho eu tento evidenciar a hipótese e os resultados do trabalho, e não as teorias. No entanto, para orientação, abordarei a seguir algumas das teorias revisadas durante o trabalho de pesquisa: a) Acerca do funcionamento básico da memória, tomei como principal referência o trabalho de Baddeley, Eysenck e Anderson (2015). Os tipos de memória estudados foram: memória sensorial, de curto-prazo, memória de trabalho e memória de longo-prazo; b) Quanto à motivação, meu referencial básico foi o trabalho de Reeve (2006). As teorias estudadas foram: motivação por realização, dissonância cognitiva, fluxo, estabelecimento de metas, desamparo aprendido, reatância, autoeficácia, autodeterminação, autorregulação e expectativa de valor; c) O caso de atenção foi mais complexo. Levei em consideração vários trabalhos como referências, especialmente as publicações de Pashler (1998), Styles (2006), Eysenck e Keane (2010) e Cohen (2014). Destes autores, eu destaquei variedades, manifestações e limitações da atenção, além dos “tipos e condições” de Cohen (p. 4), dentre os quais: atenção seletiva, atenção dividida, atenção focada, atenção sustentada e atenção voluntária. Além disso, eu adotei em minhas observações os elementos associados com a ineficácia da atenção, como desatenção, fadiga, distração, confusão, falta de persistência, negligência ou falta de controle.

Ao concluir a leitura dos relatórios de prática, a observação das sessões audiovisuais e a audição dos áudios, incluindo as entrevistas, sessões práticas e a pergunta conclusiva, eu elaborei breves relatórios individuais sobre cada aluno, procurando encontrar paralelos com os modelos teóricos adotados neste trabalho.

Em relação ao primeiro aluno, descobri que o participante estava na maior parte de sua prática, concentrado, mesmo quando com interferências externas, como ruídos, por exemplo. Também ficou evidente que o participante é guiado

por uma meta ao tentar estudar todos os dias, como ele havia relatado na entrevista. Suas observações sobre si mesmo são consistentes, o que sugere que seu estudo é autorregulado. Apenas uma vez o participante relatou estar desconcentrado, quando relatou estar cansado, o que é considerado um elemento relacionado com a ineficácia atenção.

Com o segundo aluno, foi possível verificar que o participante foi consistente com os objetivos declarados na entrevista. Em quase todas as suas sessões de prática, ele evidenciou algum elemento relacionado à ineficácia da atenção, como cansaço, barulhos e dores no pulso do braço. O estudo deste participante parece ser pelo menos em parte extrinsecamente motivado de forma introjetada. Ele apresentou desmotivação por estar estudando o mesmo repertório por um período prolongado.

Em relação ao terceiro, observei que o tempo dedicado à prática relatada pelo participante não era consistente como observado em suas sessões (práticas). Este participante apontou a “falta de prática” como uma dificuldade, porque o participante viajou na semana de seus registros. Em geral, foi possível observar que este participante adota uma posição de alocação estratégica de tempo na base da dificuldade, já que sua prática é em geral fracionada ao longo do dia.

Sobre a quarta participante, ela estudou toda a semana como ela havia relatado na entrevista, embora não tenha seguido rigorosamente os horários que ela havia relatado anteriormente. Seu instrumento de estudo tem problemas mecânicos, como ela também afirmou. Ao longo da semana ela afirmou estar quase sempre “calma”, e mencionou “falta de concentração” ou “concentração durante apenas uma parte do tempo”, como ela havia indicado anteriormente. Quase sempre o excesso de ruído declarado pela participante foi realmente gravado em suas seções de prática, o que indica que essas interferências afetam, em parte, a rotina do participante, mas nem sempre. Há também um fator motivacional que estava presente. Sua motivação é principalmente integrada extrínseca, como verificado em entrevistas.

Após estas etapas de coleta de dados e observação dos resultados dos dados obtidos, comecei a interpretá-los. No início, comparei as idades dos participantes com as necessárias dez mil horas de estudo explicitadas por Ericsson, Krampe e Tesch-Römer (1993) para a aquisição de expertise. É claro que este é um valor de referência, mas já é possível através desta referência ter uma ideia da realidade. Na comparação, descobri que nenhum dos participantes (que tinham entre 18 e 23 anos de idade) estava no nível de experts de acordo com o modelo dos 10 mil horas, dependendo do tempo aproximado de estudo que foi dedicado diariamente adicionado aos anos de estudo que já tinha em seu instrumento, o piano. No entanto, verificou-se que o primeiro participante foi o mais próximo deste número, coincidindo com o fato de que ele foi quem iniciou seus estudos mais cedo, que

relatou que estudou mais durante a semana e em condições mais favoráveis, que estudou mais concentrado, que afirmou ter metas (motivação), ser mais velho e apresentar resultados acadêmicos mais positivos. Ou seja, existe ao menos evidência de que a prática deliberada por si mesmo funciona eficientemente.

Quando questionados sobre suas dificuldades, quase todos os participantes relataram: tempo, dor nas costas, tendinite, dor nas mãos, postura, dificuldades técnicas, cansaço, falta de concentração e questões ambientais, todos esses elementos relacionados à ineficácia da atenção. Sobre o que mais favoreceu a concentração, os participantes relataram se concentrar melhor nas aulas de piano. Além disso, todos eles, exceto o primeiro participante, relataram ser desconcentrados por ruídos externos em suas práticas, um fato confirmado ao ouvir os áudios, o que sugere que a qualidade de suas práticas é, ao menos em parte, ligada a questões ambientais que vão além do alcance do indivíduo. Quanto às suas motivações para se juntar ao curso de piano, os participantes relataram o apoio da família, amigos e professores, bem como o repertório estudado na Academia.

Uma das observações interessantes destacadas das entrevistas foi o fato de que os participantes relataram não estar motivados pelo mercado de trabalho, o que sugere que todos tem algum grau de motivação intrínseca. No entanto, a motivação não era geralmente suficiente para garantir um bom desempenho do trabalho prático, coincidindo com os vários elementos relacionados à ineficácia da atenção observados, tanto nas entrevistas como nas escutas, fato que alerta para as condições de saúde dos alunos, o psicológico e condições materiais para suas práticas individuais – quase sempre realizadas em condições inadequadas.

Também ficou evidente que os currículos de formação de músicos de performance, particularmente de pianistas, ao menos no Brasil, precisam de atualização, pois, como é evidente, a atenção não é puramente uma habilidade congênita ou uma consequência natural do estudo de um repertório, mas o resultado de uma série de restrições que precisam de um estudo sistemático para identificá-las.

Conclusão

Os resultados deste trabalho foram surpreendentes, uma vez que os participantes relataram, em maior ou menor grau, dificuldade de concentração, por motivos como fadiga e fatores externos, como ruído, por exemplo, e a consequência da ineficácia da atenção nesses casos foi determinante para a qualidade da prática dos indivíduos, inclusive focando em sua motivação para realizar as tarefas propostas. Entretanto, quando altamente motivado, como no caso das metas, eles foram capazes de superar os obstáculos e permanecer focados, como observado nos relatórios. Conclui-se que a prática deliberada é, em uma situação ideal, reali-

zada em um ambiente tranquilo, onde o praticante está calmo, e que suas práticas são equilibradas com suas dificuldades.

Agradecimentos

Obrigado ao meu orientador, Prof. Marcos Nogueira, pela parceria. Agradeço também a Prof. Midori Maeshiro pelas contribuições, aos estudantes que colaboraram com minha pesquisa, a minha companheira Ana Luiza, a CAPES, e a todos aqueles que de alguma forma colaboraram na elaboração deste trabalho.

Referencias

Alves, A. C. e Freire, R. D. (2014). Processos de construção da expertise na clarineta: Investigação das trajetórias de clarinetistas brasileiros. *Percepta*, 2 (1), 61–84.

Baddeley, A; Anderson, M. C. e Eysenck, M. W. (2015). *Memory* (2nd ed.). New York: Psychology Press.

Barry, N. H. e Hallam, S. (2002). Practice. Em: R. Parncutt y G. E. Mcpherson. *The science and psychology of music performance: Creative strategies for teaching and learning* (pp. 151–165). New York: Oxford University Press.

Castle, P. y Buckler, S. (2009). What I was saying? Concentration and attention. In: Castle, Paul & Buckler, Scott. *How to be a successful teacher: Strategies for personal and professional development* (pp. 12–32). Sage Publications. doi: 10.4135/9781446211366

Cohen, R. (2014). *The Neuropsychology of Attention* (2nd ed.). New York: Springer. doi: 10.1007/978-0-387-72639-7

Csikszentmihaly, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. New York: Basic Books.

Ericsson, K.; Krampe, R. e Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100 (3), 363–406. doi: 10.1037/0033-295x.100.3.363

Eysenck, M. y Keane, M. (2010). *Cognitive Psychology: A student's handbook*(6th ed.). New York: Psychology Press. doi: 10.1111/j.2044-8295.2010.02010.x

Galvão, A. (2006). Cognição, emoção e expertise musical. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 22 (2), 169–174. doi: 10.1590/50102-37722006000200006

Pashler, H. (1998). *The psychology of attention*. Cambridge, MA: MIT Press.

Reeve, J. (2006). *Motivação e emoção*. [Trad. de L. A. Farjado Pontes e S. Machado]. Rio de Janeiro: LCT.

Styles, E. (2006). *The Psychology of Attention* (2^a ed.). New York: Psychology Press.

Biografia del autor

Eduardo de Carvalho Torres

contato.eduardotorres@gmail.com

Universidade Federal de Rio de Janeiro

Mestre em música (2017) na linha de processos criativos com concentração em práticas interpretativas e Bacharel em Piano (2014) pela Universidade Federal do Rio de Janeiro. Atualmente (2018) encontra-se vinculado ao programa de doutorado, também na linha de processos criativos com concentração em práticas interpretativas pela mesma instituição. Sua atuação acadêmica tem se centrado em torno de questões atuais referentes ao campo das pesquisas em performance musical, como a prática deliberada e a pedagogia da performance, relacionados ao recente e ascendente campo da cognição musical, subárea da musicologia fruto da vascularização dos estudos em psicologia cognitiva que têm se destacado nos meios acadêmicos internacional e nacional. Seus estudos envolvem aspectos como atenção, motivação, memória e emoção. No âmbito profissional, têm buscado aplicar os conhecimentos adquiridos em sua atuação docente. Como artista, atua como responsável pela música incidental em espetáculos teatrais e como pianista acompanhador.